

Vanhustenviikko 2026 (5.–11.10.)

Suunnitelman tähänastiset pääkohdat

Teema: *Arjen kohtaamiset – Möten i vardagen*

Suunnittelupalaveri pidetty 6.5.2026.

Vanhustenviikko on valtakunnallinen teemaviikko, jota vietetään vuosittain lokakuussa ikäihmisten hyvinvoinnin, osallisuuden ja arvostuksen edistämiseksi. Viikon aikana järjestetään eri puolilla Suomea tapahtumia, jotka lisäävät yhteisöllisyyttä, tuovat palveluja esille ja tarjoavat mahdollisuuksia yhdessäoloon ja aktiiviseen arkeen. Muhoksella Vanhustenviikkoa on vietetty jo vuosia osana valtakunnallista teemaviikkoa, ja sen sisältö on kehittynyt vuosien varrella paikallisten toimijoiden yhteistyössä.

Tavoitteet: lisätä osallisuutta, ehkäistä yksinäisyyttä, tuoda palvelut tutuksi

Ohjelman runko

- **Su 4.10. Muhoksen kirkossa & seurakuntatalolla**
Vanhustenpäivän aloitus: Mikkelinpäivän jumalanpalvelus ja juhla seurakuntatalolla.
- **Ma 5.10. Kulttuurikeskuksella (kunnan vastuulla)**
Liikuntaa ja aivojumppaa, mm. lautapelejä kirjastolla.
 - Tähän mukaan kirjaston aikuisten lukutaitohankkeen ”Pakkopullasta polttoaineeksi - voimaa ja virtaa lukemisesta” henkilöresurssia.
 - Webinaari klo 13–14 Kohtaa arki liikkuen – virkeyttä aivoille / Vanhustyön keskusliitto ja Varsinais-Suomen Sydän (etäkatsomo kotiseutuhuoneessa)
- **Ti 6.10. seurakuntatalolla (srk vastuulla),**
Koululauluteemainen tilaisuus (kuoro + yhteislaulu) sekä kahvilatoiminta.
 - Seurakuntatalon kahvilatoiminta alkaa: joka tiistai klo 12:00
 - Koululaulut toteutetaan yhdessä Kirkonkylän koulun kanssa
 - Webinaari klo 13–14 SeniorSurf-päivä: Totta vai tarua? Tule testaamaan ja oppimaan mediataitoja / SeniorSurf-toiminta (etäkatsomo Kotiseutuhuoneessa)
- **Ke 7.10. seurakuntatalolla (srk vastuulla)**
Vanhusmessut: mukana järjestöjä, palveluntarjoajia ja kunnan toimijoita.
 - Webinaari klo 13-14 Voimaa ruuasta – monipuolinen ravitsemus ikääntyessä / Gery ry (etäkatsomo Kotiseutuhuoneessa)

- **To 8.10. kulttuurikeskuksella (pääjuhla)**

Juhla auditoriossa: puheenvuoroja, musiikkiesityksiä ja yhteislaulua.

Lisäksi lounas seurakuntatalolla.

- Mimmin liikenne -kampanja: kuljetuspalvelua kehoitetaan käyttämään juhlaan osallistumiseksi.
- Webinaari klo 13-14 Ulkoilupäivä – Pienillä hetkillä on suuri vaikutus / Ikäinstituutti (etä katsomo Kotiseutuhuoneessa)

- **Pe 9.10. Kulttuurikeskuksella ja torilla**

Kulttuuri- ja taidepäivä (kirjasto ja kulttuurikeskus): sanataidetta, käsitöitä, elokuvia sekä Tähtikummit-tapahtuma torilla.

- Kirjastolla ja kulttuurikeskuksella aikuisten lukutaitotyön hanke
- Muhoksen koulut ovat tehneet muotokuvia Tähtien Polku (Walk of Fame) -laattojen henkilöistä
- Uusi tähden saaja julkistetaan
- Webinaari: klo 13-14 Eläinten hyvinvointivaikutukset / IkiOma Ikä ry (etä katsomo Kotiseutuhuoneessa)

Keskeiset teemat

- Pyrkimys tarjota monentyyppistä ohjelmaa sisältävä kokonaisuus, josta jokaiselle löytyy jotakin
 - Kulttuuriohjelmaa ja yhteisöllisiä tapahtumia
 - Perinteitä ja kotiseututyötä
 - Työpajoja ja käsillä tekemistä (taide, sanataide, käsityöt)
 - Liikuntaa ja reippailua
 - Luentoja ja asiasisältöä
- Paikallisin voimin tuotettua ohjelmaa kustannustehokkaasti
 - Yhteistyö seurakunnan, yritysten, järjestöjen, eri kuntatoimialojen ja Oulujoki-Opiston sekä muiden oppilaitosten kanssa

Markkinointi

- Kunnan ja seurakunnan kanavat: tapahtumakalenterit ja sosiaalinen media, kunnan toimipisteet kuten uimahalli, koulut ja kirjasto
- Tulostetut julisteet ja viikkolukujärjestys nähtäville ja jakoon kunnan ja seurakunnan toimipisteisiin

- Paikallismediat, kuten Tervareitti ja Rauhan tervehdys
- Pääjuhla virallisesti osaksi Vanhusten viikon tapahtumaa -> näkyvyys
- Sähköinen viestintä (mm. Lähellä.fi)