

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

Osaamisverkoston toinen toimintavuosi alkaa olla lopuillaan. Kuluneena vuotena olemme pohtineet vapaaehtoistoiminnan organisoinnin haasteita, koordinaattorin voimavaroja ja jaksamista, tutustuneet hyviin käytäntöihin ja erilaisiin toimintamalleihin. Kiitos kaikille, jotka olette olleet mukana keskustelemassa ja jakamassa osaamista sekä ideoita!

Kevätkauden Teams-tapaamiset järjestetään:

- **Torstaina 26.2. klo 9.00–10.30**
- **Perjantaina 24.4. klo 12.30–14.00**

HUOM! Olet saanut sähköpostiin kyselyn, jossa pääset ehdottamaan aiheita tulevan vuoden tapaamisiin. Voit myös ehdottaa esitystäsi verkostotapaamiseen, sillä palautteessa toivottiin mm. pitkän linjan vapaaehtoistoiminnan koordinaattorien kokemuksia erilaisista kokeiluista ja uusien hankkeiden kuulumisia. Osaamisverkoston sisältö koostuu osallistujien toiveista. Jokaisen tapaamisen jälkeen sähköpostiisi saapuu palautekysely. Kiitos kaikesta palautteesta! Palautteen avulla toimintaa voidaan kehittää.

Seuraavat uutiskirjeet:

- **materiaali 6.2. mennessä (uutiskirje saapuu vko 7)**
 - **materiaali 10.4. mennessä (uutiskirje saapuu klo 16)**
-

2. Verkostoon liittyminen

Osaamisverkostossa on tällä hetkellä 122 jäsentä eri puolilta Suomea. Verkoston toiminta on avointa kaikille iäkkäille vapaaehtoistoimintaa organisoiville tahoille. Syksyn

aikana on tullut useita uusia jäseniä. Muutamien jäsenten työntehtävät ovat vaihtuneet, jolloin verkostossa työskentely on loppunut.

Jos haluat viedä eteenpäin tietoa verkostosta, lisätietoa ja liittymislinkki löytyvät <https://vtkl.fi/toiminta/vapaaehtoistoiminta/vapaaehtoistoiminnan-osaamisverkosto/>

Osaamisverkoston tiedot löytyvät nyt myös Kansalaisareenan nettisivuilta:

<https://kansalaisareena.fi/ammattilaiselle/valikkoverkosto/valikkoryhmat/>

3. Koulutuksia ja webinaareja

Järjestöjen vuodelle 2026 suunnittelemaa **ammattihenkilöstön koulutuksia ja webinaareja** voit tarkastella mm. seuraavilta sivuilta. (Huom. monet tahot odottavat vielä vuoden 2026 STEA:n rahoituspäätöksiä)

[Vanhustyön keskusliiton koulutukset ammatilaisille](#)

[Kansalaisareenan tapahtumat](#)

[SOSTE tapahtumat](#)

[Ikäinstituutin tapahtumat](#)

4. Materiaaleja

Muistiliiton Omin sanoin -hanke on julkaissut hiljattain maksuttoman verkkomateriaalin muistisairauteen sairastuneen kommunikoinnin tukemisesta.

Materiaali on kehitetty yhdessä muistisairaiden henkilöiden, heidän läheistensä ja monialaisten ammattilaisten kanssa. Verkkomateriaali löytyy osoitteesta

www.muistiliitto.fi/kommunikointi ja ruotsiksi www.muistiliitto.fi/kommunikation .

Huimaus- ja Meniere-liitto ry on julkaissut gamma-äänistimulaation ja siihen valmiit [ääniterapia-ohjeet](#) omatoimiseen harjoitteluun. Huimaus- ja Meniere-liitto ry

teki alkuvuonna 2025 oman tutkimuksen aiheesta, josta voit lukea tiivistelmän ohjeesta. Alustavat tutkimukset Nature-lehden artikkelissa 2024 viittaavat siihen, että äänistimulaatiolla voi olla hyötyjä myös Parkinsonin ja Alzheimerin tauteihin.

Ääniterapiaa käsitellään huimausta sairastavan näkökulmasta helmikuun 2026

Huimaus- ja Meniere-Akatemiassa: [Huimaus- ja Meniere-Akatemia: Ääniterapia - Huimaus- ja Meniere-liitto ry](#)

Tilaa STEAn uutiskirje

STEAn uutiskirje on noin kerran kuukaudessa sähköpostiin toimitettava kooste ajankohtaisista avustuksiin liittyvistä uutisista. Uutiskirjeen voi tilata kuka tahansa omaan sähköpostiosoitteeseensa stea.fi-verkkosivuilta. [Tilaa uutiskirje täältä](#)

Tilaa Enter ry:n uutiskirje

Ikäihmisten tietotekniikkayhdistys **Enter ry:n uutiskirjeestä** saat aina tiedon yhdistyksen ajankohtaisista tietoisuuksista ja tapahtumista. Tilaa Enterin suomenkielinen uutiskirje: www.entersenior.fi/yhdistys/uutiskirje/

Nyt voit tilata uutiskirjeen myös Enterin ruotsinkielisistä tapahtumista. Prenumerera på **Enters nyhetsbrev på svenska** för att få veta om handledningar, föreläsningar och andra aktuella evenemang: www.entersenior.fi/sv/nyhetsbrev/

Tilaa Fingerroos säätiön Löytävän vanhustyön uutiskirje.

