

## TOIMINTAKERTOMUS 2014

4.3.2015

### Sisältö

1. Toimintavuosi 2014
2. Projekt: Ikääntyneiden ravitsemusohjaus ja -hoito, laatua elämään
3. Viestintä ja koulutus
4. Yhteistyöhankkeet ja rahoitushakemukset
5. Kansainvälinen toiminta
6. Hallitus, henkilöstö ja toimitilat

### 1. Toimintavuosi 2014

Yli 65-vuotiaiden suomalaisten määrä lisääntyy yli kolmanneksella vuosien 2010 ja 2030 välillä. Ikääntyneiden ravitsemustila ja ravinnonsaanti ovat yhteydessä elämänlaatuun, terveydentilaan ja toimintakykyyn. Sairauksien ja avuntarpeen lisääntymisen myötä ravitsemustila tavallisesti heikkenee, jolloin sairauksista toipuminen hidastuu, sairaalassaoloajat pitenevät, hoitojen teho huononee ja hoitokustannukset lisääntyvät.

Gerontologinen ravitsemus Gery ry on valtakunnallinen järjestö. Vapaaehtoisina toimijoina on asiantuntijoista muodostuva hallitus. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää ikääntyneiden terveyttä, toimintakykyä ja sosiaalista hyvinvointia monialaisesti ravitsemuksen, liikunnan ja ryhmätoiminnan avulla sekä edistää moniammatillista yhteistyötä ikääntyneiden ravitsemukseen liittyvissä asioissa. Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys tuottaa materiaalia, järjestää koulutusta sekä toteuttaa ohjausta, neuvontaa ja ryhmätoimintaa ikääntyneille hyvään ravitsemukseen liittyvissä asioissa sekä toimii kiinteässä yhteistyössä muiden ikääntyneiden terveyttä, toimintakykyä ja sosiaalista hyvinvointia edistävien järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa. Lisäksi yhdistys luo edellytyksiä moniammatilliselle yhteistyölle ikääntyneiden parissa työskentelevien keskuudessa ravitsemukseen liittyvissä asioissa sekä ylläpitää internet-sivustoa, jossa on ajankohtaista tietoa gerontologisesta ravitsemuksesta.

Vuosi 2014 oli yhdistyksen toinen toimintavuosi, jonka tavoitteita olivat projektirahoituksen hakeminen toimintaan, jäsenhankinnan jatkaminen, nettisivujen päivittäminen,

ravitsemusfoorumin järjestäminen ja yhdistyksen tunnettuuden lisääminen koulutuksiin ja esittelytilaisuuksiin osallistumalla.

Toimintavuoden tavoitteet saavutettiin hyvin. Raha-automaattiyhdistykseltä saatiin avustus vuosille 2014-2016 projektiin, joka aloitettiin vuoden 2014 alussa. Jäsenhankintaa jatkettiin. Nettisivuja ([www.gery.fi](http://www.gery.fi)) päivitettiin vuoden aikana säännöllisesti. Ravitsemusfoorumi järjestettiin Tampereella ja Helsingissä. Yhdistyksen tunnettuutta edistettiin myös osallistumalla tilaisuuksiin näytteilleasettajana ja luennoitsijoina. Hyvä ikä –messuille osallistuttiin. Lisäksi aloitettiin yhteistyö Kuluttajaliiton ravitsemussuositusten jalkauttamishankkeen kanssa ja lähetettiin yhdistyksen toinen rahoitushakemus RAY:lle. Yhdistyksen työntekijät ja hallituksen jäsenet osallistuivat EUGMS:n kongressiin Rotterdamissa ja yhdistyksen jäsen oli mukana eurooppalaisessa ESPEN:n dementia ja ravitsemus -suositusten suunnittelussa.

## **2. Ikääntyneiden ravitsemusohjaus ja –hoito, laatua elämään**

Projektin ensimmäisenä vuotena suunniteltiin yhteistyökumppaneiden kanssa toimintaa. Projektiin palkattiin kaksi henkilöä. Esteettömät, selkokiekiset nettisivut suunniteltiin ja julkaistiin. Hankkeen ensimmäiset julkaisut Gery – Voimaa ruuasta -lehti ja Proteiiniesite julkaistiin. Lisäksi osallistuttiin ja järjestettiin koulutuksia, kirjoitettiin artikkeleita lehtiin, annettiin haastatteluita lehtiin ja televisioon sekä toimittiin muutoin hankkeen tunnetuksi tekemiseksi. Yhdistys teki yhteistyötä Pohjois-Savon muistiyhdistyksen Elä unoha evvääitä – hankkeen kanssa. Muita yhteistyökumppaneita ovat Vantaan kaupunki, Ikäinstituutti, Vanhustyön keskusliitto, Maito ja Terveys ry, Oulunkylän kuntoutussairaala ja Kuluttajaliiton Syö hyvää –hanke.

