

**Valtakunnallisen vanhustyön
vapaaehtoistoiminnan osaamisverkoston
uutiskirje sisältää seuraavat osiot:**



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

1. Osaamisverkoston terveiset

Lämmin kiitos aktiivisesta osallistumisestanne osaamisverkoston toimintaan!

Osaamisverkoston jäsenille toteutettiin joulukuussa 2025 kysely, jossa kerättiin palautetta verkoston toiminnasta sekä toiveita tulevien tapaamisten teemoista. Kyselyyn vastasi 24 henkilöä. Vastauksista ilahduttavat erityisesti vahvasti myönteiset arviot: 54 % koki verkoston toiminnan erittäin hyödylliseksi ja 42 % hyödylliseksi. Vain yksi vastaaja ei kokenut verkostoa kovin hyödylliseksi.

Osaamisverkostoa kiiteltiin erityisesti käytännönläheisyydestä. Sen koettiin tuoneen uusia ideoita, ajankohtaista tietoa sekä arvokasta vertaistukea. Vastauksissa korostui kiinnostus erilaisten hankkeiden, toimintamallien ja hyvien käytäntöjen jakamiseen – juuri siihen, mistä verkostossamme parhaimmillaan on kyse.

Aihevalikossa eniten toivottiin:

- 1) Tietoa vapaaehtoistoiminnan rekrytoinnin edistämiseen (4,6/5)
- 2) Miten tukea vapaaehtoista luopumisen ja kuoleman käsittelyssä? (4,5/5)
- 3) Vapaaehtoisen tukeminen muistisairaana kohtaamiseen (4,4/5)
Erilaiset toimintatavat vapaaehtoisten perehdytyksissä ja haastatteluissa (4,4/5)
Vapaaehtoisten kiittäminen, lisäkoulutukset, virkistys- ja vertaistapaamiset (4,4/5)
Vapaaehtoistoiminnan markkinointi (4,4/5).

Tapaamisiin liittyen oli esitetty toive, että osaamisverkoston Teams-kutsu tulisi lähempänä ajankohtaa. Jatkossa pyrin siis lähettämään Teams-kutsut sekä hyvissä ajoin hyväksyttäväksi kalenteriin että lähempänä ajankohtaa muistutuksen, jossa on Teams-linkki mukana.

Kevätkauden Teams-tapaamiset järjestetään:

- Torstaina 26.2.2026 klo 9.00–10.30 Keskusteluaiheena: vapaaehtoisten rekrytoinnin edistäminen
- Perjantaina 24.4.2026 klo 12.30–14.00 Aihe vielä vahvistumatta.
- Tarvittaessa voimme järjestää myös kolmannen tapaamisen kevätkaudella.

Seuraava uutiskirje:

- materiaali 10.4.2026 mennessä (uutiskirje saapuu klo 16)

Osaamisverkoston tapaamisten ja uutiskirjeen sisältö koostuu osallistujien toiveista ja tarpeista. Ole rohkeasti yhteydessä ja esitä aiheita! Uutiskirjeessä on esillä muutamia paikallisia toimintoja, joista voi saada aihe- tai yhteistyöideoita myös muilla paikkakunnilla.

Kiitos teille kaikille, että rakennatte osaamisverkostosta aktiivista, avoimesti jakavaa ja inspiroivaa yhteisöä!

Osaamisverkoston koordinaattori Anu Lintilä, anu.lintila@vtkl.fi 050 5722830

2. Verkostoon liittyminen

Osaamisverkostossa on tällä hetkellä 127 jäsentä eri puolilta Suomea. Verkoston toiminta on avointa kaikille iäkkäille vapaaehtoistoimintaa organisoiville tahoille. Vuoden alusta verkostoon tuli uusia jäseniä ja muutamia on myös poistunut.

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

Iloa ja oivalluksia – innostusta ja yhdessä oppimista!

Vanhustyön keskusliiton Senioritoiminnan vertaistuelliset ja toiminnalliset koulutuspäivät tarjoavat ammattilaisille ja vapaaehtoisille uusia menetelmiä iäkkäiden ihmisten ryhmätoimintaan sekä hyvinvoinnin ja arjen ilon vahvistamiseen. Saat käytännönläheisiä ideoita, tutustut Vahvike.fi-aineistojen monipuoliseen käyttöön ja pääset jakamaan kokemuksia muiden ohjaajien kanssa. Lisätietoja ja ilmoittautuminen tästä linkistä: <https://vtkl.fi/tapahtumat/?event-type=ryhmanohjaus>

