

Valtakunnallisen vanhustyön vapaaehtoistoiminnan osaamisverkoston uutiskirje sisältää seuraavat osiot:



- 1. Osaamisverkoston terveiset**
- 2. Verkostoon liittyminen**
- 3. Koulutuksia ja webinaareja**
- 4. Materiaaleja**
- 5. Toimintaa vapaaehtoisille ja iäkkäille**

1. Osaamisverkoston terveiset

Valtakunnallisen vanhustyön vapaaehtoistoiminnan osaamisverkoston toinen toimintavuosi on lähtenyt liikkeelle. On ollut todella innostavaa koordinoita verkostoa, jossa osaajat kokoontuvat yhteen pohtien juuri iäkkäille suunnatun vapaaehtoistoiminnan onnistumisia ja haasteita. Osa jäsenistä vasta aloittelee vapaaehtoistoiminnan organisointia, ja osa on kehittänyt sitä koko pitkän työuransa. Lisäksi mukana on heitä, jotka tekevät itse vapaaehtoistoimintaa. Myös he tuovat arvokkaan näkökulman verkostossa. Olen erityisesti iloinnut siitä, että verkoston ilmapiiri on ollut keskusteleva. Palautteiden mukaan verkosto on tuonut lisää tietoa, ideoita ja vertaistukea.

Kevätkauden Teams-tapaamisten teemoiksi on nousnut

- Pop up -vapaaehtoistoiminta ja tuettu vapaaehtoistoiminta (Teams-tapaaminen 6.3. klo 10–11.30)
- Vapaaehtoisten rekrytointi (Teams-tapaaminen 24.4. klo 13–14.30).

Pyrimme pitämään aiheet monipuolisina ja toiveiden mukaisina. Toivottuna on mm. keskustelua vapaaehtoistoiminnan arvostuksesta, jota en ole vielä aikatauluttanut. Otan mielellään vastaan ehdotuksia yhteiskeskustelujen teemoiksi, oman toiminnan hyvästä käytännöstä yms.

Uutiskirjeen sisältö koostuu jatkossa samoilla otsikoilla, joten voit suunnitella hyvissä ajoin asiat, joita haluat tiedottaa.

- materiaali 31.3. mennessä (uutiskirje saapuu vkolla 15)

Otan jatkossakin mielellään vastaan toiveenne ja ideanne!

Anu Lintilä, anu.lintila@vtkl.fi, 050 5722 830
Osaamisverkoston koordinaattori,
Senioritoiminnan vastaava toiminnanohjaaja,
Vanhustyön keskusliitto

2. Verkostoon liittyminen

Verkosto on saanut vuoden alusta uusia jäseniä, tervetuloa mukaan! Jos haluat viedä eteenpäin tietoa verkostosta, lisätietoa ja liittymislinkki löytyvät

<https://vtkl.fi/toiminta/vapaaehtoistoiminta/vapaaehtoistoiminnan-osaamisverkosto>

Jo nyt huomaan, että verkoston kokoonpano tulee olemaan vaihteleva, sillä vuoden vaihtuessa myös useita jäseniä on poistunut verkostosta esimerkiksi hankkeiden päätyttyä tai työtehtävien muututtua.

Tavoitteenamme on koota yhteen iäkkäille vapaaehtoistoimintaa organisoivia tahoja, jakaa ideoita ja osaamista, luoda mahdollisuus keskustelulle ja yhteiskehittämiselle.

Ehkäpä tätä kautta voit löytää yhteistyökumppanin, jota et osannut ajatella aiemmin!

Tai toimintamuodon, jota voit soveltaa omaan vapaaehtoistoiminnan organisointiin!

3. Verkoston jäsenten tarjoamia koulutuksia ja webinaareja

Vapaaehtoistyö.fi-palvelu avoimet ja maksuttomat webinaarit:

- **12.3. klo 13–14.30 Vapaaehtoisten rekrytointi ja sitouttaminen**

Webinaarissa syvennyttään vapaaehtoisten rekrytointin ja sitouttamisen eri vaiheisiin.

