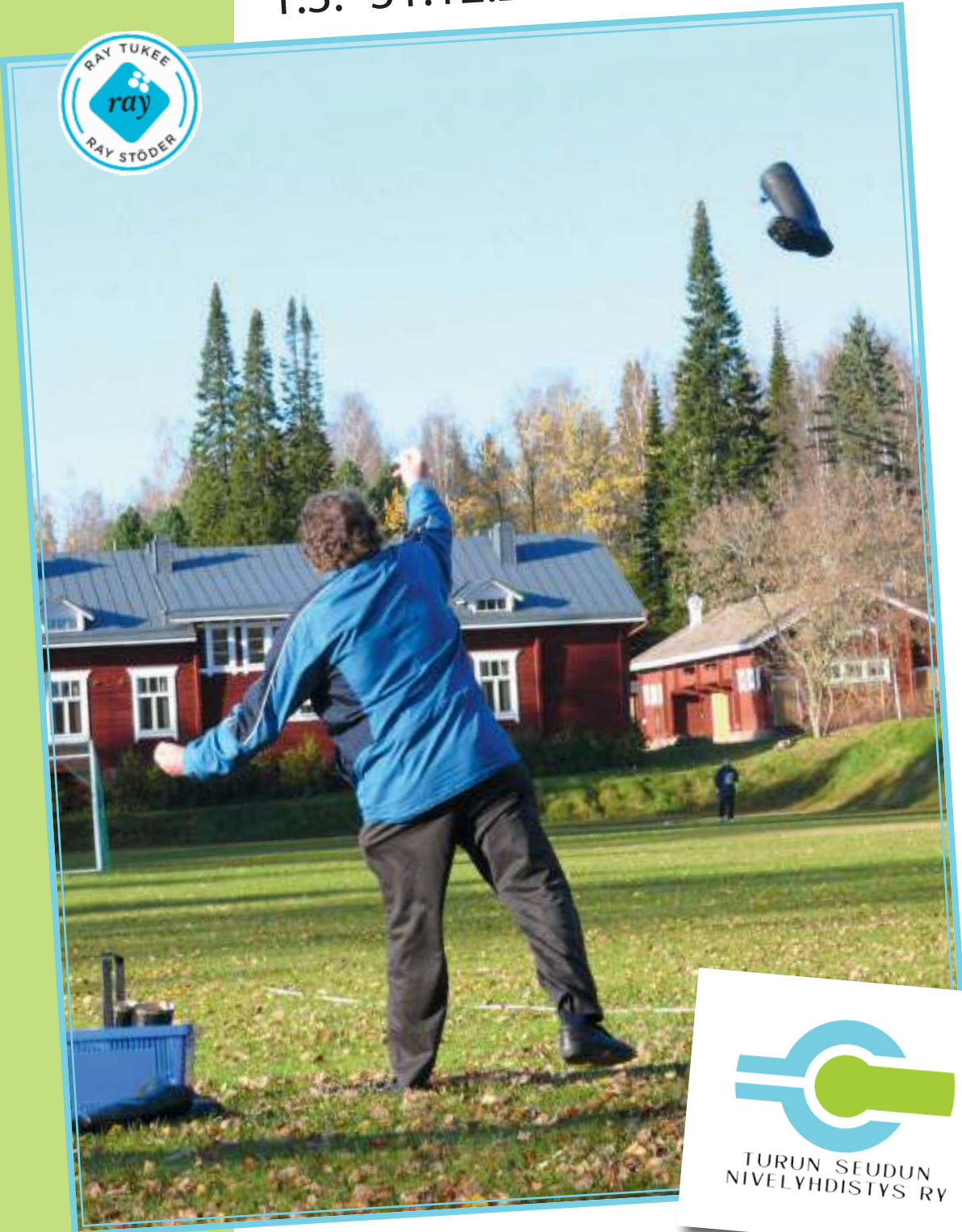


Nivelrikkaisen hyvä arki -hanke

1.3.-31.12.2012



TURUN SEUDUN
NIVELYHDISTYS RY

SISÄLLYSLUETTELO

Hankkeen tausta	3
Keskeiset tavoitteet	3
Resurssit	4
Menetelmät	4
Tärkeimmät tuotokset	5
Kyselyn kooste	5
Nivelluennot	8
Opinnäytetyö yhdistyksen vapaaehtois- ja vertaistukitoiminnasta	9
Aloite vapaaehtoiskoordinaattorin palkkaamiseksi	9
Hankehakemuksen valmistelu	9
Keskeiset tulokset	10
Keskeisiä vaikutuksia	12
Ongelmia ja haasteita	13
Juurruttaminen ja katse tuleviin haasteisiin	13
Lähteet	15

Turun Seudun Nivelyhdistys ry
Åbonejdens Förening för Ledpatienter rf
Aninkaistenkatu 14 B 3
20100 Turku
p. 040 351 3833
tsnytoimisto@gmail.com
www.nivelposti.fi

Teksti ja tilastografikat:

Projektipäällikkö Outi Tikkanen

Taitto: Sanni Häkkinen

Kansikuva: Vastavalo (www.vastavalo.fi), Pertti Hurstela



HANKKEEN TAUSTA

Turun Seudun Nivelyhdistys ry on itsenäinen Varsinais-Suomessa toimiva nivelrikkoisten yhdistys. Sen tarkoituksena on tehostaa nivelrikkoisten tiedon saantia, itsehoitoa, kuntoutumista ja vertaistapaamisia kaikissa hoitopolun vaiheissa. Toiminta alkoi Turussa lokakuussa 2004. Alle kymmenessä vuodessa yhdistys on laajentunut merkittäväksi alueelliseksi toimijaksi, joka on verkostoitunut laajasti. Vuoden 2012 lopussa jäseniä oli 2398 ja viikoittain vapaaehtoistyötä tekeviä 34 henkilöä. Yhdistyksen liikuntatoimintaan osallistui viikoittain noin 550 henkeä. Virkistystoimintaan ja retkille osallistui noin tuhat henkeä vuoden aikana. Yhdistykseen tulleita yhteydenottoja oli keskimäärin 855 kpl kuukaudessa.

Yhdistyksen toiminta on perustunut koko olemassaolon ajan pitkälti vapaaehtoistyöhön. Vuonna 2012 yhdistyksessä tehtiin yli 10 000 tuntia vapaaehtoistyötä. Palkattua henkilöstöä on ollut viime vuosina (2009–2012) keskimäärin kaksi henkilöä, joista toinen RAY:n hankkeen mahdollistamana. Hallitus on käytännössä hoitanut viikkoaan yhdistyksen toiminnanjohtajan työtä laajalla toimenkuvalla. Keskiössä on ollut arjen toiminnan pyöritys, ei strukturoitu toiminnan seuraaminen, palautteen keruu ja analysointi, ja toiminnan pitkäaikainen suunnittelu. Jäsenistöä ja toimintaan osallistuvia on silti pyritty kuuntelemaan kaiken tekemisen ohessa. Tässä lienee jossakin määrin onnistettu, koska jäsenmäärä on kasvanut jatkuvasti yhdistyksessä ilman mainittavia jäsenkampanioita.

Yhdistyksen hallitus halusi palkatun henkilön avulla selvennystä miten yhdistyksen toiminta vastaa jäsenistön tarpeisiin ja mitä kehittämisaatuksia jäsenistöllä ja aktiivisilla vapaaehtoisilla olisi yhdistyksen toimintaa kohtaan. Se että toimintaan osallistui hankekirjoittelun vaiheessa noin 400 henkeä viikossa, pidettiin yhdistyksen jäsenmäärään nähden vähäisenä. Kattava tarveselvitys haluttiin tehdä ensisijaisesti palvelujen ja toiminnan kehittämistä varten. Samalla haluttiin myös selvittää mitä mahdollisia esteitä nivelrikkoisilla oli omasta mielestään oman nivelterveyden hoitamiseksi. Siksi yhdistys haki Nivelrikkoisen hyvä arki -hankkeelle rahoitusta RAY:ltä. Rahoitus saatiin 1.3.–31.12.2012 väliseksi ajaksi.

