

# Ystävyys jatkuu

– Tarina siitä, mitä kahden merkittävän järjestötoimijan yhteistyöllä voidaan saada aikaan



**ZONTA**  
INTERNATIONAL  
DISTRICT 20  
EMPOWERING WOMEN  
THROUGH SERVICE & ADVOCACY



**Vanhustyön keskusliitto**  
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

## Ystäviksi Keltaisen Ruusun kampanjalla

Zonta-järjestön Keltaisen Ruusun kampanjoilla on Suomessa pitkä perinne. Kampanjoilla on kerätty varoja eri tarkoituksiin vuodesta 1991 lähtien. Ensimmäisen kampanjan teemana oli ”Lapsen hyväksi, huomisen hyväksi” ja sillä kerättiin varoja lasten psykiatriseen tutkimukseen ja hoitoon. Muita keräyskohteita ovat olleet mm. turvakodit, huumeiden vastainen työ sekä tyttöjen ja naisten päihteiden käytön ehkäisy.

2010-luvun alussa Zonta-kerhoistamme nousi teemaksi vanhusten yksinäisyyden vähentäminen. Otimme yhteyttä Vanhustyön keskusliiton silloiseen toiminnanjohtajaan Pirkko Karjalaiseen, joka

ehdotti yhteistyötä Ystäväpiiri-toiminnan kanssa. Ystäväpiiri-toimintamallin tutkitusti vaikuttava sisältö sekä arvostetun kumppanin valmiit verkostot soveltuivat yhteistyöhön erinomaisesti.

Yhteistyö on ollut monella tapaa ainutlaatuista. Ensinnäkin lahjoitettu summa on suurin kautta aikojen. Toiseksi, olemme konkreettisesti havainneet, miten lahjoituksella on saatu paljon hyvää aikaan. Saavutimme yhteistyöhankkeelle asettamamme yksinäisyyden vähentämisen tavoitteen erinomaisesti.

*Anja Hurme, kampanjapäällikkö, 2018*

**Zonta International** on vuonna 1919 perustettu maailmanlaajuinen, poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton palvelujärjestö, joka muodostaa vastuullisissa tehtävissä toimivien naisten kansainvälisen verkoston. Järjestöllä on toimintaa 63 maassa ja jäseniä noin 29 000. Tavoitteena on edistää ihmisoikeuksien toteutumista ja vahvistaa naisten asemaa kaikkialla maailmassa tukemalla naisten ja tyttöjen koulutusta, terveydenhoitoa sekä ammatin hankkimista ja asemaa työelämässä.

## Ystäväpiiri-toiminta

Vanhustyön keskusliitto – Centralförbundet för de gamlas väl ry on asiantunteva, ihmisläheinen ja aktiivinen toimija, joka valtakunnallisena keskusjärjestönä edistää vanhusten ja ikääntyvien hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta. Keskeisenä tavoitteena on vähentää iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä, joka on valitettavan yleistä.

Vanhustyön keskusliiton Ystäväpiiri-toiminta on tutkitusti vaikuttava malli iäkkäiden ihmisten yksinäisyyden vähentämiseen. Sitä toteutetaan Sosiaali- ja terveysministeriön tuella Veikkauksen varoin ympäri Suomea. Ystäväpiiri-ryhmiin osallistuvat kokevat yksinäisyyden lievittyneen ja hyvinvointinsa kohentuneen, jotka ovatkin keskeisiä toiminnan tavoitteita.

Ryhmät kokoontuvat 12 kertaa kolmen kuukauden ajan koulutettujen ohjaajien toimesta. Korkeintaan 8 henkilön ryhmissä kantavia voimia ovat vertaistuki, yhteiset kokemukset, huumori ja mukava yhdessäolo.

