

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen järjestöavustuksilla toteutettua toimintaa

2023



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen järjestöavustukset 2023

250 000 €

14 toimijaa

10 kuntaa

Järjestöavustus

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen aluevaltuuston talousarviopäätöksessä järjestöavustuksille oli varattu 250 000€, joka jaettiin avustuksina.

Järjestöavustuksen saajat

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunta myönsi Kumppanuus- ja yhteiskehittämisen avustuksia 14 toimijalle.

Toiminnan kattavuus

Järjestöavustuksilla toteutettiin toimintaa kaikissa Päijät-Hämeen kunnissa.



Vuoden 2023 avustuksilla toteutettu toiminta HYTE-kärj

1

Osallisuus ja yhteisöllisyys

Lapsille ja perheille yksilöllistä tukea ja yhteisöllisyyttä liikuntaryhmissä ja ryhmätoiminnassa. Vapaaehtoisille ja ikääntyville muistelutuokioita,

2

Mielen hyvinvointi

Mielenterveyskuntoutujille taidetyöpajoja ja mielenterveyseläkeläisille eläinavusteista vapaaehtoistoimintaa. Nuorille kriisivastaanottoja.

3

Päihteettömyys ja terveet elintavat

Toipuille päihdekuntoutujille vertaistukea ja yhteisöllistä toimintaa. Kehitysvammaisille ulkoilutuokioita. Liikuntaneuvontaan monitoimijaista yhteistyötä.

4

Arjen turvallisuus

Ikääntyville sosiaalisia suhteita ja kannustusta kuntoiluun. Omaishoitajille vapaahetkiä ja neuvontaan kuormittavaan arkeen. Seksuaalirikosten uhreille ja ruoka-apuun yhteistoimintaa.



mieli

MIELI Päijät-Hämeen Mielenterveys ry

- Kriisikeskuksen kriisivastaanotto kohdentuen avustetun toiminnan osalta erityisesti 18-29 -vuotiaisiin nuoriin ja aikuisiin
- Viikoittaiset matalan kynnyksen Huolituoli-vastaanotot Koulutuskeskus Messuksessa ja LAB-ammattikorkeakoulussa syyslukukauden ajan
- 111 asiakasta ja 294 asiakastapaamista ajalla 1.6.-31.12.
- Toiminnan tuloksia:
 - asiakkaiden toiveikkuus lisääntyi
 - asiakkaat saivat välineitä selviytyä kriiseistä ja vaikeista elämäntilanteista
 - elämää haittaavat ongelmat vähentyivät ja päivittäisistä tehtävistä suoriutuminen helpottui
 - mahdolliset itsetuhoiset ajatukset vähenivät
 - edellä mainitut muutokset asiakkaiden hyvinvoinnissa olivat heidän arvionsa mukaan suurelta osin seurausta kriisivastaanotolla saadusta avusta



Omaishoitajan oma hetki -toiminta

Kohderyhmä: 35 ikääntyvää omaishoitajaa ja -hoidettavaa (sopimusomaishoitajia ja sopimuksettomia omaishoitajia). Omaishoitajia, jotka vastaavat läheisensä sitovasta hoivasta ja huolenpidosta ympärivuorokautisesti.

Kattavuus: Toteutusalueen kuntia olivat **Lahti, Hollola, Asikkala, Orimattila, Heinola**. Ajalla **1.4 - 31.12.2023** tehty **310 kotikäyntiä** mahdollistivat omaishoitajille lyhyet omat hetket hoitaa asiointeja ja huolehtia omasta hyvinvoinnista ja terveydestä. Osana kotoa tarjottiin **omaishoitajille keskustelutukea ja ohjausta arjen sujumisen ja tukimuotojen osalta 188 kohtaamisessa sekä 232 puhelinkontaktissa**.