KESKEISET TAVOITTEET

Hankesuunnitelman mukaan tavoite oli tehdä kysely 200 nivelrikkoiselle, juuri eläkkeelle siirtyville tai eläkkeellä oleville nivelrikkoisille. Erityisesti oltiin kiinnostuneita niistä passiivisemmista nivelrikkoisista, jotka eivät olleet motivoituneet itsehoitoon ja olivat potentiaalisesti syrjäytymisvaarassa. Myös miehien ja maahanmuuttajien näkemykset kiinnostivat, koska heitä oli toiminnan piirissä vähän. Tavoite oli kyselyn pohjalta kehittää ja monipuolistaa yhdistyksen palvelutoimintaa kaikille sopivammaksi ja helpommin saavutettavammaksi.

Tavoitteena oli myös kehittää yhdistyksen nivelvertais- ja vapaaehtoistoimintaa ja laajentaa yhteistyöverkostoa tarveselvitysten tulosten perusteella. Selvitystä oli tarkoitus hyödyntää paitsi uuden TULE-tietokeskuksen toimintaa ajatellen, myös oman toiminnan kehittämisessä, mikä on perustana kaikille yhteistyökuvioille. TULE-tietokeskusta oltiin suunnittelemassa hankehakemusta kirjoitettaessa vuodelle 2013 yhdessä Turun Seudun Osteoporoosiyhdistyksen, Turun Seudun Reumayhdistyksen sekä Turun Seudun Selkäyhdistyksen kanssa. Projektin avulla katsottiin saatavan arvokasta tietoa yhteistyön kehittämiseen.

RESURSSIT

Hankkeeseen palkattiin projektipäälliköksi FM Outi Tikkanen maaliskuun alussa 2012. Hankkeessa työskenteli myös 10 viikon ajan sosionomiopiskelija Hanna Kaisa Haapanen (FM, sosionomi). Lisäksi hankevuoden aikana kerätyn palautteen keruussa ja käsittelyssä sekä avoimien yleisöluentojen mainostamisessa auttoi Tuomo Höyhty. Hanketyön ohjaamisesta vastasi Turun Seudun Nivelyhdistyksen hallitus. Hankkeen maksuliikenteen, esivalmistelivat työt tilitoimiston suuntaan sekä osin maksatuksen teki yhdistyksen rahastonhoitaja Sinikka Kirjonen.

Hankkeen tukena toimii ohjausryhmä, jossa oli jäsenenä Juhani Pörfors Auralan Setlementistä, Ttm Mervi Siekinen TYKSistä, yliopettaja Kari Salonen Turun Ammattikorkeakoulusta, vertaisohjaaja Hannu Tähtinen, fysioterapeutti Sirkku Pohjanpalo sekä puheenjohtaja Marja-Liisa Salminen Turun Seudun Nivelyhdistyksestä. Ohjausryhmä kokoontui hankkeen aikana kolme kertaa.

MENETELMÄT

Tarvekartoitusta varten laadittiin kyselykaavake. Kyselykaavakkeen laati projektipäällikkö ja sosionomiopiskelija maaliskuussa sitä testattiin muutamalla nivelrikkoisella koehenkilöllä. Kyselyä ei rajattu pelkästään alkuperäisten suunnitelmien mukaan vain yhdistyksen jäseniin vaan se ulotettiin kaikkiin nivelrikkoisiin. Kysely oli mahdollista tehdä sähköisesti, paperiversiona tai suullisesti. Hankevetäjän ja opiskelijan kielitaito olisi myös riittänyt haastatteluun englanniksi tai ruotsiksi. Kyselyyn sai vastata nimettömästi.

Kyselyä mainostettiin yhdistyksen nettisivuilla ja kevään jäsenlehdessä (Nivelposti 1/2012) ja sitä jaettiin paperiversiona yhdistyksen retkeen osallistuville, yhdistyksen toimistolla asioiville, Raision ja Liedon nivelkerholaisille, nivelluennolle saapuneille, Nivelviikon 7.5.–12.5. kävijöille, sekä yhdistyksen Boccia-ryhmälle ja osalle uintiryhmistä. Lisäksi kyselyä jaettiin yhteistyökumppaneiden kautta Auralan Setlementin Kultaisen iän -kerholaisille, Turun Kaupunkilähetysten senioritoiminnassa mukana oleville, Turun Seudun Vammaisjärjestöjen kokoontumistilan (Happy House) käyttäjille ja Kaarinan kaupungin ikäneuvolan kävijöille. Hanketyöntekijä ja opiskelijaharjoittelija kävivät myös haastattelemassa Daisy Ladies ry:n toiminnassa mukana olevia maahanmuuttajanaisia, joilla oli nivelrikko. Lisäksi kyselyä postitettiin yli 300:lle yhdistyksen jäsenelle.

Kyselyt tehtiin pääosin huhti-toukokuussa 2012. Vastaukset käsitteli projektipäällikkö yhdessä sosionomiopiskelijan kanssa. Vastauksia esiteltiin kahdessa yleisötilaisuudessa Raision Nivelillassa elokuussa sekä Liedon Härkätien Nivelkerhossa syyskuussa. Lisäksi tuloksista koostettiin artikkeli syksyn jäsenlehteen (Nivelposti 2/2012), jonka levikki oli 3 000 kpl.

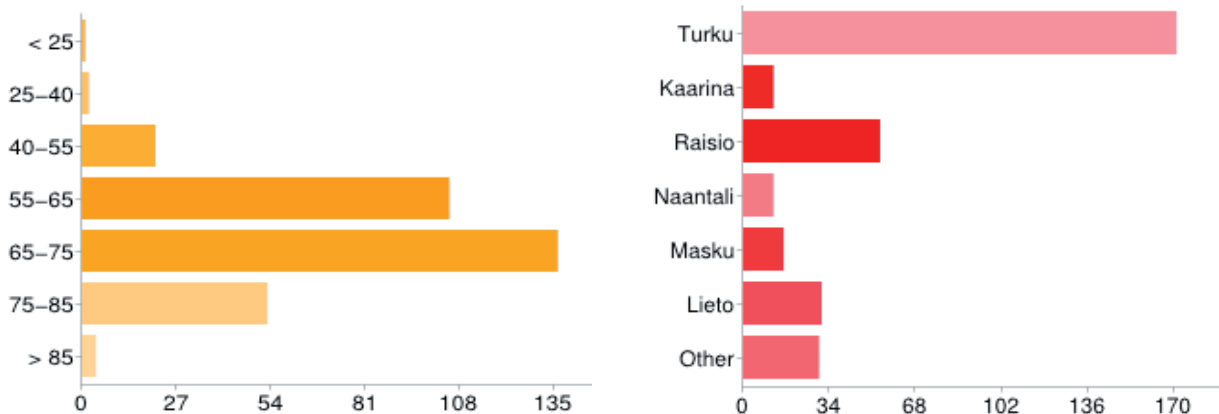
Yhdistyksen toimintaa seurattiin ja toiminnasta kerättiin systemaattisesti palautetta koko hankkeen ajan. Eri tarkoituksia varten laadittiin palautelomakkeet. Lähes kaikista virkistystoimikunnan järjestämistä retkisistä, yleisöluennoista ja tuettuun lomatoimintaan osallistuneilta kerättiin palaute ja se annettiin koostettuna toiminnan vetäjille ja hallitukselle. Palautteet otettiin huomioon seuraavan vuoden toimintaa suunniteltaessa. Yhdistykseen tulevia yhteydenottoja alettiin myös seurata. Seurannan tavoite oli tehdä yhdistyksen toimiston toimintaa läpinäkyvämmäksi työntekijöille, hallitukselle ja jäsenistölle.