Ohjaajat tukevat ryhmäläisiä jatkamaan omatoimisia kokoontumisia ohjattujen ryhmäkertojen päätyttyä. Ryhmistä 60 % jatkaakin itsenäistä toimintaansa ilman ohjaajia. Silti esim. pitkät välimatkat, harvakulkuiset liikenne yhteydet ja toimintakyvyn heikentyminen saattavat vaikeuttaa iäkkäiden ryhmäläisten itsenäisiä tapaamisia.





## Sisarta ei jätetä -kampanjan lahjoitus

Zonta International Piiri 20 havahtui vuonna 2011 yksinäisyysaasteeseen. Zonta-naiset keräsivät Sisarta ei jätetä -kampanjalla vuosina 2012–2013 yhteensä 161 500 euroa Vanhustyön keskusliiton Ystäväpiiri-toiminnalle yksinäisyyden lievittämiseen.

Tuotto kerättiin myymällä neljän tunnetun taiteilijan – Riitta Nelimarkka, Heljä Liukko-Sundström, Marja Suna ja Anja Karkku-Hohti – töistä luotuja kirjeensulkijamerkkejä, ”Ystävyysniettejä”.

Tuotolla tuettiin Ystäväpiiri-ryhmien omatoimisia tapaamisia, joiden tavoitteena oli ylläpitää ja syventää ystävyys-suhteita ryhmäläisten välillä sekä edelleen lievittää yksinäisyyttä. Tuotolla edistettiin ryhmien asiakaslähtöisyyttä ja osallistujien mahdollisuutta olla tasavertaisessa taloudellisessa asemassa.

Lahjoituksen käyttöä seurattiin ohjausryhmässä, johon kuuluivat Zonta Piiri 20:stä Anja Hurme, Raija Kalimo ja Marja Manninen-Ollberg sekä Vanhustyön keskusliitosta Tarja Ylimaa ja Anu Jansson.

## Zonta-toimintastipendit

Omatoimisesti kokoontuvilla Ystäväpiiri-ryhmillä oli mahdollisuus hakea Zonta-toimintastipendiä. Hakuvaiheessa ryhmä teki yhteisen suunnitelman 10–15 kokoontumiskerralle ryhmäkertojen sisällöistä ja matkoista sekä niistä aiheutuvista kuluista.

Zonta-toimintastipendejä myönnettiin 167 ryhmälle yhteensä 148 137 euroa (sisältöihin 107 804 € ja matkoihin 40 333 €). Stipendin saaneita iäkkäitä ryhmäläisiä oli 1304 henkilöä.

Ryhmäläiset hakivat stipendiä kokoontumisten kuljetuksiin, retkiin, kahvitteeluihin, yhteisiin lounaisiin ja käynteihin erilaisissa kulttuurikohteissa kuten teatterissa, elokuvissa, museoissa ja taidenäyttelyissä. Ehdottomasti suosituimmat hakukohteet olivat yhteiset retket ja lounaat ryhmän kanssa.

Ystäväpiiri-ryhmät kokoontuvat keskimäärin neljä vuotta ohjatun ryhmän jälkeen. Pisimmillään Ystäväpiiri-ryhmä on kokoontunut yli yhdeksän vuotta omatoimisesti.

## Toimintastipendit vuonna 2013–2018

Alue	Sisällöt (€)	Matkat (€)	Ryhmät	Ryhmäläiset
Etelä-Suomi	42006	15437	66	474
Itä-Suomi	19498	9632	28	308
Länsi-, Lounais- ja Sisä-Suomi	38321	11603	62	424
Pohjois-Suomi, Lappi	7979	3661	11	98
<b>Kaikki alueet yhteensä</b>	<b>107804</b>	<b>40333</b>	<b>167</b>	<b>1304</b>

# Palautetta Zonta-toimintastipendistä

Stipendin käytöstä lähetettiin anonyymi kirjekysely 940 ryhmäläiselle. Kyselyyn vastasi 659 henkilöä ja vastausprosentti oli 70 %.

