

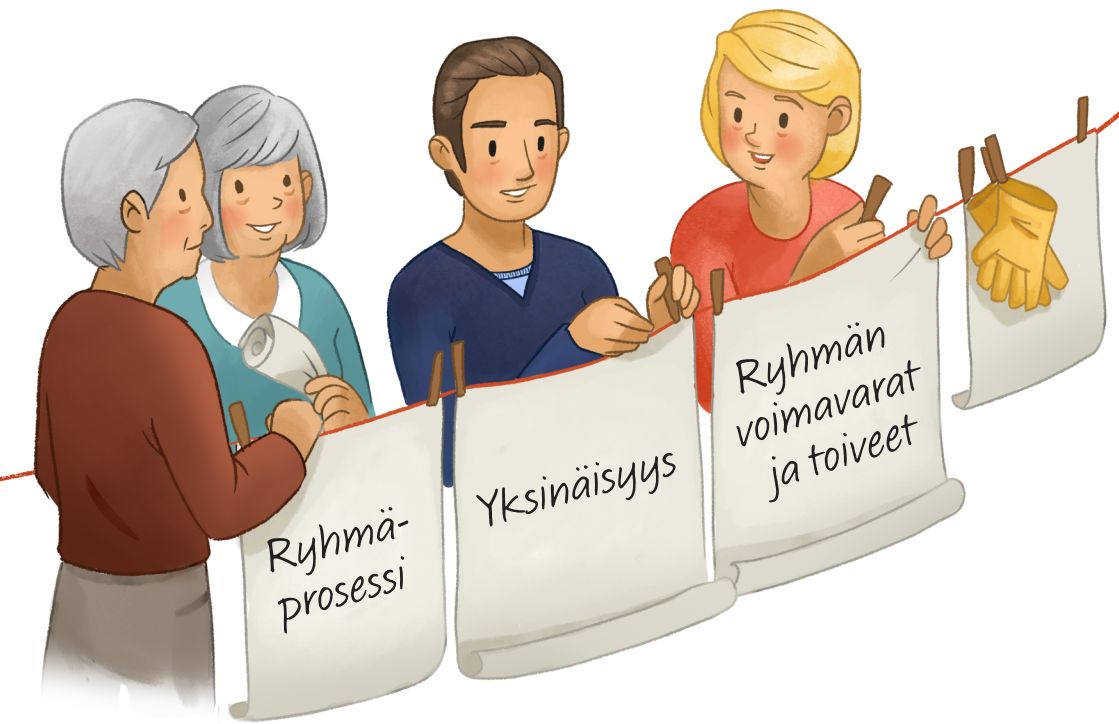
Ystäväpiiri- ryhmänohjaaja-koulutus

– Osaamista iäkkäiden ihmisten
yksinäisyyden vähentämiseen



VTKL





” *Sain uusia keinoja lievittää yksinäisyyttä; ikäihmiset voimaantuvat ja saavat uusia ystäviä.*

Ystäväpiiri-koulutus antaa valmiudet tavoitteellisen, asiakaslähtöisen ja iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä lievittävän Ystäväpiiri-ryhmän suunnitteluun, toteutukseen ja ohjaamiseen. Lämminhenkisessä ja vuorovaikutteisessa koulutuksessa paneudutaan iäkkäiden ihmisten yksinäisyyden ymmärtämiseen, voimavaralähtöiseen toimintaan, hallitun ryhmäprosessin toteuttamiseen sekä omaan kasvuun ryhmänohjaajana.

Koulutus soveltuu hyvin mm. sosiaali-, terveys-, opetus- ja kulttuuri-alan toimijoille, järjestöissä työskenteleville sekä laajalle joukolle vapaaehtoistoimijoita: tärkeintä on motivaatio ryhmänohjaamiseen ja iäkkäiden ihmisten yksinäisyyden lievittämiseen. Osana Ystäväpiiri-koulutusta osallistajat ohjaavat parityönä yksinäisyyttä kokeville iäkkäille ihmisille suunnatun Ystäväpiiri-ryhmän, johon osallistuminen tutkitusti parantaa osallistujensa hyvinvointia, vahvistaa elämänlaatua ja vähentää terveyspalveluiden käyttöä.

Ystäväpiiri-koulutus

Ystäväpiiri-koulutukseen sisältyy viisi lähiopetuspäivää, joiden rinnalla osallistujat ohjaavat Ystäväpiiri-ryhmää viikoittain 12 kokoontumisen ajan.