Mielenterveyden keskusliiton kurssiopas on ilmestynyt sisältäen 110 kurssia ja luentoa kaikille järjestötoimijoille, jäsenyhdistyksille, asiakkaille ja vapaaehtoisille. Suurin osa verkossa, eli osallistua voi mistä päin maata tahansa. Toiminnassa yhdistyvät ammattilaistemme osaaminen ja kokemustieto mielenterveysongelmia kokevien ihmisten arjesta, heidän omasta näkökulmastaan. Kurssit ovat maksuttomia. Lisätietoja ja ilmoittautuminen tästä linkistä:

<https://bit.ly/Kevät2026MaksuttomatKurssit>

Vapaaehtoistyö.fi järjestää kevätkaudella kolme webinaaria:

Torstai 26.2.2026 klo 14–15.30 Vapaaehtoisten hyvinvointi ja sitouttaminen

Hyvinvoiva vapaaehtoinen sitoutuu toimintaan paremmin. Webinaarissa syvennyttään sitouttamisen eri vaiheisiin ja vapaaehtoisen hyvinvoinnista huolehtimiseen. Hyvinvointiosuuden pohjana käytetään Vapaaehtoistyö.fi-palvelun uusimman kyselytutkimuksen (2025) tuloksia.

Ke 8.4.2026 klo 14–16 Vahvuustyöpaja yksilön ja yhteisön hyvinvoinnin rakentajana

Hyvinvoivan yhteisön rakentaminen vapaaehtoistoiminnassa on tärkeää. Vahvuustyöpajassa paneudumme vahvuuksiemme äärelle ja mietimme, miltä tuntuu kehua itseään muiden edessä ja antaa kehuja toisille. Omista vahvuuksista puhuminen voimaannuttaa ihmistä ja yhteisössä tätä voimaa voidaan edelleen vahvistaa. Webinaariin osallistumisen jälkeen koordinaattori voi vetää työpajan omassa vapaaehtois- tai työporukassaan.

Ke 20.5.2026 klo 14–15.30 Vapaaehtoistoiminta iäkkäiden osallisuuden tukena.

Iäkkäät ovat tärkeä osa vapaaehtoistoimintaa sekä tekijöinä että avun saajina. Tule kuulemaan ja jakamaan hyviä käytäntöjä sekä pohtimaan, miten edistää iäkkäiden osallisuutta vapaaehtoistoiminnan avulla.

Ilmoittautuminen:

<https://link.webropolsurveys.com/Participation/Public/d3ebd989-f132-4e51-8eaa-9fba8597a642?displayId=Fin3549283>

4. Rollaattorimarssi perjantaina 8.5.2026

<https://vtkl.fi/tapahtumat/rollaattorimarssi-helsinki/>

Kerää porukka ja liity mukaan hyvän mielen osoitukseen! Rollaattorimarssi on iloinen ja yhteisöllinen mielenilmaus, jonka tavoitteena on nostaa esiin jokaisen oikeutta hyvään ja arvokkaaseen vanhuuteen. Haluamme positiivisen kautta osoittaa huolestamme iäkkäiden palveluiden tilanteesta ja samalla muistuttaa ikääntymisen moninaisuudesta – ja siitä, että ilo kuuluu myös vanhuuden elämänvaiheeseen. Rollaattorimarssi on yhtä aikaa kannanotto ja ikäkarnevaali.



Rollaattorimarssi järjestetään Helsingissä ja samaan aikaan myös Tampereella, pe 8.5. alkaen klo 14 teemalla *Koska meissä on elämä ja Hyvän ja arvokkaan vanhuuden puolesta*. Lisätietoa tästä linkistä: [Olen kiinnostunut tapahtumasta ja haluan lisätietoa >](#)

Oletko kiinnostunut järjestämään rollaattorimarssin omalla paikkakunnallasi?

Oheisesta linkistä löydät linkit rollaattorimarssin järjestämiseen. Tehdään yhdessä Rollaattorimarssista kansallinen vaikuttamistapahtuma hyvän ja arvokkaan vanhuuden

puolesta!

https://vtkl.fi/wp-content/uploads/2026/01/rollaattorimarssi_jarjestamisvinkit.pdf

5. Materiaaleja

Uusia materiaaleja monikieliseen ja kulttuurisensitiiviseen muistityöhön

Monikieliset materiaalit muistisairauksista

- Infolehtiset aivoterveystesta, muistisairauksista ja muistisairaahan kohtaamisesta
- Materiaalia, jonka avulla voi keskustella muistin liittyvistä aiheista sekä tarjolla olevista tukipalveluista
- Tukee eri kieli- ja kulttuuritaustaisten asiakkaiden ohjausta, helppo tulostaa ja käyttää neuvonnassa