TÄRKEIMMÄT TUOTOKSET

Kyselyn kooste

Kyselyjä palautui yhteensä 327 kappaletta. Osa, arviolta noin sata kappaletta, oli vaillinaisesti ja kiireessä täytettyjä. Kun tämä huomattiin, kyselyjä ei enää kerätty ennen yleisöluentoja tai retkiä, vaan mukaan liitettiin maksettu palautekuori ja kysely pyydettiin täyttämään rauhassa kotona. Tämä poisti vaillinaisesti täytettyjen vastausten palautumisen.

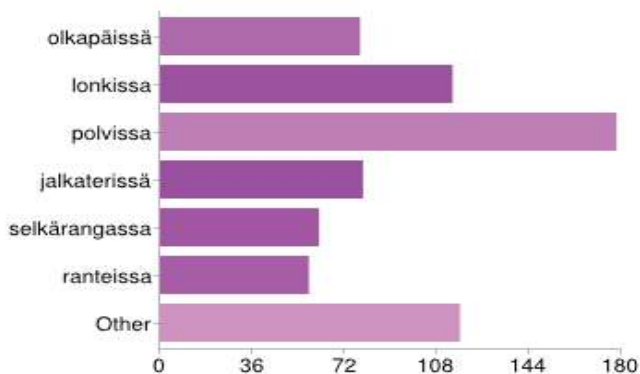
Vastaajat olivat pääosin 55–65- ja 65–75-vuotiaiden ikäryhmästä (Kuva 1) ja suurin osa heistä oli turkulaisia (Kuva 2). Hankkeen kohderyhmää piti olla hankesuunnitelman mukaan erityisesti juuri eläköityneet tai eläkkeelle jääneet. Kyselyvaiheessa tätä erottelua ei kuitenkaan näin jyrkästi tehty. Näyttäisi kuitenkin siltä että vastauksia saatiin kiitettävästi juuri tähän ikäryhmään kuuluilta.



Kuvat 1 ja 2. Nivelrikköisen hyvä arki -hankkeen kyselyyn vastanneiden ikä ja asuinkunta.

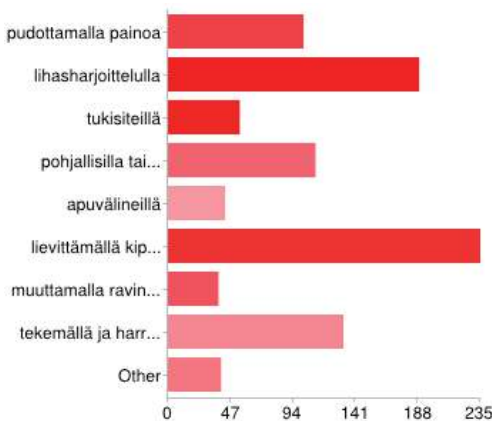
Valtaosalla vastaajista (81%) oli diagnosoitu nivelrikko ja nivelrikkoa oli hoidettu leikkauksin lähes puolella vastaajista (42%). Nivelrikko on usein henkilölle itselleen niin ilmeinen ettei sitä varsinaisesti menä eriksen diagnosoimaan, jos oireet pysyvät hallinnassa. Lääkäriin mennään yleensä nivelrikon edetessä ja kipujen pahetessa. Nivelrikolle tyypilliset oireet olivat tuttuja kaikille: särkyä rasituksen jälkeen, leposärkyä, jäykkyyttä nivelissä, rajoittuneita liikeratoja nivelissä tai nesteen kerääntymistä niveliin.

Vastanneet sairastivat eniten polvien nivelrikkoa, vaikka enemmistö vastaajista kärsi nivelrikosta useammassa nivelessä samaan aikaan (Kuva 3). Vastaukset heijastelevat yhdistyksessä havaittua eri vertaisryhmiin osallistumisen suosiota. Yhdistys on tarjonnut jo vuosia vertaisryhmiä käsi-olkapää, lonkka-, polvi- sekä nilkka- jalkateräryhmille. Vastaukset osoittivat neuvonnan laaja-alaisuuden merkityksen.



Kuva 3. Vastausten jakautuminen kysymykseen "Missä nivelrikkösi ilmenee?"

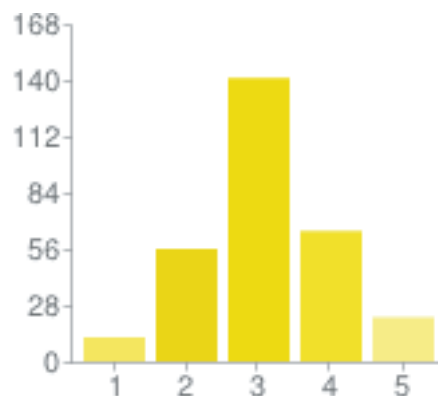
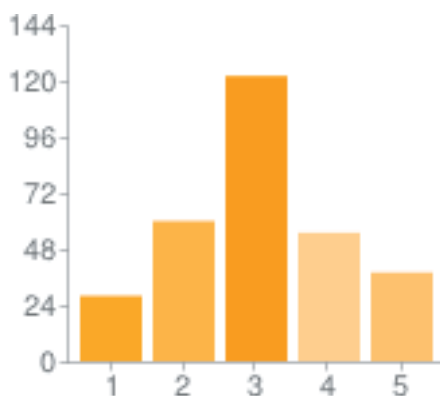
Vastaajat olivat hyvin perillä nivelrikon itsehoidosta. Kun heitä kysyttiin miten *miten olette yrittäneet lievittää nivelrikosta johtuvaa haittaa* (Kuva 4), nousivat kolmen kärkeen lääkinnälliset keinot (77%), liikunta (62%) ja erilaiset harrastukset, jotka veivät ajatuksia pois nivelrikosta (42 %).



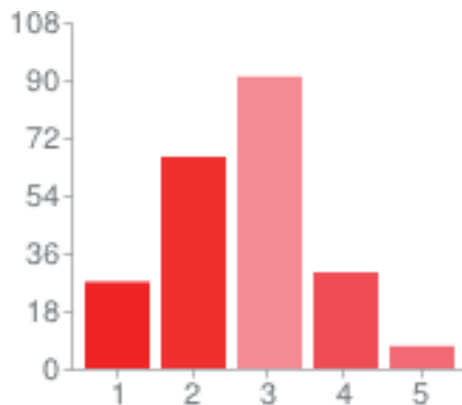
Kuva 4. Vastausten jakautuminen kysymykseen "Miten olette yrittäneet lievittää nivelrikosta johtuvaa haittaa?"

Kyselyyn vastanneet vaikuttivat tiedostaneen liikunnan merkityksen nivelrikon itsehoidossa hyvin. Enemmistö kertoi liikkuvansa viikossa 2–4 tuntia (48 %) tai tätäkin enemmän (25 %). UKK-instituutin terveysliikuntasuosituksen mukaan aikuisten (18–64v.) pitäisi liikkua vähintään 2,5 tuntia reippaasti tai 1h 15 minuuttia rasittavasti viikossa. Kyselyyn vastanneista 15 % liikkui liian vähän nähden liikuntasuositukseen nähden. Kolmannes halusi kuitenkin lisätä liikkumistaan nykyisestä. Melkein puolet kertoi liikkumisen lisäämisen esteeksi kivut. Suurin osa tosin myönsi yhdeksi liikkumisen lisäämisen esteeksi itsekurin puutteen (52 %). Ajan puute vaikutti vähemmän. Liikunnalla yritetään pitää nivelten liikkuvuutta ja lihaskuntoa yllä.