Vaikutukset hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen:

- Kaikki toiminnan piiriin osallistuneet omaishoitajat arvioivat itse, että toiminta oli merkityksellistä heidän hyvinvointinsa tukemisen näkökulmasta
- Omaishoitajat kävivät työntekijän kanssa keskusteluita voimavaroistaan ja jaksamisestaan ja löysivät tätä kautta uusia tapoja hoitaa omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan
- Lyhyet vapaahetket mahdollistivat omaishoitajille mm. terveys- ja hyvinvointipalveluissa asiointit sekä harrastusten ja itselle tärkeiden asioiden toteuttamisen
- Yli puolet omaishoitajista kertoivat hyödyntäneensä vapaahetket ystävien tapaamiseen, mikä koettiin oman hyvinvoinnin näkökulmasta hyvin merkityksellisenä asiana
- Omaishoitajan oma hetki –toiminnan työntekijä auttoi omaishoitajia löytämään heidän tarpeisiinsa vastaavia tukimuotoja ja palveluita, jotka vahvistivat perheiden hyvinvointia ja arjen sujumista.

Toteuttaja: Päijät-Hämeen Omaishoitajat ry

Kumppanuusavustuksen saaja: Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

Avustuksen käyttötarkoitus: **Laadukkaan ja asiakaslähtöisen liikuntaneuvontapalvelun alueellinen ja paikallinen koordinointi, kehittäminen ja juurruttaminen.**

Päijät-Hämeen liikuntaneuvonta

- Maksuton liikuntaneuvonta on yksilöön kohdistuvaa terveyden edistämistä. Liikuntaneuvojan kanssa keskustellaan asiakkaan tarpeen mukaan sopivan liikkumisen aloittamisesta turvallisesti, sekä uni- ja ravitsemustottumuksista. Liikuntaneuvonta tarjoaa tukea arjessa jaksamiseen ja hyvinvointiin.
- Palvelu on tarkoitettu erityisesti terveytensä ja hyvinvointinsa kannalta riittämättömästi liikkuville sekä kannustusta, motivointia ja tukea tarvitseville. Palvelua on saatavissa kaikissa Päijät-Hämeen kunnissa.
- Vaikka PHLU on jo vuosien ajan kehittänyt ja koordinoinut alueellista liikuntaneuvontaa tiiviissä yhteistyössä nykyisen hyvinvointialueen kanssa, toiminnan kehittäminen on jatkuvaa. Erityisesti laadukkaiden ja asiakaslähtöisten liikuntaneuvontakäytäntöjen juurruttaminen maakunnallisesti ja paikallisesti vaatii vielä työtä. Myös kohdennettujen liikuntaneuvonnan palveluketjujen rakentaminen sekä perusterveydenhuollossa että erikoissairaanhoidossa vaatii resursointia. Tämä työ on erityisen tärkeää, kun uusi hyvinvointialue on aloittanut toimintansa.



JÄRJESTÖAVUSTUS NOSTOT

Icehearts- toimintamalli tarjoaa pitkäkestoista kasvun tukea lapsille, joista on huomattu erityinen huoli. Mukaan valitaan lapsia, jotka tarvitsevat erityistä tukea kasvussaan ja perheissä on usein yksi tai useampi kuormittava tekijä.

Saadun avustuksen (5000€) avulla on

- Edistettyjä turvattu lasten harrastustoimintaa :

→ *Kuljetus turnaukseen (40 lasta), tekonurmen vuokra Liipolassa (35) ja Kortteliliiga jäsenmaksut (18 nuorta) ja hankittu välineistöä, pelipaitoja ja patjat Mikkulan koululle, jossa niitä voi tarvittaessa käyttää muutkin oppilaat.*

- Järjestetty perhetapahtuma:

→ *Tapahtumassa varattu suurhallin saunatilat, joissa järjestetty ruokailu perheille ja sen jälkeen katsottiin Lahti Basketball- peliä yhdessä. Perhe on osa suurempaa perheiden tuen kokonaisuutta, jonka tavoitteena on lisätä vanhempien vertaistuellisuutta, vähentää eriarvoisuuden kokemusta sekä lisätä koteihin vanhempien ja lasten yhteisiä hetkiä.*

→ 24 perheestä osallistui vanhempi ja lapsi mukaan tapahtumaan ja lisäksi ilman vanhempia osallistui 10 nuorta!