Tutustu materiaaleihin Muistiliiton sivuilta: muistiliitto.fi/tietoa-muistisairauksista-eri-kielilla/

Kulttuurisensitiivisyys muistityössä – verkkomateriaali suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi

- Työkaluja eri kieli- ja kulttuuritaustaisten asiakkaiden kohtaamiseen
- Lyhyitä tietopaketteja, esimerkkitarinoita ja harjoituksia
- Näkökulmia ja käytännön vinkkejä yhdenvertaisten ja saavutettavien palvelujen kehittämiseen

Lue lisää Muistiliiton sivuilta: muistiliitto.fi/kulttuurisensitiivisyys-muistityossa/

Miina Sillanpään Säätiön ja Harjulan Setlementin SenioriKamu-hankkeen kuvaus ja toimintamalli on julkaistu Innokylässä

<https://www.innokyla.fi/fi/toimintamalli/seniorikamu-toiminta>. Malli soveltuu ikääntyneiden kotona asumisen tukemiseen. Mallin ja materiaalit voi ottaa maksuttomasti käyttöön kokonaan tai osittain. Lisätietoja antaa: Hankepäällikkö Jenni Karvonen, jenni.karvonen@miinasillanpaa.fi

SenioriKamu-hankkeen Pieniä tekoja, isoja asioita -valokuvanäyttely on nyt nähtävissä sähköisesti – siellä, missä sinäkin! Näyttely kertoo aidoista

ystävyyksistä, jotka ovat syntyneet vapaaehtoistoiminnan kautta. Näyttelyyn voi tutustua peda.net-sivustolla <https://peda.net/harjulan/seniorikamu-sosiaalista-tukea-ja-toivetapahtumia/pienia-tekoja-isoja-asioita-valokuvanayttely>.

Perehdy **Sitran megatrendeihin 2026**, joissa esille nousee mm. pitkäikäisyyden yhteiskunta <https://www.sitra.fi/julkaisut/megatrendit-2026/>

Kela on julkaissut selkokieliä esitteitä, joita voi tilata asiakasohjauksen tueksi Kelan verkkosivuilta osoitteesta www.kela.fi/tilaa-esitteita

6. Toimintaa vapaaehtoisille ja iäkkäille

VALTAKUNNALLINEN

Huimaus- ja Meniere-liitto ry järjestää 6.5.2026 klo 18–19.30

"Huimauksen kotihoito". Ilmoittautumislinkki tulee näkyville edellisenä perjantaina:

<https://www.huimausjameniereliitto.fi/tapahtumat/huimaus-ja-meniere-akatemia-huimauk/>
HELSINKI

Välittäjät-verkosto on Helsingissä kotona asuville iäkkäille vapaaehtoistoimintaa organisoivien tahojen vertais- ja yhteistyöverkosto. Verkosto järjestää yhteistyössä vapaaehtoisille lisäkoulutuksia, jotka ovat kaikille avoimia.

Välittäjät verkoston kevät 2026 vapaaehtoisten koulutusten tiedot ja ilmoittautumislinkit:

Ti 3.3.2026 klo 17–19 Ikääntyneiden kohtaama kaltoinkohtelu ja sen tunnistaminen Kampissa, Helsingissä. Kuinka tunnistaa kaltoinkohtelu, väkivalta ja nettihuijaukset sekä mistä saa apua ja minkälaista apua. Illan luento syvenyy ikääntyneiden kohtaamaan kaltoinkohteluun ja on suunnattu vapaaehtoisille. **Tapahtumat linkki:**

<https://tapahtumat.hel.fi/fi/tapahtumat/helsinki:agnsy6ovlm> **Facebook linkki:**

<https://fb.me/e/47IW0MRBX> **Ilmoittautumislinkki:**

<https://link.webropol.com/ep/Kaltoinkohteluntunnistaminen2026>

26.3.2026 klo 17–18.30 Työkaluja oman mielen hyvinvoinnin tueksi – luento vapaaehtoisille (Kamppi) **Tapahtumat linkki:**

<https://tapahtumat.hel.fi/fi/tapahtumat/helsinki:agnszbebsq>

Facebook linkki: <https://fb.me/e/5Hxf5KJZV>

Ilmoittautumislinkki: <https://link.webropol.com/ep/omamielenhyvinvointi2026>

5.5.2026 klo 17–18.30 Mielen hyvinvointi ikääntyessä etänä Teamsin välityksellä. Tällä vapaaehtoisille suunnatulla luennolla syvennytään mielen hyvinvoinnin teemaan ja pohditaan miten ikääntyminen vaikuttaa mielen hyvinvointiin?