Nivelrikkoisilta kysyttiin myös asteikolla 1–5 *miten kuinka paljon uskotte voivanne itse vaikuttaa nivelrikon aiheuttamiin haittoihin*. Huomio kiinnittyi siihen **kolmannekseen, jonka mielestä asiaan voi vaikuttaa vähän tai ei ollenkaan** (1=12%, 2=17%). Tämä osoittaa hyvin mikä työ yhdistyksellä on itsehoidon jatkuvassa neuvonnassa ja ohjaamisessa. Jos kolmannes vastaajista ei usko että omalla toiminnalla voi vaikuttaa nivelrikon haittoihin, on todennäköistä että itsehoitoon motivoitutaan heikosti. Voi olla että asialla on kytkös myös mielialaan. **Lähes 30% vastaajista oli sitä mieltä että nivelrikko vaikuttaa heidän mielialaansa paljon tai erittäin paljon.** Jos mieli on maassa, itsehoitoon vaadittava oma-aloitteisuus ja itsekuri voi olla mahdollista tai ainakin vaikeaa.



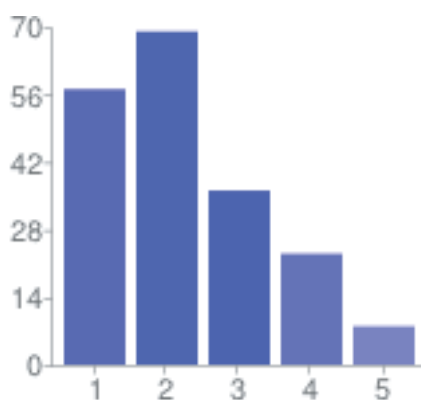
Kuva 5 (oranssi) Vastausten jakautuminen kysymykseen "Kuinka paljon uskotte voivanne itse vaikuttaa nivelrikon aiheuttamiin haittoihin?" (1= en mitenkään, 5 = erittäin paljon) ja **Kuva 6 (vihreä)** "Miten nivelrikko vaikuttaa mielialaanne?" (1 = ei mitenkään, 5 = erittäin paljon).



Kuvat 7 ja 8. Vastausten jakautuminen pyyntöön: "Arvioi tyytyväisyyttä julkisiin (punaisella), yksityisiin (keltaisella) palveluihin" (1 = erittäin tyytyväinen, 5 = erittäin tyytymätön)

Nivelrikkosen käyttämät palvelut koostuvat julkisen, yksityisten ja yhdistysten tuottamista palveluista. Vastaajien joukossa **yksityiset ja julkiset palvelut olivat lähes yhtä käytettyjä** (55–57 % Kuva 7). Yhdistysten tuottamia palveluja oli käyttänyt 31 % vastaajista. **Yksityisiin palveluihin oltiin jonkin verran tyytyväisempiä kuin julkisiin palveluihin.** Erittäin tyytymättömiä palvelujen käyttäjissä oli hyvin vähän, yksityisellä puolella 2 %, julkisella 6 %.

Vastaajat esittivät toiveita palvelujen kehittämiseksi. He toivoivat nopeampaa pääsyä julkisiin palveluihin. Työterveyden toivottiin perehtyvän paremmin nivelrikkoon varsinkin niillä aloilla, joilla nivelet joutuvat kovalle rasitukselle. Vastaajien mielestä lääkärin pitäisi tutkia kunnolla ja ohjata tarvittaessa erikoislääkärin vastaanotolle sekä fysioterapiaan. Niveloireisiin ja kipuun toivottiin suhtautuvan vakavasti julkisella puolella. Kivunlievitykseen käytettävistä keinoista sekä lääkkeiden yhteensopivuudesta ja mahdollisista haittavaikutuksista kaivattiin tarkempaa tietoa. Leikkaukseen menevän tukea toivottiin lisättävän eri muodoissaan. Esimerkiksi kotona tapahtuva ohjaus, ennen ja jälkeen leikkauksen, toivottiin julkisena palveluna takaisin. Leikkauksen jälkeistä kotiapua toivottiin kehitettävän joko kunnan tai yhdistyspuolen toimintana.



Kuva 9. Vastaajien tyytyväisyys Turun Seudun Nivelyhdistyksen toimintaan (1= erittäin tyytyväinen, 5=erittäin tyytymätön)

Turun Seudun Nivelyhdistyksen toimintaan oltiin pääosin melko tyytyväisiä (Kuva 9). Vapaassa vastauksessa vastanneet saivat esittää kehittämisajatuksiaan eri tahoille. Yhdistyspuolelta vastaajat toivoivat liikunnan tukemista eri tavoin. Yhdistykseltä haluttiin puolueetonta neuvontaa ja ohjausta sekä yleisöluentoja vaihtelevista aiheista. Yhdistyksen toivottiin laajentavan toimintansa useamman kunnan alueelle, kuten Lietoon, Kaarinaan, Raisioon sekä pienemmille paikkakunnille. Yhdistyksen toiminnan toivottiin huomioivan paremmin työikäisiä. Tämän vuoksi toiminnassa toivottiin enemmän iltapäinottoisuutta.

Vastaajat jättivät runsaasti toiveita avoimeen kysymykseen *minkälaista tietoa kaipaatte nivelrikosta?* Toiveilistalla kaivattiin mm. tietoa itsehoidosta (6 vastaajaa), tietoa nivelrikon hoitoon käytettävistä (uusista) lääkkeistä (4), uusista hoitomuodoista (4), vaihtoehtoja leikkaukselle (4), ravitsemusohjeita, tietoa luontaistuotteista, vitamiinien vaikutuksesta nivelrikkoon, kivunlievityksestä (3), apuvälineistä, arjessa selviytymisestä ja siitä minkälainen liikunta ei pahenna kulumista.

Nivelluennot

Yhdistyksen toiminnassa huomioitiin kyselyssä saatu palaute jo syksyn 2012 suunnittelussa. Syksyksi järjestettiin avoimia ja maksuttomia yleisöluentoja kyselyissä toivotuista aiheista. Luennot järjestettiin kolmella paikkakunnalla Turussa (9), Liedossa (4) ja Raisiossa (3). Luennoille osallistui yhteensä 1527 henkeä (Kuva 10). Tilaisuuksissa kerättyjen osallistujalistojen mukaan, valtaosa ei ollut yhdistyksen jäseniä.



Kuva 10. Nivelluennon yleisöä Liedossa 28.11.2012

Luennoitsijoiksi saatiin eri alojen ammattilaisia: mm. fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti, farmaseutteja ja useita ortopedejä (Taulukko 1). Aiheet oli poimittu osin kyselyistä, osin luennoilla pyydettyistä luentoaiheitoiveista. Suurin osa luennoitsijoista tuli esiintymään maksutta, mikä mahdollisti laajan luentosarjan toteuttamisen ja toiminnan jatkamisen myös keväällä.

Luentosuunnitelma ja -ohjelma ehdittiin tehdä myös kevääksi 2013 Turkuun, Raisioon ja Kaarinaan. Liedon ohjelma jäi kesken, mutta luentopäivät ja salivaraukset tehtiin kolmelle luennolle. Yhdistys on toteuttanut suunnitellut luennot ja parhaillaan valmistellaan syksyn 2013 ohjelmaa. Luentojen suosio ja kerättävä palaute palkitsee yhdistyksessä luentoja toteuttavia vapaaehtoisia ja työntekijöitä. Kaikki ymmärtävät että toiminta on tarpeellista ja kuulijakuntaa riittää eri aiheisiin. Vaikuttaisi silti että luentojen säännöllisyys ja terävöitynyt markkinointi vahvistaa niiden suosiota jatkuvasti.