- Paikalliset yhteistyökumppanit: Treenikauppa, Jako, Lahti Ravintola Peluri, Lakka Kortteliliiga



Kirjeitä minusta -yksilöllinen muistelutyö vapaaehtoistoiminnan tuk

- **Kohderyhmät:** vanhusten parissa toimivat vapaaehtoiset ja päijäthämäläiset ikäihmiset
- **Kattavuus:** 5 vapaaehtoisille suunnattua koulutusta, 51 osallistunutta vapaaehtoista/koordinaattoria, jotka edustivat 10 toimijaa, 153 osallistunutta vanhusta (arvio), 229 kohtaamista (arvio)
- **Vaikutukset hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen:** Myönteiset tunteet ja merkityksellisyyden kokemukset ovat vahvistaneet vanhusten mielenterveyttä osallisuutta. Osallistujien yksinäisyyden kokemus on vähentynyt lisääntyneen vuorovaikutuksen myötä. Vapaaehtoisten hyvinvointi on vahvistunut, koska he saivat kannustusta ja rohkaisua vapaaehtoisena toimimiseen ja heidän välinen yhteisöllisyys vahvistui.
- **Toteuttaja:** Lahden Lähimmäispalvelu ry

Kirjeitä minusta

Homebase ry

- Homebase toimintatila Lahdessa
- Päihdekuntoutujat
- Päijät-Häme
- Toiminta edistää hyvinvointia ja terveyttä mm. estämällä retkahduksia ja rikollista elämän tapaa. Toiminnassa tarjotaan tukea arjessa jaksamiseen, sosiaali- ja terveysasioiden hoidossa, toipuvan oman lapsiperhearjessa jaksamiseen, rikosseuraamuksellisten asioiden hoidossa, velkojen ja ulosottomaksujen hoidossa ja laajasti arjen erilaisissa haasteissa sekä kriiseissä. Toiminnan kohderyhmää yhdistetään myös muihin alueellisiin päihde- ja mielenterveyspalveluihin.



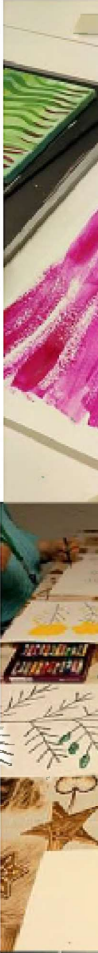
Kulttuuri- ja taidetyöpajat mielenterveyskuntoutujille Päijät-Hämeessä

Työpajat Asikkalassa, Heinolassa, Iitissä, Lahdessa ja Orimattilassa

17 työpajaa ja 72 osallistujia

”Yllätyin hyvästä mielestä, kun katsoin omaa työtäni,
vaikka tehdessä oli ahdistunut olo.”

Päijät-Hämeen taidemuseoyhdistys ry



Kohderyhmä

Suunnitelmallinen **kumppanuusyhteistyö seksuaalirikosten uhreja kohtaavien ammattilaisten kanssa**, jotta hyvinvointialueella asuva seksuaalirikoksen uhriksi joutunut henkilö, tai hänen läheisensä, saa hyvää palvelua.

Kattavuus

Kaikki hyvinvointialueen kunnat, koska palvelut toimivat yli kuntarajojen.

Vaikutukset hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen

Alueella asuvat seksuaalirikosten uhrit, sekä heidän läheisensä, ovat tietoisia heille tarjolla olevista palveluista oikeusturvastaan, sekä siitä, että itseen (tai läheiseen) kohdistuneen vakavan rikoksen jälkeen toipumista ei tarvitse aloittaa yksin.

Tietoisuus on lisääntynyt, koska hyvinvointialueen eri palveluiden ammattilaiset käyttävät osana työvälineitään seksuaalirikosten uhrien alueellisia palvelukarttoja. Karttojen avulla he osaavat ohjata asiakkaansa oikeaan palveluun lähialueelle.

Palveluketjut toimivat katkeamattomammin sekä asiakasta ohjataan palveluiden välillä saattaen. Rikoksen uhrien kohtaamisen sensitiivisyys on kasvanut.