## Poimintoja kyselyn tuloksista

Vastaajat kärsivät yksinäisyydestä stipendiä hakiessa:

- usein tai aina 10 %
- toisinaan 56 %
- harvoin 23 %
- ei koskaan 11 %

Vastaajista 95 % koki yksinäisyytensä lievittyneen.

Vastaajista 89 % kertoi jatkavansa Ystäväpiiri-ryhmässä stipendin jälkeen.

Vastaajista 98 % lähtisi uudelleen mukaan vastaavaan ryhmätoimintaan.

” Virkistystä ja lisää yhteishenkeä.  
Loi yhteenkuuluvuuden tunnetta.  
Tutustuu ryhmäläisiin paremmin.

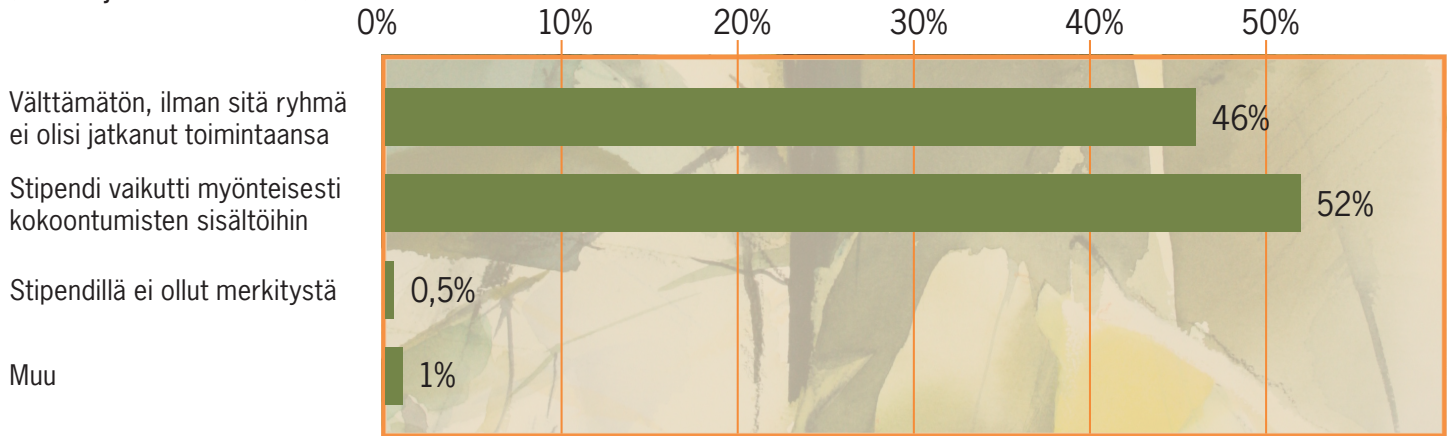
” Ehkä ilman stipendiä ryhmä olisi loppunut pikkuhiljaa.  
Nyt olemme jo hyviä ystäviä  
ja kaipaa milloin taas nähdään.

## Perustietoa kyselyyn vastaajista

- naisia 87 % ja miehiä 13 %
- keski-ikä 78 vuotta
- nuorin 53 vuotta ja vanhin 100 vuotta