## **3. Viestintä ja koulutus**

Yhdistyksen viestintä tapahtui sähköisesti sekä julkaisemalla Gery – Voimaa ruuasta lehti ja Proteiiniesite. Voimaa ruuasta lehdestä otettiin 7500 kpl painos ja sitä jaettiin Hyvä ikä messuilla n. 3000 kpl ja loput lehdet postitettiin ja jaettiin yhdistyksen jäsenille, Varsinais-Suomen muistiyhdistyksen jäsenille (750 kpl), Pohjois-Savon muistiyhdistyksen jäsenille (550 kpl) ja muille yhteistyökumppaneille. Nettisivujen ([www.gery.fi](http://www.gery.fi)) pääasiallinen kohderyhmä on ikääntyneiden parissa työskentelevät ammattilaiset. Ikääntyneille suunnatut nettisivut ovat [www.voimaaruuasta.fi](http://www.voimaaruuasta.fi) ja niiden suunnittelu toteutettiin vuoden aikana. Ravitsemusfoorumin koulutuksiin Tampereella ja Helsingissä osallistui noin 150 henkilöä eri ammattialoilta. Koulutus onnistui hyvin ja keskustelu oli vilkasta. Projektin työntekijät ja hallituksen jäsenet pitivät luentoja eri puolilla Suomea. Osallistuminen oli hyvä tapa tehdä yhdistystä tunnetuksi. Näytteilleasettajana yhdistys osallistui Vanhustyömessuille 6.2.2014 ja Hyvä ikä -messuille 25.-26.9.2014.

#### **4. Rahoitushakemukset ja yhteistyöhankkeet**

Hallituksen kokouksessa keväällä 2014 päätettiin hakea rahoitusta RAY:ltä vuosille 2015-2018 ”Ravitsemusasiantuntija yhteistyössä”. Yhdistyksen sääntöjen mukaisesti pyrittiin yhteistyöhön järjestöjen ja muiden alueen toimijoiden kanssa. Alustavan yhteistyösopimuksen projektiin liittyen allekirjoittivat Helsingin kaupunki, Suomen muistiasiantuntijat ry, Eläkeliitto ry, Stadin aikuisopisto, Lauttasaaren seniorisäätiö ja Varsinais-Suomen muistiyhdistys ry. RAY:n ehdotuksessa joulukuussa, hankkeelle ei ehdotettu rahoitusta.

#### **5. Kansainvälinen toiminta ja tutkimus**

Yhdistyksen työntekijät ja hallituksen jäsenet osallistuivat tieteellisiin kongresseihin ja seminaareihin, mm. Gerontologiapäiville Helsingissä, EUGMS:n kongressiin Rotterdamissa ja oltiin mukana eurooppalaisessa ESPEN:n dementia ja ravitsemus -suositusten suunnittelussa Saksassa. Yhdistyksen työntekijät olivat mukana julkaisemassa tieteellisiä artikkeleita.

#### **6. Hallitus, henkilöstö ja toimitilat**

Yhdistyksen hallituksella oli kahdeksan kokousta. Projektille vuokrattiin toimitilat City Officelta, osoite Toinen linja 3, Helsinki. Yhdistyksellä oli kaksi henkilöä palkattuna vuoden 2014 aikana.

Hallituksen varsinaiset jäsenet:

Christel Lamberg-Allardt, professori, puheenjohtaja

Satu Jyväkorpi, ETM, varapuheenjohtaja

Leila Karhunen, FT, dosentti

Mikko Björkman, LT, tutkija

Eija Hiltunen, ruokapalvelupäällikkö

Laura Karjula, ETM

Saara Pietilä, ETM

Mirva Virta, VTM, lähihoitaja

Katri Auranne, fysioterapeutti

varajäsenet:

Tuija Helminen, Tuula Laulaja, Anita Pohjanvuori ja Seija Muurinen