

**Osallistuminen Voimaa vanhuuteen – iäkkäiden terveystoimintaohjelmaan**

Ikäinstituutti hakee hyvinvointialuetta sekä alueen kuntia ja järjestöjä mukaan alueelliseen Voimaa vanhuuteen -ohjelmaan. Tavoitteena on kehittää yhteisiä toimintatapoja ja lisätä liikkumismahdollisuuksia ikäihmisille sekä tiivistää kuntien, järjestöjen sekä hyvinvointialueen yhdyspintatyötä. Voimaa vanhuuteen -ohjelma edistää vielä kotona itsenäisesti pärjäävien, toimintakyvyltään heikentyneiden ikäihmisten liikkumiskykyä ja osallisuutta terveystoiminnan avulla.

Tavoitteena on löytää kohderyhmän iäkkäät, lisätä heille tarkoitettua voima- ja tasapainosisältöistä ryhmäliikuntaa, liikuntaneuvontaa, ulkoilua ja vertaisohjattua toimintaa julkisen sektorin ja järjestöjen yhteistyönä.

Ikäinstituutti tarjoaa kolmen vuoden ajan:

- Monipuoliset ja maksuttomat terveystoimintakoulutukset hyvinvointialueella
- Alueellisia tapaamisia ja kuntakohtaista ohjausta
- Webinaareja ja verkostotapaamisia
- Oppimateriaalia ja malleja hyviin terveystoiminnan toimintatapoihin
- Apua tiedottamiseen ja vaikuttamistyöhön
- Tietoa mielen hyvinvoinnin ja ikäystävällinen liikkumisympäristö -teemoista

Toimijoille ei myönnetä erillistä rahoitusta. Kolmelle vuodelle tulee varata työajan lisäksi varoja mm. koulutuksiin liittyviin matka- ja majoituskuluihin sekä paikallisten koulutusten toteuttamiseen.

Ristijärven vanhus- ja vammaisneuvosto on kokouksessaan 19.9.2024 keskustellut hankkeesta ja esittää, että Ristijärven kunta hakee yhdessä Kainuun hyvinvointialueen ja muiden Kainuun kuntien kanssa Voimaa vanhuuteen – iäkkäiden terveystoimintaohjelmaan.

**Päätös** Ristijärven kunta osallistuu Voimaa vanhuuteen iäkkäiden terveystoimintaohjelmaan

*Tämä asiakirja on allekirjoitettu sähköisesti.*

Päiväys ja allekirjoitus

Ristijärvi 4.11.2024

Maarit Ojavuo  
Hallintopäällikkö

Jakelu: Ikäinstituutti  
Paavo Keränen  
Mirva Kytömäki