Lisäksi käydään läpi mm. eri somekanavien tavoittavuutta, hyvän tehtävällöoituksen sisältöjä ja kuullaan vapaaehtoisten kyselyyn liittyvää hyvinvointitietoa sitouttamisen tueksi. Ilmoittautuminen:

<https://link.webropol.com/s/onnistumiseniloavapaaehtoistoimintaasi2025>

- **9.4. klo 13–14.30 Maahanmuuttajat vapaaehtoisina**

Vapaaehtoisena toimiminen on yksi tärkeä kotoutumisen väylä ja maahanmuuttajissa on myös valtava potentiaali vapaaehtoistoimintaan Suomessa. Miten saada maahanmuuttajia mukaan vapaaehtoisiksi? Mitä on hyvä ottaa huomioon? Webinaarissa on tarjolla tietoa, vinkkejä ja puheenvuoroja maahanmuuttajien kanssa toimivilta. Ilmoittautuminen:

<https://link.webropol.com/s/onnistumiseniloavapaaehtoistoimintaasi2025>

- **15.5. klo 13–15 Vapaaehtoisten hyvinvointi**

Webinaarin luento-osuudessa käydään läpi vapaaehtoistoimintaan liittyviä hyvinvointitekijöitä. Lisäksi kuullaan vapaaehtoisten kyselystä koottua tietoa vapaaehtoisten hyvinvoinnin kokemuksista sekä toiveista hyvinvoinnin tukemiseksi ja lisäämiseksi. Työpajaosuuden pienryhmissä pohditaan vapaaehtoisten hyvinvoinnin eteen tehtävää työtä omassa organisaatiossa ja käydään keskustelua hyvinvoinnin tukemiseen liittyvistä kokemuksista ja toimintamalleista. Ilmoittautuminen:

<https://link.webropol.com/s/onnistumiseniloavapaaehtoistoimintaasi2025>

Enter ry:n tietoisikut

Tapahtumakalenteri: www.entersenior.fi/tapahtumat

Helmikuun kaikille avoin tietoisiku Zoomissa **ma 10.2. klo 13.30–15: Tekoäly arjen apuna.** Ilmoittautuneet saavat linkin tapahtumaan + kaikille ilmoittautuneille lähetetään tallenne.

Enter ry kannustaa pitämään tietoisikuista katsomoita! Katsokaa yhdessä suoraa lähetystä tai tallenne sopivana ajankohtana. Lue lisää:

<https://www.entersenior.fi/kanava/julkaisut/katsomot/>

Lisätietoja: jenni.blomqvist@entersenior.fi

VTKL:n Senioritoiminta järjestää ryhmänohjaajille vertaistuellisen iloa ja oivalluksia-ideoinnin ja yhdessä oppimisen päivän

Helsingissä 20.3.2025 <https://vtkl.fi/tapahtumatyyppit/muut-tapahtumat/iloa-ja-oivalluksia-ryhmatoimintaan-1-helsinki-2>

Tampereella 3.4.2025 <https://vtkl.fi/tapahtumatyyppit/muut-tapahtumat/iloa-ja-oivalluksia-1-tampere-vertaistuellinen-ideoinnin-ja-yhdessa-oppimisen-paiva> .

Koulutuspäivät ovat suunnattu erilaisia ryhmiä ja päivätoimintaa ohjaaville ammattilaisille ja vapaaehtoisille. Kokemuksellinen ja vertaistuellinen päivä tarjoaa mahdollisuuden uusien ideoiden saamiseen ja jakamiseen. Yhdessä oppimisen päivä on maksuton.

Lisätietoja: anu.lintila@vtkl.fi

iAreena: Senioreiden talous- ja digitaidot

Aika: 6.2.2025 klo 13.00–14.45 Ilmarisen ja Vanhustyön keskusliiton järjestämässä webinaarissa kerrotaan kansalaisten talousosaamisesta, Ennakoiden eläkkeelle - tutkimuksen tuloksista sekä senioreiden digitaidoista. Tilaisuus on avoin kaikille aiheesta kiinnostuneille. Lisätiedot ja ilmoittautuminen <https://vtkl.fi/tapahtumatyyppit/muut-tapahtumat/iareena-senioreiden-talous-ja-digitaidot>

Sateenkaariseniorit näkyviksi -hankkeen vapaaehtoisten koulutus Oulussa

Kolmipäiväinen koulutus on suunnattu varttuneemmille sateenkaari-ihmisille Pohjois-Pohjanmaan alueella. Koulutuksen jälkeen voit toimia hankkeen vapaaehtoisena ryhmänohjaajana, juttuseurana ja kokemusasiantuntijana, mutta koulutukseen osallistuminen ei velvoita tähän. **Aika:** 22.-23.2 klo 10–15 ja 10.3. klo 17.30–19.00.