Seksuaalirikosten uhrien palvelukartan luominen ja verkostoyhteistyön tiivistäminen 2023
Rikosuhripäivystys, Päijät-Hämeen palvelupiste

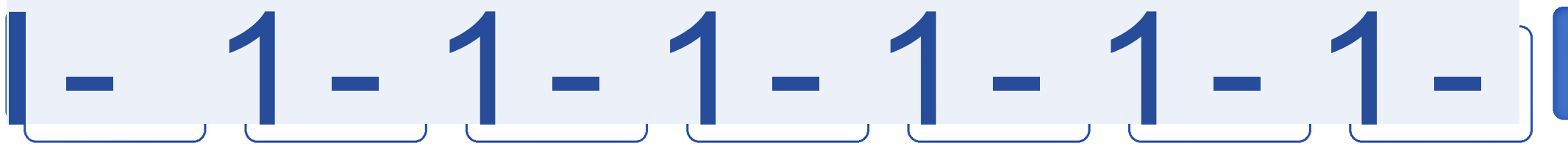
RIKU
RIKOSUHRI PÄIVYSTYS
BROTTSOFFERJOUREN

Toimintaa tukeva
Verksamheten s



Alueellisten, eri kaupunginosissa toimivien kohtaamispaikkojen, perhekahviloiden ja digitaalisen kohtaamispaikan sisällön ja toiminnan kehittäminen sekä vapaaehtoisen koulutus ja ohjaus:

Kaikille avoimet, matalan kynnyksen kohtaamispaikat, perhekahvilat 1.1.-31.12.2023 toteutu



+ palkattu kohtaamispaikkakoordinaattori 70%:lla työajalla + viikoittainen yhteistyö Päijät-Hämeen hyvinvointialueen lapsiperheiden arjen tuen palveluilla sekä useita monitoimijaisia ja -ammattillisia vierailuja perhekahviloissa. Digitaalinen perhekahvila pilotointi yhteistyössä Lahden ensi- ja turvakodin sekä Päijät-Hämeen hyvinvointialueen lapsiperheiden arjen tuen palveluiden kanssa.

+ perhekahvila toimintaa ei ole rajattu vain lahtelaisille ja digitaalinen perhekahvila toimii Habbo-alustalla

Vaikutukset hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen:

- Perheillä on mahdollisuus vertaistukeen sekä tarvittaessa ammatilliseen tukeen matalalla kynnyksellä ja oikea-aikaisesti - **erityisentuen tarve vähenee**
- Toiminta tukee perheiden sosiaalista vuorovaikutusta - **yksinäisyys vähenee**
- Lapsen kokemus osallisuudestaan vahvistuu - **osallisuus ja yhteisöllisyys voimistuu**
- Kohtaamispaikkojen toiminta on pysyvää, laadukasta ja jatkuvaa - **pitkäjänteistä ja osallistavaa työtä lasten ja perheiden hyväksi**
- Toiminnalla vahvistetaan ja mahdollistetaan alueen toimijoiden yhteistyötä - **moniammatillisella ja moniammatillisella kumppanuudella myös resurssit kasvavat, kaikilla toimijoilla yhteinen asiakaskunta ja päämäärää - lasten ja perheiden hyvinvointi**



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Lahden yhdistys



Harjulan MOTO-Kerhot

Harjulan Setlementti ry on järjestänyt syksyn 2023 aikana kolme Moto-kerhoa 4-7 vuotiaille lapsille. Jokainen kerho kokoontui kerran viikossa syyskuusta marraskuun loppuun asti.

Moto-kerholla tuetaan lasten ja nuorten Päijät-Hämeen hyvinvointialueen kuntoutuksen toimintaterapian asiakkaiden motorisia taitoja; ennen toimintaterapiaa, toimintaterapian jälkeen tai palveluksi niille, joilla ei toimintaterapian kriteerit täyty. Moto-kerhot tarjoavat varhaisen tuen lapsen kehitykselle.

Moto-kerho on liikunnallinen kerho, jonka toiminta on kehittänyt lasten fyysismotorisia ja psykomotorisia taitoja sekä tukenut heidän psyykkisiä ja sosiaalisia valmiuksia. Moto-kerhoissa on opittu erilaisia motorisia perustaitoja, mm. hyppyjä, kiipeämistä, kierähdyksiä, pallon ja muiden liikuntavälineiden käsittelyä, liikkumista eri tasoissa ja eri tyylejä käyttäen. Moto-kerhojen sisältö lisäksi motoristen ja liikunnallisten taitojen lisäksi myös lasten psyykkisiä sekä sosiaalisia valmiuksia, kuten onnistumisen ja haasteiden kokemusten käsittelyä ja uusiin kavereihin tutustumista. Lisäksi opittiin käytöstapoja, opeteltiin ottamaan toiset huomioon, noudattamaan yhdessä laadittuja sääntöjä, kuuntelemaan ohjeita yms. Moto-kerhot tarjosivat myös yhteisöllisyyttä. kaikkia lapsia kohdeltiin samoanarvoisina.