# Mikä oli ryhmänne saaman taloudellisen tuen merkitys?

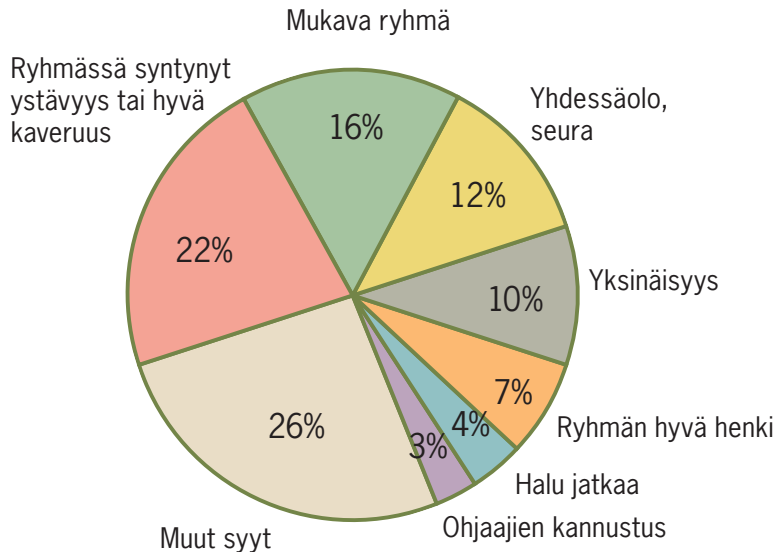
(vastaajien määrä 574)



” Ilman stipendiä tuskin moni olisi jatkanut, stipendillä saatiin ihanat lounaat, kaffet, retket. Kaikki kokoontumiset. Uudet ihanat paikat, siis uusi elämä.

” Suuri merkitys taloudellisesti, auttaa matkakuluissa.

## Mikä sai tekemään päätöksen jatkaa omatoimisessa ryhmässä ilman ohjaajia? (n=529)



22 % (n=115) vastaajista mainitsi syyksi Ystäväpiiri-ryhmässä syntyneen ystävyuden tai hyvän kaveruuden: "Sosiaalinen kanssakäynti: erittäin hyvät ystävät" ja "Ystävyystyimme niin, että tuntui luonnolliselta jatkaa." ja "Hyvät kaverit ja kuulumisten kertomiseen tärkeä paikka ja järjestämme itse mielenkiintoista ohjelmaa".


16 % (n=86) vastaajista koki ryhmän niin mukavaksi: "Meillä on vaan niin mukavaa yhdessä" ja "Mukavaa tavata tutuiksi tulleita ikäisiään" ja "Viihdymme hyvin yhdessä".


12 % (n=62) vastaajista mainitsi syyksi toisten seuran, sosiaalisen kanssakäymisen tai yhdessäolon "Ystäväpiiri on tärkeä sosiaalinen asia" ja "Seurassa virkistyy. Kotiin on liian helppo jäädä. Kiva porukka."


10 % (n=54) vastaajista mainitsi yksinäisyyden syyksi "Oma yksinäisyys. Ryhmässä hyvä yhteishenki, ainoat ystäväni




ovat ryhmässä, viihdyn siellä!” ja ”Kaipaen keskusteluystäviä. Olen ihan yksin!!!”

 7 % (n=38) vastaajista kertoi, että ryhmän hyvä henki tai yhteishenki sai jatkamaan ”Hyvä yhteishenki, kemiaa pelaa” ja ”mukava ryhmähenki, toisten ihmisten tapaaminen”.

 4 % (n=21) vastaajista kertoi, että oma tai muiden halu jatkaa vaikutti ”Halua jatkaa mukavassa seurassa” ja ”Koska kaikki muutkin halusi jatkaa”.

 3 % (n=18) vastaajista mainitsi ohjaajien kannustuksen tärkeäksi syyksi: ”Ohjaajan ammattitaito” ja ”Meillä oli alussa erittäin hyvät ohjaajat. Ryhmä jotenkin hitsautui yhteen”.

 Muita syitä mm. hyvät keskustelut (13 mainintaa), ilo ja hauskuus (12 mainintaa), vaihtelu arkeen (12 mainintaa), stipendi (11 mainintaa), virkistyminen (8 mainintaa) ”Tapaamiset tuovat iloa”.

## Mitä muuta lahjoituksella toteutettiin

Vuonna 2014 mahdollistettiin yksinäisyyttä käsittelevä Vieraskirja-esitys, joka toteutettiin yhteistyössä Tanssiteatteri Sivuun Ensemblen, Kansallisteatterin Kiertuenäyttämön, SPR:n Helsingin ja Uudenmaan piirin, Vanhustyön keskusliiton Ystäväpiiri-toiminnan sekä Zonta International Piiri 20:n kanssa. Esityksiä oli viidellä paikkakunnalla.