Fingerroosin säätiön Löytävän vanhustyö tuottaa uutiskirjettä sekä koostetta perustoiminnoistaan suomeksi ja ruotsiksi asiakkaille tulostettavaksi. Uutiskirjeessä kerrotaan ajankohtaisia asioita toiminnasta ja yleisiä huomioita ikääntyneisiin liittyen. **Lisätietoja:** Satu Formulahti satu.formulahti@fingerroos.net

5. Toimintaa vapaaehtoisille ja iäkkäille

VTKL:lla on tänä vuonna digitaalinen joulukalenteri, jonka on tehnyt Hiidenkiven peruskoulun (Helsinki) 7C-medialuokan oppilaat. Nuoret ovat itse suunnitelleet ja toteuttaneet jokaisen luukun sisällön. Joulukalenteri muodostuu videoista, teksteistä ja kuvista.

Joulukalenteria saa näyttää ja käyttää monipuolisesti ikääntyvien ihmisten toiminnassa. www.vtkl.fi/joulukalenteri

Ystäväpiiri-koulutusta® verkossa keväällä 2026

Haluaisitteko ottaa iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä tutkitusti vähentävän Ystäväpiiri-ryhmätoimintamallin käyttöön omassa yhteisössänne? Vanhustyön keskusliitto järjestää keväällä 2026 kaksi etänä verkossa toteutettavaa Ystäväpiiri-ohjaajakoulutusta, joihin voi osallistua eri puolilta Suomea. Koulutus soveltuu hyvin iäkkäiden ihmisten ryhmänohjaamisesta kiinnostuneille vapaaehtoisille ja antaa valmiudet Ystäväpiiri-ryhmän ohjaamiseen parityönä omassa taustayhteisössä. Kevään koulutusten haku on parhaillaan avoinna. Lisätietoja: vtkl.fi/toiminta/ystavapiiri



Haluaisitko lievittää iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä ja kehittyä ryhmänohjaajana?

YSTÄVÄPIIRI-KOULUTUKSET® VERKOSSA KEVÄÄLLÄ 2026

Käynnistämme tammi- ja helmikuussa 2026 Ystäväpiiri-koulutuksia®, joihin voi hakea mukaan eri puolilta Suomea.

Koulutus sisältää etäkoulutusiltoja (Teams) ja tuetun Ystäväpiiri-ryhmänohjauksen parityönä.



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Hakuohjeet ja lisätiedot:
vtkl.fi/ystavapiiri

Wellamo-opisto järjestää yhteistyössä Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan verkoston verkkokurssin Valmennus vapaaehtoistoimintaan.

Yleinen perehdytys vapaaehtoistoimintaan toimii kaikilla vapaaehtoistoiminnan aloilla. Maksuttoman kurssin suoritettuaan saa myös Open Badget osallistumismerkkin.



**VALMENNUS
VAPAAEHTOISTOIMINTAAN**

Kurssilla tutustutaan vapaaehtoistoimintaan, ja siihen mitä se voi tarjota juuri sinulle!

Verkkokurssina alkaen 7.1.2026

Ilmoittaudu Wellamo-opiston kautta 1.12. alkaen!

Wellamo-opisto

PÄIJÄT-HÄMEEN
VAPAAEHTOISTOIMINNAN
VERKOSTO

<https://uusi.opistopalvelut.fi/wellamo-opisto/fi/course/32843>

Apua ja tukea ikääntyneiden päiviin Pohjois- ja Koillis-Helsingin alueella

Betesda-säätiön etsivä vanhustyö on ammattilaisen antamaa yksilöllistä ohjausta, apua ja tukea. Etsivän työn avulla tavoitetaan kotona asuvia ikääntyneitä, joiden toimintakyky ja / tai elämänhallinta on heikentynyt, ja jotka eivät ole vielä palveluiden piirissä. Tapaamisissa keskitytään yksilölliseen kohtaamiseen. Asiakkaalle kerrotaan alueen palveluista ja autetaan sovitussa asioissa, kuten asiointissa, digiavussa, tutustumisessa toimintoihin sekä kaverivapaaehtoisen hankinnassa. Toiminta kattaa Pohjois- ja Koillis-Helsingin alueen. **Meihin saa yhteyden** puh. 040 484 3795.