Turku osallistujia 669:

- 19.4. ylilääkäri, ortopedi Petri Virolainen: ajankohtaista lonkkakuluman hoidosta
- 8.5. nivelviikon pääjuhlassa ortopedi Juho Rantakokko: tehdäänkö turhia selkäleikkauksia?
- 24.5. lääkäri (EU:n ulkop.) Romina Tiilikka: ravinto ja painonhallinta
- 28.5. ylilääkäri, ortopedi Petri Virolainen: ongelmia tekonivelistä?
- 20.9. ylilääkäri, geriatrinen lääkäri Maaria Seppälä: miten vanhenen viisaasti?
- 25.9. kansanparantaja Hanna Aro-Heinilä: vanhan kansan kotikonstit nivelrikkoselle
- 18.10. tulosaluejohtaja Anne Santalahti: uusi terveydenhuoltolaki
- 6.11. apteekkari Anna Kanerva: tunne lääkkeesi!
- 15.11. professori Hannu Aro: osteoporoosi ja tekonivelleikkaus

Raisio osallistujia 569:

- 29.8. nivelillassa ylilääkäri, ortopedi Petri Virolainen: kuinka nivelrikkoa tulisi hoitaa?
- 12.9. radiologi Eira Pekola: kolottaako luissa? Kuluma vai kato?
- 17.10. ravitsemusterapeutti Sandra Porthan: ruokavalion vaikutus nivelrikkoon
- 14.11. endoproteesihoitaja Mari Routapohja: elämää tekonivelen kanssa

Lieto osallistujia 289:

- 26.9. ravitsemusterapeutti Sandra Porthan: ruokavalion vaikutus nivelrikkoon
- 31.10. fysioterapeutti Jenni Jeromaa-Alho: liikunnan merkitys nivelrikon hoidossa
- 28.11. ylilääkäri, ortopedi Petri Virolainen: kuinka nivelrikkoa tulisi hoitaa?

Taulukko 1. Hankkeen toimesta järjestetyt avoimet ja maksuttomat nivelluennot 2012.

Yksi uusista yhdistyksen toiminnan uudista avauksista, oli keväällä ensimmäistä kertaa järjestetty venäjänkielinen luento nivelrikosta ja sen itsehoidosta. Yhdistyksen tiedossa sattui olemaan Suomessa asuva ja työskentelevä venäjänkielinen kokenut ortopedi. Luennoille osallistui 30 henkeä. Valmistelut luennoille tehtiin marras-joulukuussa 2012 ja luennon mainostaminen aloitettiin jo ennen vuoden vaihdetta. Yhdistys aikoo jatkaa vieraskielisiä luentoja mahdollisuuksien mukaan. Suurin pullonkaula on kuitenkin sopivien luennoitsijoiden löytäminen.

Opinnäytetyö vapaaehtois- ja vertaistukitoiminnasta

Yhdistykseen työharjoitteluun tullut sosionomiopiskelija Hanna Kaisa Haapanen oli hankkeessa käytännössä toisena täysiaikaisena työntekijänä 10 viikkoa. Hän oli laatimassa nivelrikkoisille suunnatun kyselyn kyselykaavaketta, käsitteli kyselyjen vastauksia sekä luennoilta ja retkiltä kerättyjä palautteita ja osallistui syksyn luentojen markkinointiin. Haapanen teki osin harjoittelun aikana myös opinnäytetyönsä aineiston keräämisen haastatteleamalla kymmentä Turun Seudun Nivelyhdistyksen vapaaehtois- ja vertaistukitoimijaa. Haapasen opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää vapaaehtois- ja vertaistukitoiminnan merkitystä Turun Seudun Nivelyhdistys ry:n vapaaehtois- ja vertaistukihenkilöille sekä sitä, miten toimintaa tulisi heidän mielestään kehittää. Opinnäytetyö tehtiin toimeksiantona yhdistyksen Nivelrikkoisen hyvä arki -hankkeeseen. Opinnäytetyö VAPAAEHTOIS- JA VERTAISTUKITOIMINTA -*Turun Seudun Nivelyhdistys ry:n vapaaehtois- ja vertaistukihenkilöiden näkemyksiä toiminnan merkityksestä ja sisällöstä* valmistui marraskuussa 2012 (Haapanen 2012).

Aloite vapaaehtoiskoordinaattorin palkkaamiseksi

Projektipäällikkö osallistui hankkeen ajan Turun Seudun Valikon kokouksiin. Heti ensimmäisessä kokouksessa kävi ilmi, että Turun kaupungilla ei ollut yhtään palkattua henkilöä koordinoimassa vapaaehtoistoimintaa. Tämä nähtiin ongelmalliseksi myös Valikossa, jonka palveluksessa ei myöskään ollut yhtään yhteistyötä koordinoivaa henkilöä. Projektipäällikkö oli laatimassa huhtikuussa 2012 yhdessä kahden muun järjestön edustajan kanssa aloitetta Turun kaupungille, jossa esitettiin että Turku ja Turun lähikunnat (mm. Kaarina, Raisio, Lieto, Naantali, Aura, Paimio, Masku ja Rusko) palkkaisivat kaksi vapaaehtoistoiminnan koordinaattoria, jotka vastaisivat yhdistysten, järjestöjen, yksityisten palveluntuottajien, seurakunnan sekä kaupungin tiiviistä, pitkäjänteisestä ja koordinoidusta yhteistyöstä. Ehdotimme koordinaattorien palkkaamista Turkuun (1) ja Turun seudulle (1) Kaste-ohjelman ja kuntien rahoituksella. Ehdotus sai vastakaikua Turussa ja kaupunki palkkasi vapaaehtoiskoordinaattorin alkuvuodesta 2013. Toista henkilöä ei palkattu.

Hankehakemuksen valmistelu

Hankkeessa laadittiin hankehakemus RAY:lle toukokuussa 2012. Hakemus *Nivelterveyttä työikäisille* -projektiin 1.3.2013–31.12.2014 tehtiin kyselyjen pohjalta ja sen tekivät projektipäällikkö yhdessä sosionomiopiskelijan kanssa. Hankevalmisteluaika jäi lyhyeksi, sillä hankkeen pohjana oli tuore nivelrikkoisille tehty kysely, jonka palautumishuippu ajoittui huhti-toukokuun vaihteeseen. Tämän vuoksi yhdistyksessä ei ehditty käydä rahoittajan kanssa keskustelua suunnittelun tueksi.

Haetun projektin päätavoitteena oli työikäisten nivelrikkoisten itsehoitotietoisuuden lisääminen ja heidän nivelterveytensä vahvistaminen ammattilaisen antaman tuen ja ohjauksen avulla. Tavoitteena oli tukea työikäisten nivelrikkoisten työllistymistä, työelämässä jaksamista ja työkuuntoisena pysymistä. Lisäksi maahanmuuttajia varten olisi toimitettu projektissa selkokielinen palveluopas, jossa olisi kerrottu perustietoa nivelrikosta, itsehoidon merkityksestä ja menetelmistä ja jossa olisi käynyt ilmi nivelrikkoisille suunnattujen palvelujen rakenne. Oppaan suunnittelussa, tekstien kääntämisessä ja testaamisessa olisi hyödynnetty hoitoalalla työskenteleviä maahanmuuttajia. Projekti sai kielteisen rahoituspäätöksen joulukuussa 2012.

KESKEISET TULOKSET

Keskeisinä tuloksina yhdistyksen kannalta voitaneen pitää edellisessä kappaleessa esiteltyä kyselykartoituksen tekoa sekä laajan luentosarjan toteuttamista kyselyjen pohjalta. Kysely purettiin heti sen tekemisen jälkeen toukokuussa ja sen keskeisiä tuloksia esiteltiin ohjausryhmälle elokuussa sekä jäsenistölle elo-syyskuussa Raision Nivelillassa, Härkätien Nivelkerhossa sekä Nivelposti-lehdessä (levikki 3000).

Hankkeen aikana organisoitiin myös **palauttejärjestelmä** nivelyhdistyksen toiminnan seuraamiseksi. Tavoite oli saada jäsenistön palaute kaikesta toimintaan osallistumisesta ja saada se toimintaa organisoiville henkilöille mahdollisimman tuoreena. Palautteiden keräämisestä, käsittelystä ja tiedottamisesta laadittiin perehdytysohjeet yhdistyksen kansioon, jotta mahdollisesti vaihtuvien työntekijöiden tai harjoittelijoiden vuoksi ei tulisi katkoksia tai käsityseroja miten palautteiden kanssa toimitaan. Palautejärjestelmä paransi toiminnan avoimuutta ja toiminnan nopeaa reagoitua palautteista nousseisiin toiveisiin.