Kokoontumiskertoja yhteensä 43, käyntikertoja 165 ja 25 lasta.



Lahden 4H-yhdistys ry: Tulokset **Farm4U**



LUONTO HOIVA
TEE MUN KAA
HARJOITUKSIA!

©Petra Kerkkø 2023

LuontoHoiva -kortit on laadittu osana Eläinavusteinen valmentaja <SFAAT> koulutusta. Toivottavasti korteista on apua niille ammattilaisille, jotka työskentelevät eläinten ja ihmisten parissa. Eläinavusteisessa työssä toiminnan lähtökohdaksi eläinten hyvinvointi. Tavoitteena on opettaa ihmisiä ymmärtämään eläinten lajityypillistä käyttäytymistä, eläinten hyvinvointia ja tuoda käytännönvinkkejä alan ammattilaisille. Harjoitukset soveltuvat myös terapeuteille ja nuorisotyöntekijöille. Harjoitusten tekeminen onnistuu erieläintiloilla, joissa eläimiä on enemmän kuin yksi ja useampi eri eläintaji.

Harjoituksia voi muokata omiin tarpeisiin. Harjoitukset ovat kehitetty käytännön työssä, eläinten ja ihmisten parissa sekä niihin on saatu vinkkejä eläinavusteisesta koulutuksesta ja alan ammattilaisilta. Ennen harjoitusten tekemistä valmentajat ovat huolehtineet osallistujien hygieniaohjelsta. Ennen tilalle tuloa osallistujien on pestävä kädet, vaihdettava vaateetus ja jalkineet puhtaisiin, jos ovat saapuneet toiselta eläintilalta (vrt. eläintautiriskit). Lisäksi valmentaja huolehtii soveltuvien eläinlajien ja eläinten osallistumisesta harjoituksiin turvallisesti. Sairaita eläimiä harjoituksissa ei saa käyttää. Eläimillä on oltava riittävästi tilaa suojautua ja poistua harjoituksista.

Ilmanpäästöt vähäisiä ja harjoitus **Seisänsäntä kakkoo ja harjoitus** **Ilmanpäästöt vähäisiä ja harjoitus** **Käsitöiden harjoitus** **Suostomisto kakkoo ja harjoitus**

©Petra Kerkko 2023

Eläinavusteista vapaaehtoistoimintaa päijäthämäläisille nuorille mielenterveyseläkeläisille.

- Kohtaamisia: yli 30 000 asukkaan kanssa. Vapaaehtoistoiminnassa Farm4U Yli-Marol kotieläinpihalla:
 - käytännön toimintaan osallistujia 150 hlö
 - nuorten yrittäjäyystukemiseen osallistujia yht. 49 hlö
 - sote-alan opiskelijoita 4 hlö.
- Eläinavusteinen toiminta kohtasi nuorten mielenterveyseläkeläisten lisäksi vanhempia kuntoutustuella olevia nuoria sekä liikuntarajoitteisia asukkaita.
- Toimintaan ohjaaminen tapahtui pääsääntöisesti hyvinvointialueen työntekijöiden ja järjestöjen kautta, mutta osa saapui toimintaan ystävän suosittelemana.
- LuontoHoiva-kortit syntyivät Eläinavusteinen valmentaja (SFAAT) -opiskelutyönä tukemista toimintaa.
 - Kortit tukivat käytännön toimintaa eläinavusteisessa vapaaehtoistoiminnassa
- Toiminta on ollut uniikkia ja kysyntä kasvanut tunnettavuuden myötä
 - Tavoitteena jatkaa toimintaa tulevaisuudessa
 - Toimintaan osallistuneet ovat edelleen mukana toiminnassa ja uusia ohjautunut mukaan
 - Ilman palkattua ammattilaista toimintaa ei ole mahdollista jatkaa

