

Gerontologinen ravitsemus Gery ry

TOIMINTAKERTOMUS 2015

Sisältö

1. Toimintavuosi 2015
2. Voimaa ruuasta -projekti
3. Viestintä ja koulutus
4. Kansainvälinen toiminta ja tutkimus
5. Hallitus, henkilöstö ja toimitilat

Liitteet

Liite 1. Koulutuksiin, esittelytilaisuuksiin ja messuille osallistuminen

1. Toimintavuosi 2015

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. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää ikääntyneiden terveyttä, toimintakykyä ja sosiaalista hyvinvointia monialaisesti ravitsemuksen, liikunnan ja ryhmätoiminnan avulla sekä edistää moniammatillista yhteistyötä ikääntyneiden ravitsemukseen liittyvissä asioissa. Vapaaehtoisina toimijoina on asiantuntijoista muodostuva hallitus.

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 2015 oli yhdistyksen kolmas toimintavuosi, jonka tavoitteita olivat jäsenhankinnan jatkaminen, rahoituksen hakeminen, ravitsemusfoorumin ja muun ikääntyneiden ravitsemusta koskevan koulutuksen järjestäminen ja koulutukseen osallistuminen ja yhdistyksen tunnettuuden lisääminen koulutukseen ja esittelytilaisuuksiin osallistumalla. Lisäksi tavoitteena oli hakeutua yhteistyöhön muiden alan toimijoiden kanssa.

Toimintavuoden tavoitteet saavutettiin hyvin. Jäsenhankintaa jatkettiin. Vuoden lopussa oli 165 henkilö- ja 18 yhteisöjäsentä. Nettisivuja (www.gery.fi ja www.voimaaruusta.fi) päivitettiin vuoden aikana säännöllisesti. Vanhustyö-messuille osallistuttiin helmikuussa ja ravitsemusfoorumi järjestettiin Helsingissä 13.9. Yhdistyksen tunnettuutta edistettiin myös osallistumalla tilaisuuksiin luennoitsijoina. Lisäksi jatkettiin yhteistyötä Kuluttajaliiton ravitsemussuositusten Syö Hyvää -hankkeen kanssa sekä Ikäinstituutin kanssa ja lähetettiin kaksi uutta rahoitushakemusta RAY:lle.

2. Voimaa ruuasta –projekti

RAY:n rahoittama projekti ”Voimaa ruuasta 2014-2016” aloitettiin helmikuussa 2014 ja jatkettiin vuoden 2015 aikana. Hankkeen tavoitteina on 1) Viedä käytäntöön hyväksi havaittuja ravitsemusohjauksen ja –hoidon tapoja kotona asuville ikääntyneille 2) Tuottaa käytännönläheistä materiaalia yhteistyössä alan muiden toimijoiden kanssa ikääntyneiden ravitsemuksesta 3) Pitää koulutuksia ja luentoja ikääntyneiden hyvinvointia tukevasta ravitsemuksesta.

Projektissa oli vuoden aikana kaksi työntekijää. Projektin ohjausryhmä kokoontui neljä kertaa vuoden aikana. Ohjausryhmään kuuluivat edustajat Vantaan kaupungilta, Ikäinstituutista, Vanhustyön keskusliitosta, Oulunkylän kuntoutussairaalasta, Maito ja Terveys ry:stä ja Kuluttajaliitosta. Oulunkylän kuntoutussairaalan kanssa yhteistyössä jatkettiin tutkimushanketta ”Akuutista sairaudesta toipuvien ja kuntoutusosastolta kotiutuvien iäkkäiden ihmisten ravitsemusinterventio”. Tutkimuksen käytännön osuus on suunniteltu toteutettavaksi vuoden 2015 ja alkuvuoden 2016 aikana.