Yhdistyksen **toiminnan läpinäkyvyyttä jäsenistölle lisäsi** osaltaan yhdistykseen tulevien **yhteydenottojen seuranta**. Toimistotyöntekijät (vaihtui vuoden aikana) kokivat ongelmaksi ettei voineet työaikansa puitteissa (50%) vastata kaikkiin yhteydenottoihin halutulla tavalla. Käytännössä tämä tarkoitti että kaikkiin yhdistykseen saapuneisiin puheluihin ja tekstiviesteihin ei voitu vastata välittömästi. Seurannan perusteella (8 kk) arvioitiin koko vuoden aikana saapuneiksi yhteydenotoiksi yhdistyksen toimistoon (puhelimitse, sähköpostitse ja tapaamisten kautta) yhteensä 10 300 yhteydenottoa. Saapuneista puhelusta noin 50 % soitettiin vertaistukipuhelimeen. Vertaistukipuhelimen aukiolo 8–21 paikkasi toimistopuhelimen puoliaikaisuutta.

Resurssien ja tarpeen kohtaamattomuus oli tietenkin ajoittain kuormittavaa sekä työntekijöille että vapaaehtoisille. Tilanne toi yhteydenottajilta välillä kipakkaakin palautetta. Yhteydenottajien oli vaikea ymmärtää mihin puoliaikaisen toimistotyöntekijän, hanketyöntekijän ja vapaaehtoisen vertaistukipuhelimen vastaajan aika riittää. Yhteydenotoista koottua tilastoa käytettiin yhdistyksen toimintakertomuksen 2012 laadinnassa (liitteenä vuosiraportissa).

Hankkeen aikana **tiivistettiin yhteistyötä kuntien kanssa, jotta toimintaa oli mahdollista laajentaa ympäröiviin kuntiin**. Luentoja pystyttiin syksyllä 2012 järjestämään Raisiossa ja Liedossa, koska kunnat antoivat valtuustosalajaan maksutta käyttöön. Hankkeeseen budjetoidut rahat eivät olisi tähän riittäneet. Molemmilta kunnilta saatiin puoltolausunnot myös haettuun uuteen hankkeeseen. Ennen hankkeen loppumista saatiin vielä sovittua samankaltainen tilajärjestely Kaarinan kaupungin kanssa kevään 2013 osalta. Toiminnan laajentaminen on erityisesti tärkeää autottomien tai muuten heikosti liikkumaan kykenevien nivelrikkoisten suhteen. Käytännössä on huomattu, että tilaisuuksiin saapujat tulevat pääosin luentopaikkakunnalta ja lähiympäristöstä.

Kyselyssä toivottiin yhdistykseltä mm. palvelujen laajentamista Turun ulkopuolelle sekä monipuolisempia liikuntamahdollisuuksia. **Aloitimme** kyselyn toiveisiin vastaten **nivelrikkoisille suunnatun vesiliikuntaryhmän elokuussa 2012 Raision Ulpukassa** (Kuva 11). Suunnittelu tehtiin yhdessä Raision kaupungin liikuntapalvelujen kanssa. Ryhmässä oli tilaa 30:lle ja se täyttyi heti. Toimintaa laajennettiin vuoden 2013 alusta toisella ryhmällä vesivoimistelun suosion vuoksi. Järjestely mahdollisti suosituksen laajentamisen hankkeen aikana 30:lle nivelrikkoiselle, vuoden 2013 alusta 60:lle nivelrikkoiselle. Kaikki aikaisemmat yhdistyksen järjestämät allasryhmät toimivat Turussa.



Kuva 11. Hankkeen aikana yhdistyksen toiminta laajeni vesiliikunnan osalta myös Raisioon.

Haapasen **opinnäytetyö toi lisävalaistusta vapaaehtoistoimijoiden kokemuksiin yhdistyksestä.** Tulosten perusteella vertais- ja vapaaehtoistoiminta koetaan yhdistyksessä merkitykselliseksi erityisesti hyödyksi olemisen ja auttamisen aikaansaaman hyvänolon tunteen vuoksi. Avun antaminen aikaansaa haasteltujen mukaan onnistumisen tunteen ja toiminta koetaan tarkoituksellisena. Toimintaan osallistumisella koetaan olevan myönteisiä vaikutuksia myös oman terveyteen, mikä osaltaan ylläpitää osallistumismotivaatiota. Vapaaehtois- ja vertaistoiminnassa tärkeimpinä asioina pidetään auttamista, niveltiedon levittämistä sekä ihmisten aktivoimista. Kolmannen sektorin tuottamien palveluiden merkitystä julkisten palveluiden täydentäjänä pidetään yhä suurempana. (Haapanen 2012)

Myös vapaaehtoiset esittivät huolen uusien henkilöiden mukaan saamisesta. Asia oli ennestään yhdistyksen hallituksen tiedossa. Haastateltujen mielestä uusien vapaaehtoisten mukaan saamista pidettiin keskeimpänä haasteena yhdistyksen toiminnassa. Haastateltujen toive oli, että vapaaehtoisvoimin järjestettävä toiminta tulisi mitoittaa toimijoiden lukumäärän ja jaksamisen mukaan, jotta siitä ei muodostuisi liian kuormittavaa. (Haapanen 2012.)

Hankkeen aikana **tehostettiin yhdistyksen tiedottamista.** Tavoitteena oli löytää uusia kanavia tiedottamiselle, jotta tieto yhdistyksen toiminnasta ja palveluista tavoittaisi uusia osallistujia. Turun Seudun Niveilyhdistykselle oli avattu suljetut Facebook-sivut ennen hanketta. Sivuja ei ollut vielä mainostettu jäsenille, mutta käyttöä oli jo harjoiteltu. Hankkeelle avattiin **avoimet Facebook-sivut** 22.3.2012. Projektipäällikkö vastasi molempien sivujen päivittämisestä. Sivuille linkitettiin yhdistyksen ja hankkeen tapahtumia ja ajankohtaista julkista keskustelua. Hankkeen sivuja päivitettiin 104 kertaa ja yhdistyksen sivuja 41 kertaa vuonna 2012.

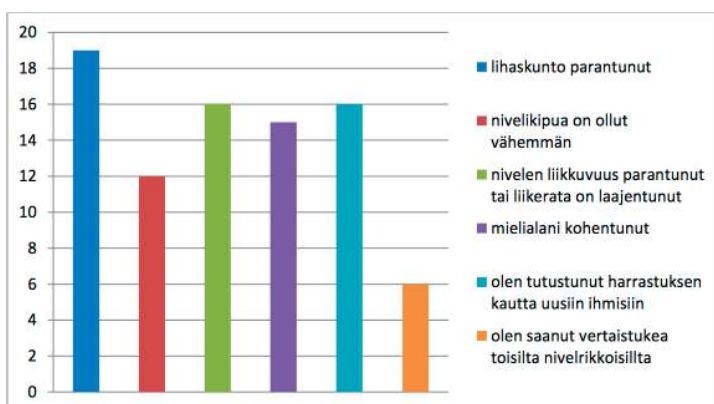
Syksyn 2012 ja kevään 2013 **luento-ohjelmaa jaettiin laajalti** mm. apteekkeihin, kauppojen ilmoitustauluille, kirjastoihin, uimahalleihin, terveysasemille ja -keskuksiin ja lääkärikeskuksiin Kaarinassa, Raisiossa, Liedossa, Naantalissa ja Turussa. Lisäksi luento-ohjelmaa levitettiin sähköpostitse yhteistyökumppaneille, sosiaali- ja terveysalan yhdistyksille ja sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksille. Perinteistä ilmoitusten jakamista ilmoitustauluille teki arviolta viisi henkilöä.