Kumppanuushanke

- Ruoka-avun saajien joukossa on vähävaraisia lapsiperheitä, pakolaisia, yksinäisiä vanhuksia ja syrjäytymisvaarassa olevia päihde- ja mielenterveyskuntoutujia.
- Toiminta tavoittaa tuhansia ruoka-avun tarpeessa olevia talouksia. Ruokajakoihin osallistui Päijät-Hämeen maakunnassa 7200 hakijaa per kk, eli 8 kk hankkeen aikana tavoitetaan 57 600 ihmistä Päijät-Hämeen maakunnan alueella (pl.Lahti).
- Hankkeen aikana jaettiin kaiken kaikkiaan lähes 100 000 ruokakassia (kassin laskennallinen paino 5 kg)
- Ruoka-aputyöllä tuetaan ja edistetään vähävaraisia yksilöitä taloudellisesti ja sosiaalisesti. Ruoka-aputyö lisää osallisuutta sekä yhteisöllisyyttä ja ehkäisee syrjäytymisriskiä. Ruoka-aputyö edistää sosiaalista kestävyyttä koko Päijät-Hämeen alueella.

Operaatio Avoin Ovi

Lahden Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry:n ulkoiluryhmät

- **Toiminnan muoto:** Uuden toimintamuodon pilotointi, jossa kehitysvammaiset palvelukotien asukkaat pääsevät yhdessä vapaaehtoisten kanssa ulkoilemaan lähiympäristöön. Avustuksella (4000€) toteutettiin vapaaehtoistoiminnan kehitystyötä, jonka tuloksena yhdistyksellä on selkeä toimintamalli kehitysvammaisten palvelukotien kanssa toteutettavista ulkoiluryhmistä.
- **Kohderyhmä:** Palvelukotien asukkaat, erityisesti vaikeimmin kehitysvammaiset henkilöt.
- **Kattavuus:** Pilottialueena Lahti. Avustuksella on tehty kehitystyötä, jonka tavoitteena on ollut löytää sopivia yhteistyökumppaneita ja toimintatapoja, jotta vapaaehtoistoimintaa voidaan ulottaa vaikeimmin kehitysvammaisten palvelukoteihin. Ulkoiluryhmät käynnistettiin 11/2023 Renkomäessä ja Mukkulassa. Toteutimme 3 ulkoilukertaa, joissa oli mukana 13 vapaaehtoista, 4 hyvinvointialueen työntekijää ja 14 vaikeimmin kehitysvammaista henkilöä. Toiminta jatkuu säännöllisesti vuonna 2024.
- **Vaikutukset terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen:** Ulkoiluryhmät mahdollistavat asukkaiden ulkoilun sekä ylläpitävät ja tukevat toimintakykyä. Toiminta lisää myös yhteisöllisyyttä ja osallisuuden kokemusta, jotka edistävät yleistä hyvinvointia.





«•\$*KUNTOKUMMI



Kuntokummi - hanke

Päijät-Hämeen hyvinvointipalvelujen
kehitys ry/Omanoloinen
arkielotoiminta



Kohderyhmä

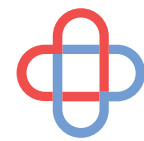
- Kotona asuvat ikääntyvät, joiden elämänpiiri on kaventua liikkumisen vaivalloisuuden vuoksi mielenkunnan tai kehon kunnon heikennytt.
- Uudenlaisia vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia etsivät kansalaiset.

Kattavuus

- Toiminta kattaa koko Päijät-Hämeen. Aloitus marraskuun alkuun mennessä 8 ikääntynyttä vapaaehtoinen paria. **Koulutettu 15 vapaaehtoisia**
- Toimintaan osallistujia marraskuussa Asikkalasta, Hartolasta, Hollolasta, Lahdesta, Orimattilasta, Sysmästä. Kärkölässä järjestetty koulutus. Tapahtumissa kohdattu 618 ikääntynyttä.

Vaikutukset hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi

- Toiminta rohkaisee ikääntyneitä ja heidän läheisiään Kuntokummejaan lisäämään arkiliikkumista ja nauttimaan illoista ja hyvää mieltä.



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

paijatha.fi/jarjestoille