

VAPAAEHTOISIA IKÄIHMISILLE

Vanhustyön keskusliiton Senioritoiminta välittää vapaaehtoisia Helsingin seudun liikenteen (HSL) AB-vyöhykkeellä kotona asuvien yli 65-vuotiaiden tueksi lisäämään hyvinvointia ja parantamaan elämänlaatua.

Kaikki vapaaehtoisten apu on maksutonta.



VTKL

Senioritoiminnan vapaaehtoiset toimivat

- **Kertaluonteisena apuna (pyyntö noin viikko etukäteen):**
 - ulkoiluapuna
 - saattaja-apuna lääkärikäynneillä
 - asiointiapuna yhdessä iäkkään ihmisen kanssa
- **Jaksomuotoisessa vapaaehtoistoiminnassa**
 - kerran viikossa viiden viikon ajan hyvinvointia edistävä jakso iäkkäälle
- **Säännöllisessä ystävätoiminnassa**
 - parin viikon välein tapaaminen ulkoilu- ja keskusteluseurana

**VAPAAEHTOISET EIVÄT TOIMI KOTIHOIDON TEHTÄVISSÄ
EIVÄTKÄ KORVAA OMAISHOITAJAN TEKEMÄÄ TYÖTÄ.**

Vapaaehtoisvälitys päivystää TI 9–12 ja TO 12–15

Kesäisin (1.6.–31.8.) KE 9–15

09 350 86044

**Säännöllistä avusta ystäväpyynnön voi jättää myös netissä
vtkl.fi/vapaaehtoistoiminta**

Lisätietoja Senioritoiminnan toiminnanohjaajat:

- **Minna Kuusela 050 572 2829 (kertaluonteinen apu ja ystävätoiminta)**
- **Piia Leppäkoski 050 479 4858 (jaksomuotoinen vapaaehtoistoiminta)**