Paikka: Ravintola De Gamlas Hem (Kirkkokatu 54, 90120 Oulu). Kauempaa koulutukseen tuleville kustannamme tarvittaessa matkat sekä majoituksen valtion matkustussäännön mukaisesti. **Ilmoittautuminen** on auki 10.2 saakka: www.vtkl.fi/sateenkaariseniorit tai ota yhteyttä p. 050 343 4241, outi.valonen@vtkl.fi

4. Materiaalia

Muistiliitto on julkaissut tietopakettien muistisairaiden henkilöiden liikkumisen edistämiseksi. Sekä liikunta-alan ammattilaisille että vapaaehtois- ja vertaisohjaajille suunnattu tiivis video lisää ymmärrystä muistisairauksien erityispiirteistä ja tarjoaa konkreettisia vinkkejä muistisairaiden kohtaamiseen ja ohjaamiseen esimerkiksi erilaisissa

ryhmätoiminnoissa. Katso video Muistiliiton YouTube-kanavalla: [Muistisairaan kohtaaminen erilaisissa liikuntaympäristöissä](#)

Muistisairaille ja heidän läheisilleen suunnattu tietosivu puolestaan kannustaa arkiliikkumiseen ja liikuntaharrastusten jatkamiseen myös muistisairausdiagnoosin jälkeen. Tietosivu sopii myös liikkumisen puheeksiottoon ja tukimateriaaliksi erilaisiin ryhmätoimintoihin. Lataa tietosivu: [Muistiliiton verkkosivusto](#)

VTKL:n SeniorSurfin karttapalvelusta löydät järjestöjen, vapaaehtoisten ja monien julkisten toimijoiden maksuttomat digiopastuspaikat. www.seniorsurf.fi/opastuspaikat
SeniorSurfin etäopastuspalvelussa vapaaehtoiset vertaisopastajat neuvovat digipulmissa puhelimitse sinulle sopivaan aikaan. Jätä opastuspyyntö www.etäopastus.fi tai 044 700 7101 (pvm/mpm)

Digistöd för seniorer av jämnåriga handledare via telefon vid en tid som passar dig. Lämna en begäran om handledning på www.seniorsurf.fi/digistod

5. Toimintaa vapaaehtoisille ja iäkkäille

VTKL:n Sateenkaarisenioreiden vertaisryhmä Oulussa

Ryhmä on suunnattu pohjoispohjanmaalaisille seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön kuuluville iäkkäimmille henkilöille. Ryhmän toiminnan sisältö nousee ryhmäläisten toiveista, tavoitteena on luoda turvallinen ja lämminhenkinen ympäristö uusille kohtaamisille ja ystävyydelle. Ryhmä kokoontuu kahdeksan kertaa ja ryhmään mahtuu mukaan kuusi henkilöä.

Aika: Ryhmä aloittaa 26.2. ja tapaa aina keskiviikkoisin klo 13–15 Oulun keskustassa, tarkempi tapaamispaikka ilmoitetaan ryhmään osallistuville sähköpostitse.

Ilmoittautuminen on auki 13.2. saakka: vtkl.fi/sateenkaariseniorit tai ota yhteyttä p. 050 343 4241, outi.valonen@vtkl.fi

Hämeenlinnan SPR järjestää viikoittain kokoontuva Ikikset (ikäihmisten kerho), jonka tarkoitus on tuoda hyvinvointia ja hyvää mieltä. Lisätietoja: pirkkoliinajo@gmail.com
Pirkko-Liina Amperla, Ikisten vetäjä, Ystäväkouluttaja, SPR Hämeenlinna

SOS-Lapsikylän Mummun ja vaarin tupa on lämminhenkinen kohtaamispaikka lapsiperheille ja vapaaehtoisille ikäihmisille. Tuvalla vietetään aikaa yhdessä arki-iltaisin jutellen ja lasten kanssa leikkien, ja lisäksi tarjotaan arki-illan helpotukseksi lämmin ruoka. Toivomme mukaan ikäihmisiä, jotka nauttivat toimimisesta lasten ja lapsiperheiden parissa. Tupailta on kerran viikossa ja osallistua voi oman aikataulun mukaan. Tuvalla on aina mukana myös SOS-Lapsikylän työntekijät.

Tuvat sijaitsevat Espoossa Karakalliolla ja Suvelassa, Helsingissä Jakomäessä ja Vuosaarella sekä Vantaalla Hakunilassa, Koivukylässä ja Myyrmäessä.

Lue lisää ja tule mukaan: www.sos-lapsikyla.fi/mummun-ja-vaarin-tupa tai voi myös soittaa, niin kerromme mielellään lisää, p. 044 7547822!