Ystäväpiiri-koulutukseen osallistuminen maksaa 100 €. Vapaaehtois-toimijoille koulutus on maksuton. Hinta sisältää viisi lähiopetuspäivää tarjoiluineen, koulutusmateriaalit sekä mentoroinnin eli työnohjauksellisen tuen Ystäväpiiri-ryhmänohjaukselle.

Ystäväpiiri-koulutuksen eteneminen

1. lähiopetuspäivä:

Yksinäisyys ja Ystäväpiiri-toiminnan keskeiset elementit

2. lähiopetuspäivä:

Ryhmäprosessin tavoitteellinen eteneminen

3. lähiopetuspäivä:

Ryhmänohjaaminen käytännössä

4. lähiopetuspäivä:

Ohjaustaitojen syventäminen

5. lähiopetuspäivä:

Ystäväpiiri-ohjaajien kasvutarinoita

Ryhmän
kokoaminen
ja haastattelu

Ystäväpiiri-ryhmän
ohjaaminen,
12 ryhmäkertaa

Mentorointi ja
oppimispäiväkirja

Ystäväpiiri-ryhmään osallistuminen lievittää iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä sekä edistää hyvinvointia ja terveyttä monin eri tavoin. Toiminnan hyvät tulokset pohjautuvat huolelliseen tutkittuun tietoon. Voit kysyä Ystäväpiiri-toiminnasta tehtyjä vertaisarvioituja tutkimusjulkaisuja lähimmältä alueohjaajaltasi.

Ystäväpiiri-koulutukseen haetaan mukaan täyttämällä verkkohakulomake osoitteessa www.vtkl.fi/tapahtumat tai ottamalla yhteyttä Ystäväpiiri-toiminnan alueohjaajaan. Koulutukseen hakeutuneet ohjaajaparit haastatellaan.

Kerromme mielellämme lisää:

Pohjois-Suomi, Lappi

Marjo Pääkkö, alueohjaaja
050 324 0690
marjo.paakko@vtkl.fi

Länsi- ja Sisä-Suomi, Lounais-Suomi

Raita Lehtonen, alueohjaaja
050 373 1057
raita.lehtonen@vtkl.fi

Itä-Suomi

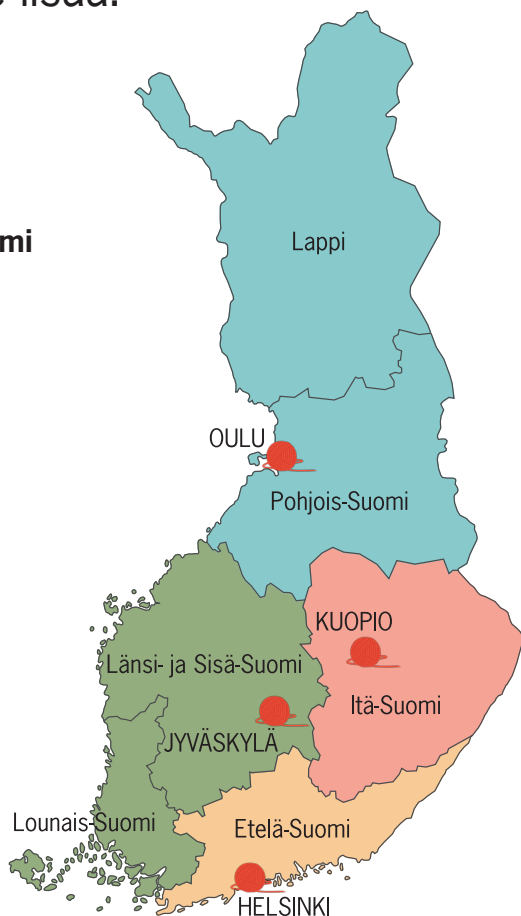
Minna Partanen, alueohjaaja
050 360 1209
minna.partanen@vtkl.fi

Etelä-Suomi

Tarja Ylimaa, suunnittelija, alueohjaaja
050 402 2528
tarja.ylimaa@vtkl.fi

Ystäväpiiri-toiminnasta vastaa

Anu Jansson,
Ystäväpiiri-toiminnan päällikkö
050 402 2529
anu.jansson@vtkl.fi



www.vtkl.fi/ystavapiiri

Kuvat: Titta Lindström



Malmin kauppatie 26
00700 Helsinki
Puhelin (09) 350 8600
info@vtkl.fi, www.vtkl.fi