Lisätietoa Betesdan etsivästä vanhustyöstä löydät

<https://betesda.fi/saatio/kansalaistoiminta/>

Maunulan kohtaamispaikka – iloa ja hyvinvointia arkeen. Kohtaamispaikka tarjoaa ikääntyneille mahdollisuuden viettää aikaa toisten kanssa, nauttia yhdessäolosta mukavan tekemisen äärellä sekä saada tietoa ajankohtaisista asioista.

Kohtaamispaikassa on aina tarjolla päiväkahvit. Toiminta on maksutonta. Vuonna 2026 tapaamme kohtaamispaikassa aina **maanantaisin klo 13–15. Tarkempi sijainti:** Töyrytien kerhotila osoitteessa Töyrytie 4 (Maunula, Helsinki). Lämpimästi tervetuloa mukaan! Lisätietoja saat puh. 040 757 2349.



Etelä-Karjalan Muistiluotsi järjestää vuoden alussa 26.2.26 Imatralla ja 9.2.26 Luumäelle koulutuksen muistiasioista ja vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille.

Kolmen tunnin koulutuksessa oppii asioita muistisairauksista sekä kohtaamisesta. Koulutuksen jälkeen voi halutessaan pitää noin tunnin mittaista muistikummituokiota esim. omissa harrasteporukoissa tai muille ryhmille ja näin lisätä muistiystävällisyyttä alueellamme.

Lisätietoja:

Muistiluotsityöntekijä

Maarit Olkkonen maarit.olkkonen@ekmuisti.fi

Tule oppimaan muistiasioita



Ma 26.1. klo 12-15
Imatran urheilutalo,
kokoushuone 107,
Kotipolku 2, Imatra

Ma 9.2. klo 12-15
Hyvinvointiaseman liiketila,
Marttilantie 34
Luumäki

Koskettavatko muistiasiat sinua? Haluaisitko olla mukana hälventämässä muistisairauksiin liittyviä ennakkoluuloja ja vaikuttaa siihen, miten meistä jokainen voi pienten tekojen kautta muuttaa maailmaa muistiystävällisemmäksi?

Koulutuksessa opitaan perustietoja muistisairauksista ja pohditaan muistisairaahan kohtaamista.

Koulutuksen käytyäsi voit halutessasi alkaa muistiluotsin vapaaehtoiseksi ja pitää toiminnallisia ja keskustelevia noin tunnin pituisia muistikummituokioita erilaisille yleisöille. Saat kaiken tarvittavan ohjeistuksen ja materiaalin tuokioiden pitämiseen koulutuksessa. Voit toimia vapaaehtoistehtävissä myös yhdessä toisen vapaaehtoisen kanssa. Lisäksi saat tukea Muistiluotsin työntekijöiltä.

Koulutus on maksuton, sisältää kahvitarjoilun ja sen järjestää Etelä-Karjalan Muistiluotsi.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:
puh. 050 555 4699



Tampereen Tammenlehvä etsii vapaaehtoisia ulkoiluttamaan sekä tuottamaan musiikkia ja laulua.
Yhteyshenkilö Eeva Fredland
eeva.fredland@tammenlehvakeskus.fi

HyTe ry:n VESA-toiminta koordinoi vapaaehtoisapua yksinäisten senioreiden tueksi

Vapaaehtoidemme antavat lähtökohtaisesti keikkaluonteista apua (ei vaadita säännöllistä sitoutumista) ikäihmisten itsenäisen asumisen tukemiseksi. VESA tarvitsee jatkuvasti uusia vapaaehtoisia, käynnissä on hanke, jonka puitteissa Espoossa vakiintunutta toimintaa laajennetaan vaihteittain koko Länsi-Uudenmaan alueella. Koulutuskalenterista lisätietoja ja ilmoittautumislinkit:

[KOULUTUSKALENTERI](#)

ONKO SINULLA PÄIVISIN AIKAA?

RYHDY VESA-VAPAAEHTOISEKSI JA AUTA IKÄIHMISTÄ OMAN AIKATAULUSI MUKAAN

"SAAN HYVÄN MIELEN, KUN VOIN AUTTAA JA OLLA IKÄIHMISEN SEURANA. TULEE LÄHDETTYÄ KÄVELYLLE JA TAPAAMAAN IHMISIÄ." VESA-VAPAAEHTOINEN

MEERI
MATINKYLÄSTÄ
KAIPAA
ULKOILUSEURAA
TORSTAINA
ILTAPÄIVÄLLÄ

www.hyte.fi/vesa
www.hyte.fi/vesa-vapaaehtoiseksi-ikaihmiselle