Vuonna 2015 valmistui AMK-opinnäytetyö: ”Ystäväpiiri-ryhmäläisten toimijuus omatoimisessa ryhmässä”, jossa tarkasteltiin iäkkäiden ihmisten toimijuutta omatoimisesti kokoontuvissa Ystäväpiiri-ryhmissä ja selvitettiin Zonta-toimintastipendin vaikutuksia. Opinnäytetyön painatus toteutettiin lahjoituksen varoista.

Ryhmäläisiltä kerättiin palautetta anonyymillä kirjekyselyllä stipendin käytön jälkeen. Palautteiden ja siitä toteutetun yhteenvedon tavoitteena oli selvittää, millainen merkitys stipendillä on ollut Ystäväpiiri-ryhmäläisille.

# Ryhmäläisten palautteita stipendin merkityksestä:

” Jokainen koki positiivisena sen, että meitä vanhuksia muistetaan tällä tavoin.

” Useille mahdollisti esim. teatterimatkan ja jonkin muun tutustumismatkan joka olisi maksanut. Yksin asuvalla ei tahdo eläke riittää ylimääräisiin menoihin.

” Loi yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tutustuu ryhmäläisiin paremmin. Antoi tuulahduksen pois arjen rutiineista.

” Stipendi antoi meille kokoontumisiin sisällön, arvostamme sitä paljon. Yritämme saada sillä mahdollisimman paljon iloa ryhmälle. Monet meistä eivät ole päässeet vuosiin mihinkään, sen takia olemme yksinäisiä. Olemme oppineet suunnittelemaan – kokoontumisissa selkeä teema ja tehtäviä ryhmän jäsenille, että jokainen tuntisi olevansa tärkeä.



” Lämmin kiitos Zonta International Piiri 20 kerholaisille Vanhustyön keskusliiton ja Ystäväpiiri-toiminnan puolesta erittäin merkittävästä lahjoituksestanne, josta on riittänyt apua ja iloa Ystäväpiiri-ryhmäläisille usean vuoden ajan!

*Anni Lausvaara, toiminnanjohtaja, Vanhustyön keskusliitto*

# Ystäväpiiri-toiminnan alueohjaajat

## **Pohjois-Suomi, Lappi**

Marjo Pääkkö, alueohjaaja  
050 324 0690  
marjo.paakko@vtkl.fi

## **Länsi- ja Sisä-Suomi, Lounais-Suomi**

Heidi Rytty-Ylinen, alueohjaaja  
050 373 1057  
heidi.rytty-ylinen@vtkl.fi

## **Itä-Suomi**

Minna Partanen, alueohjaaja  
050 360 1209  
minna.partanen@vtkl.fi

## **Etelä-Suomi**

Tarja Ylimaa, suunnittelija,  
alueohjaaja  
050 402 2528  
tarja.ylimaa@vtkl.fi



## **Toiminnasta vastaa:**

Anu Jansson,  
Ystäväpiiri-toiminnan päällikkö  
050 402 2529  
anu.jansson@vtkl.fi

**[www.vtkl.fi/ystavapiiri-toiminta](http://www.vtkl.fi/ystavapiiri-toiminta)  
#Ystäväpiiri**

Raportin julkaisija:  
Vanhustyön keskusliitto 2018  
Teksti: Anu Jansson ja Tarja Ylimaa  
Maalaus: Anja Karkku-Hohti  
Taitto: Kirsi Alastalo  
Paino: Painotalo Plus Digital 2018



**Vanhustyön keskusliitto**  
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄLRY



Malmin kauppatie 26  
00700 Helsinki  
Puhelin (09) 350 8600  
Faksi (09) 350 86010  
info@vtkl.fi, www.vtkl.fi