KESKEISIÄ VAIKUTUKSIA

Yhdistyksen toiminnasta kerätty palaute työllisti hanketoimittajia ja harjoittelijoita. Lyhyt hankkeiden aika pakkoi keskittymään toiminnan aikaansaamiseen ja tulosten tekoon, jolloin koko hankkeen vaikutusten mittaaminen jäi vähäiseksi. Avoimilla luennoilla pyydettiin palautetta joka kerta. Lomakkeessa **pyydettiin kahdessa kohdissa arvioimaan luennon merkittävyyttä ja saadun tiedon hyödynnettävyyttä omalta kannalta**. Lomakkeessa kysyttiin asuinpaikkakuntaa (myös osallistujalistassa), yhdistyksen jäsenyyttä, mistä vastaaja sai tiedon luennosta ja miten tilaisuus vastasi kuulijan odotuksia (arvioiden 1–5, 1 = erittäin hyvin, 5 = erittäin huonosti). Lisäksi pyydettiin arvioimaan luennon hyödyllisyyttä kuulijalle (arvioiden 1–5, 1 = erittäin hyödyllinen, 5 = tarpeeton) ja antamaan toiveita tulevilla nivelluennoilla käsiteltävistä aiheista. Palautetta jätti yleensä alle puolet kuulijoista. Odotukset painoutuivat vastauksissa kohtiin erittäin hyvin, hyvin sekä tarpeellisuuden suhteen erittäin tarpeellinen, tarpeellinen tai melko tarpeellinen.

Merkittävin vaikutus saatiin esille Ulpukan vesiliikuntaryhmälle tehdystä palautekyselystä. Myönteiset vaikutukset olivat niin huomattavia, että asiaa olisi syytä tutkia laajemminkin. Ulpukan vesiliikuntaa järjestettiin kerran viikossa 40 minuutin ajan. Lokakuussa 2012 tehtiin ryhmäläisille kysely, jossa selvitettiin kokemuksia vesiliikunnan merkityksestä, kysyttiin tyytyväisyyttä järjestelyihin ja pyydettiin toiveita kevätkaudelle. Vesiliikuntakertoja oli ehtinyt kertyä 10 kertaa ennen kyselyn tekemistä. Kyselyyn sai vastata anonyymisti. Vastauksia palautui 25 kappaletta.

Vastaajista 24 koki, että vesiliikunnalla oli ollut myönteisiä vaikutuksia heidän terveyteensä ja hyvinvointiinsa. Ainoa Ei-vastaajakin täydensi vastaustaan: *”En ole huomannut mitään erikoista, koska muutenkin liikun paljon, mutta tämä on ollut hyvä.”* Jumppaajilta myös kysyttiin jatkokysymys, minkälaisia vaikutuksia nämä ovat olleet. Kun vastaajille tarjottiin valmiita väittämiä ja vapaata kenttää, vastaukset jakaantuivat seuraavasti:



Kuva 12. Vesiliikuntaryhmän antamia arvioita vesiliikunnan vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin.

Huomattavaa on, että kaikki rakensivat useamman kuin yhden kohdan. Yli puolet vastaajista oli myös sitä mieltä, että **vesiliikunta oli vaikuttanut heidän mielialaansa kohentavasti**, mikä oli yhdistystoimijoiden kannalta hyvin merkittävä löydös. Vapaassa kentässä yksi vastaaja totesi vesijumpasta olleen apua myös painonhallinnassa.

Nämä tulokset palkitsevat yhdistyksen toimintaa organisoivia henkilöitä. Kaikista suurimpana haasteena on saada hoitamaan itseään ne, joilla on mielialaongelmia. Vesiliikunta on ollut jo vuosia suosituin liikuntamuoto yhdistyksessä. Yhdistyksessä on kokeiltu hyvin monenlaisia liikuntamuotoja, mutta vesiliikunnan suosio on säilynyt vahvana.

Haapasen opinnäytetyössä **saatiin haastateltua syvemmin lähes kolmasosa yhdistykseen säännöllisesti vapaaehtoistyötä tekevästä**. Hankkeesta jäi tekemättä ohjausryhmälle ja sidosryhmille suunniteltu kirjallinen palautekysely ajan puutteen vuoksi. Ohjausryhmä antoi kuitenkin suullisesti palautetta projektipäällikölle ohjausryhmän kokouksissa. Työyhteisön pienuuden vuoksi palaute kulki työyhteisön sisällä

tehokkaasti. Palautteiden keräämistä olivat kiirehuippuina tekemässä kaikki työntekijät ja harjoittelijat. Palautteiden koosteet annettiin myös toimistoon tiedoksi.

Kerätyt palautteet vaikuttavat yhdistyksen toimintaan edelleen. Esimerkiksi virkistystoiminnan osalta retkillä kysytyt tulevien kohteiden toiveet on koostettu samaan paikkaan ja virkistystoimikunta suunnittelee tulevia retkiä niiden pohjalta. Uutta palautetta kerätään koko ajan lisää. Sama koskee luentotoiveita.

ONGELMIA JA HAASTEITA

Hankesuunnitelmassa oli tavoiteltu niiden nivelrikkoisten saavuttamista, joita ei normaalissa viikkotoiminnassa käynyt. Käytännössä etsivä työ jäi vähäiseksi ja mahdollisesti passiivisia henkilöitä yritettiin saada vastaamaan kyselyyn laajalla jakelulla, anonymiteetillä sekä mahdollisuudella maksettuun palautuskuoreen tai sähköiseen palautukseen. Koska hankkeessa oli rahaa vain yhteen työntekijään, kotikäyntejä ei tehty turvallisuus- ja aikasyistä.

Hankkeen haasteena oli toimia yhdistyksessä, jossa hanketyöntekijä oli ainoa päätoiminen työtä tekevä henkilö. Resurssien ja työmäärän epäsuhta yhdistyksessä oli ilmeinen. Ilman työteliäitä vapaaehtoisia yhdistyksen olisi ollut pakko supistaa toimintaa. Yhdistyksen laaja toiminta perustuu tälläkin hetkellä sinnikäisiin ja sitoutuneisiin vapaaehtoisin. Tämä luo paineita vapaaehtoisten jaksamiselle.

Projektia ei tehty omassa erillisessä maailmassa, vaan avokonttorissa keskellä asiakkaita ja vapaaehtoisia. Työskentelytapa sopi projektipäällikölle, mutta se voisi olla vaikea ihmiselle, joka on tottunut hyvin jäseneltyyn työtapaan ja vaatii omaa rauhaa ja meluttomuutta. Tosin yhdistys oli työjärjestelyissä joustava. Jos työ vaati raportointia, sai tehdä etäpäiviä kotitoimistossa. Näin meneteltiin myös loppuraportin suhteen.

Hankkeen aktiivisesta tiedotuksesta huolimatta tiedotus potilasjärjestöjen välillä ei sujunut toivotulla tavalla. Siitä ei tullut vuoden aikana kaksisuuntaista. Projektipäällikkönä tuntui oudolta, etteivät lähes vastaavanlaista työtä tekevät potilasjärjestöt edes vaivautuneet kuitaamaan sähköposteja, joissa tiedotettiin esimerkiksi avoimista ja maksuttomista yleisöluennoista. Luentojen aiheet olivat kuitenkin usein sen kaltaisia, että ne sopivat muillekin kuin pelkästään nivelrikkoisille. Tästä syystä tuntui oudolta, että valmistelun alla oli yhdistysten tiedonvälittämiseen keskittyvä yhteishanke.