Projektin tuotoksina julkaistiin myös Gery – Voimaa ruuasta –lehteä neljä numeroa ja Saatko riittävästi proteiinia –esitteestä otettiin uusi painos. Lehteä postitettiin yhteistyökumppaneille sekä Muistiliiton, Luustoliiton, Ammattikeittiöosaajien, Ravitsemusterapeuttien yhdistyksen ja Maa- ja kotitalousnaisten jäsenille ja jäsenjärjestöille. Julkaisut ovat maksuttomasti ladattavissa nettisivuilla ja yhteistyökumppaneiden käytössä hankkeissaan. Lehteä ja esitettä on postitettu ja jaettu projektin ja yhdistyksen esittely- ja koulutustilaisuuksissa.

3. Viestintä ja koulutus

Yhdistyksen nettisivujen (www.gery.fi) pääasiallinen kohderyhmä on ikääntyneiden parissa työskentelevät ammattilaiset. Sivuja päivitettiin ja hyödynnettiin aiemmissa hankkeissa saatuja tuloksia ja materiaaleja. Palautteen perusteella nettisivut löydettiin hyvin ja niihin viitattiin

useissa lehtihaastatteluissa ja televisiossa. Projektin johtajaa haastateltiin Ylen aamutv:ssä helmikuussa ja Studio 55:ssä lokakuussa. Yhdistyksen facebook-sivuja päivitettiin ja siellä oli vuoden lopussa noin 600 tykkäystä.

Ravitsemusfoorumi järjestettiin Helsingissä 13.11. Markkinointi tapahtui sähköisesti ja koulutukseen osallistui 150 henkilöä eri ammattialoilta. Näytteilleasettajia oli kaksi. Koulutukset onnistuivat hyvin. Yhdistys oli näytteilleasettajana Vanhustyö-messuilla Helsingissä helmikuussa ja I love me –messuille osallistuttiin näytteilleasettajana yhdessä Syö hyvää –hankkeen kanssa lokakuussa. Ravitsemusluentoja pidettiin eri puolilla Suomea (Liite 1). Koulutuksiin osallistui yhteensä noin 1400 henkilöä. Osallistuminen oli hyvä tapa tehdä yhdistystä ja Voimaa ruuasta –projektia tunnetuksi.

4. Kansainvälinen toiminta ja tutkimus

Projektijohtaja oli mukana eurooppalaisessa ESPEN:n dementia ja ravitsemus -suositusten julkaisussa. Yhdistyksen työntekijän Taija Purasen väitöstilaisuus oli joulukuun 12. päivä. Väitöksen aihe oli Intervening nutrition among community-dwelling persons with Alzheimer disease and their spouses.

Oulunkylän kuntoutussairaalan kanssa yhteistyössä jatkettiin tutkimushanketta ”Akuutista sairaudesta toipuvien ja kuntoutusosastolta kotiutuvien iäkkäiden ihmisten ravitsemusinterventio”. Lisäksi yhdistyksen työntekijät ja hallituksen jäsenet tekivät tutkimus- ja koulutusyhteistyötä Helsingin yliopiston kanssa.

5. Hallitus, henkilöstö ja toimitilat

Yhdistyksen vuosikokous oli 13.4.2015. Yhdistyksen hallituksella oli vuoden aikana kuusi kokousta.

Hallituksen varsinaiset jäsenet 13.4. alkaen:

Christel Lamberg-Allardt, professori, puheenjohtaja

Satu Jyväkorpi, ETM, varapuheenjohtaja

Mikko Björkman, LT

Eija Hiltunen, ruokapalvelupäällikkö

Laura Sormunen, ETM

Saara Pietilä, ETM

Tina Sarivaara, AD (erosi hallituksesta 27.8.2015)

Katri Auranne, fysioterapeutti

Leila Karhunen, dosentti, yliopistonlehtori

Varajäsenet:

Tuija Helminen, Anu Jansson, Seija Muurinen ja Anita Pohjanvuori

Tilintarkastajat

Tilintarkastaja on HTM, JHTT Marjatta Ojala, varatilintarkastaja Virpi Kemi.

Henkilökunta

Dosentti, ETT, projektijohtaja Merja Suominen ja ETM, ravitsemussuunnittelija Taija Puranen

Toimitilat

Yhdistyksen toimitilat ovat toimistohotellissa osoitteessa Toinen linja 3, 00530 Helsinki.

Toimitilat on vuokrattu City Officelta 1.5.2014 alkaen.