JUURRUTTAMINEN JA KATSE TULEVIIN HAASTEISIIN

Kaikki hankkeen aikainen toiminta on saatu siirrettyä yhdistyksen pysyvään toimintaan. Yhdistys on järjestänyt luentoja ennenkin, mutta hankkeessa niiden ennakoivuutta ja suunnittelua tehostettiin. Markkinointi myös monipuolistui. Yhdistyksellä on luentojen järjestämisen suhteen toimiva malli, jolla saadaan ajankohtaista tietoa levitettyä nivelrikkoisille. Hankkeen aikana kävi selväksi, ettei yhdistys voi enempää laajentaa luentotoimintaansa, vaikka kysyntää olisikin.

Vuoden aikana luennoilla kävi kuulijoita paikkakunnilta, joissa luentoja ei järjestetä ja he toivoivat luentoja paikkakunnilleen. Tästä **lähti kehittymään idea nettipohjaisista luennoista, jotka olisivat paikasta riippumatta kenen tahansa saatavilla.** Tämä aukaisisi mahdollisuudet myös niille harvaanasutuille alueille, jotka tuskin koskaan saavat erityisasiantuntijoita pienille paikkakunnilleen luennoimaan. Turun etu on mm. yliopiston ja monen yksityisen lääkäriaseman sijainti. Hyviä ja osaavia luennoitsijoita voi saada lyhyen matkan vuoksi tulemaan paikalle. Luennot kannattaisi videoida ja laittaa laajempaan jakeluun, mikäli luennoitsijat tähän suostuvat. Mikäli tekniikka ei ole kohtuuttoman kallista, tätä mallia voisivat hyödyntää muutkin potilasjärjestöt. Myös vertaistuen suhteen olisi hyvä saada sähköinen tuki käyttöön.

Vuoden aikana tehtiin pieni tiedotusta mullistava hankinta yhdistykseen, mikä näkyy nykyisessä visuaalisessa ilmeessä. Hankkeeseen ostettiin taitto-ohjelma, jolla tehtiin pienimuotoiset luentomainokset ja sanomalehti-ilmoitukset. Hankkeen päättymisen jälkeen yhdistys sai harjoittelijaksi henkilön, joka on saanut media-alan koulutuksen. Tiedottaminen on kohentunut tästä entisestään. Yhdistyksessä mietitään, miten nuori osaaja saataisiin palkattua yhdistykseen, jossa tiedotuksen osuus on hyvin suuri osa työtä. Yhdistykselle olisi muutenkin hyötyä edes yhdestä pitkäaikaisesta tai pysyvästä työntekijästä. Jatkuva virta vaihtuvista työntekijöistä, työkokeilijoista ja projektityöntekijöistä on koko hallitusta ja jäsenistöä kuormittava tekijä, vaikka se tuokin vaihtelua ja uutta osaamista yhdistykselle.

Yhdistyksen **yhteistyö kuntien kanssa jatkuu**, ja sen merkitys ei ole vähenemään päin. Tällä hetkellä suunnitellaan syksyn 2013 luentoja ja varataan luentopaikkoja. Toimintaa halutaan jatkaa niissä paikoissa, joissa hankkeen aikanaan toimittiin. Kunnat myös ymmärtävät toiminnan tarpeellisuuden. Ikäihmisten määrä on kasvamassa, minkä vuoksi nivelrikkoisten määrä kasvaa. Tämä näkyy yhdistyksessä koko ajan kasvavana palveluntarpeena. Yhdistyksen toimintaa ei haluta lopettaa, vaikka hankkeen jälkeinen vuosi resurssien suhteen on entistäkin niukempi. Yhdistys ei saanut omalle hankkeelleen rahoitusta, mikä tarkoittaa, että yhdistyksessä on ollut 1.3.2013 lähtien yksi puoliaikainen toimistotyöntekijä ja harjoittelija sekä entistä ahkerampia vapaaehtoisia. Hankkeessa yritettiin varmistaa toiminnan jatkuvuutta ja hankehakemuksia tehtiin vuoden aikana kaksi RAY:lle (Ck ja Ak) ja yksi säätiölle, mutta hakujen suhteen epäonnistuttiin.

Turun Seudun Nivelyhdistyksessä ollaan tietoisia kasvavasta erikielisten palvelemisen tarpeesta, ja yhdistyksessä on mietitty miten tarpeeseen voisi vastata. Yhtenä käyttämättömänä resurssina on nähty sosiaali- ja terveysalalla opiskelevat tai työskentelevät maahanmuuttajat. Myös vieraskielisten palvelujen järjestämisessä verkkoympäristön hyödyntäminen mahdollistaisi suurempaa hyötyä ja isompia yleisöjä.

Suomenkielinen nivelmateriaalin jakaminen jää vaillinaiseksi ilman riittävää omankielistä ohjausta. Lääketieteellinen erityissanasto ei ole maahanmuuttajilla hallinnassa useankaan Suomessa asutun vuoden jälkeen, mikäli ei ole erityistä koulutusta tai kytkyä alaan. Nivelyhdistykselle maaliskuussa 2013 venäjäksi luennoinut ortopedi joutui itsekin haasteen eteen luodessaan luentomateriaalia. Osa terminologiasta ei ollut suoraan käännettävissä kielestä toiseen.

Kaikkien järjestöiden pitäisi herätä yhdessä tuumin suomalaisen yhteiskunnan globalisoitumiseen. Erityisen selväksi tämä käy Etelä-Suomen suurissa kaupungeissa. **Tarve muille kuin suomen- ja ruotsinkielisille palveluille on Varsinais-Suomessa kasvava.** Varsinais-Suomessa oli vieraskielisiä 2012 vuoden lopussa 24 000, mikä on 5,1 prosenttia koko väestöstä. Suomenkielisten määrä väestöstä laski viime vuonna Varsinais-Suomessa ensimmäistä kertaa, ja vieraskielisten osuus kasvoi (muu kuin ruotsi tai saame). Maakunnan suurin vähemmistö oli venäjänkieliset, joita on noin 4500 henkeä, seuraavaksi suurimmat kieliryhmät olivat viro (3200), kurdi (1835), arabia (1720) ja albania (1657). (Aamuset 3.4.2013.)

Yhdistys sai joulukuussa tietää, että yhteishanke Turun Seudun Osteoporoosiyhdistyksen, Turun Seudun Reumayhdistyksen sekä Turun Seudun Selkäyhdistyksen kanssa TULE-tietokeskuksesta oli saanut rahoituksen Raha-automaattiyhdistykseltä. Tällä hetkellä neuvottelut hankkeen aloittamiseksi ovat jo pitkällä. *Nivelrikkoisen hyvä arki* -hankkeessa sai moneen kertaan havaita, että yhteistyö eri järjestöjen kanssa hyödyttää kaikkia, ennen kaikkea asiakkaita. Turun Seudun Valikon aloitteesta palkattu vapaaehtoiskoordinaattori Turun kaupungille on tästä hyvä esimerkki. Olisi toivottavaa, että TULE-tietokeskus ottaisi sen roolin, mitä yhteiseltä tiedotuskeskukselta voisi odottaakin; tehokasta tiedonvälitystä ja neuvontaa, hyvät olemassa-olevat mallit hyödyntäen ja uusia keinoja rohkeasti kokeillen. Keskiössä pitäisi olla neuvontaa tarvitseva asiakas. *Nivelrikkoisen hyvä arki* -hankkeen tavoitteissa mainittiin, että hankkeen avulla katsottiin saavan arvokasta tietoa TULE-yhdistysten yhteistyön kehittämiseksi. Toivottavasti yhdistykset hyödyntävät hankkeessa kertyneen tiedon ja tarttuvat hankkeen esiintuomiin haasteisiin.

LÄHTEET

Hanna Kaisa Haapanen (2012): VAPAAEHTOIS- JA VERTAISTUKITOIMINTA - Turun Seudun Nivelyhdistys ry:n vapaaehtois- ja vertaistukihenkilöiden näkemyksiä toiminnan merkityksestä ja sisällöstä. Turun Ammattikorkeakoulu.

Vieraskielisiä yhä enemmän. Aamuset 3.4.2013.