Tapahtumat linkki: <https://tapahtumat.hel.fi/fi/tapahtumat/helsinki:agnszdctjg>

Facebook linkki: <https://fb.me/e/8JOhjwmic> **Ilmoittautumislinkki:**

<https://link.webropol.com/ep/Toukokuu2026>

15.4.2026 klo 17–18.30 etänä, Muistisairaahan ihmisen ymmärtäminen ja kohtaaminen Yleisimmät muistisairaudet ja niiden oireet sekä puhumme muistisairaahan ihmisen kohtaamisesta. **Tapahtumat linkki:**

<https://tapahtumat.hel.fi/fi/tapahtumat/helsinki:agnsz5kzzm>

Facebook linkki: <https://fb.me/e/6NpviWvhf>

Ilmoittautumislinkki: <https://link.webropol.com/ep/MuistiluentoKevat26>

Helsingin kaupunki järjestää:

25.2 Vapaaehtoistoiminnan perusteet Malmin kirjastolla klo 16.30–17.45

Oletko juuri jäänyt eläkkeelle ja mietit mitä merkityksellistä tehdä?

Olisiko vapaaehtoistoiminta sinun juttusi? Lähde mukaan vapaaehtoistoiminnan perusteet infoon, joka on suunnattu kaikille vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille! Helsingin kaupungin vapaaehtoisena voit toimia oman aikataulusi mukaan. Tehtäviä on paljon erilaisia, eri teemojen sekä kohderyhmien parissa.

Koulutuksessa käymme läpi käytännön asioita, kuten vapaaehtoistoiminnan periaatteet, vakuutus, vuorovaikutus sekä esimerkkejä erilaisista vapaaehtoistehtävistä. Koulutuksesta on mahdollista saada todistus. Koulutuksessa mukana asiantuntijoita esittelemässä erityisesti Malmin kirjaston, Syystien seniorikeskuksen ja Malmin yhteisötalon vapaaehtoistoimintaa.

Tapahtumat linkki:

<https://tapahtumat.hel.fi/fi/tapahtumat/helsinki:agntbnv6wi>

Facebook linkki:

<https://fb.me/e/1TuXOa3HE0>

Ilmoittautumislinkki:

<https://link.webropol.com/ep/VetperusteetHelmikuu2026>

10.3 Vapaaehtoistoiminnan perusteet Vuotalolla klo 16.45–18.30 Vuotalo, pikkusali
Oletko juuri jäänyt eläkkeelle ja mietit mitä merkityksellistä tehdä? Lähde mukaan vapaaehtoistoiminnan perusteisiin!

Tilaisuus on suunnattu kaikille vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille! Helsingin kaupungin vapaaehtoisena voit toimia oman aikataulusi mukaan. Tehtäviä on paljon erilaisia, eri teemojen sekä kohderyhmien parissa. Tarvetta sitoutuneille vapaaehtoisille, mutta myös keikkaluonteisille vapaaehtoisille.

Koulutuksessa käymme läpi käytännön asioita, kuten vapaaehtoistoiminnan periaatteet, vakuutus, vuorovaikutus sekä esimerkkejä erilaisista vapaaehtoistehtävistä.

Koulutuksessa mukana asiantuntijoita esittelemässä erityisesti kirjaston, yhteisötalon, nuorisotalon, Vuotalon, liikuntaluotsitoiminnan ja HelsinkiMission alueellisia vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia. Vapaaehtoisia kaivataan mm. avuksi tapahtumiin, innostamaan liikkumaan, senioreiden kaveritoimintaan, digitueksi, nuorisotalon arkeen, ryhmiä ohjaamaan, läksyavuksi ja kirjojen hyllytykseen ym.

Tapahtumat linkki:

<https://tapahtumat.hel.fi/fi/tapahtumat/helsinki:agntbqzxm>

Facebook linkki: <https://fb.me/e/cbDNKVT1B>**Ilmoittautumislinkki:** <https://link.webropol.com/ep/vuotalo2026>**UUSIMAA**

Enter ry tarjoaa henkilökohtaista ja maksutonta opastusta tietokoneiden, tablettien ja kännyköiden käytössä Uudellamaalla sekä etänä.

Enterin helmikuun tilaisuudet kootusti: (tarkemmat tiedot <https://www.entersenior.fi/tapahtumat/>)

- To 5.2. Pukkila: Infotilaisuus: Seniori, tule kuulemaan digiopastustoiminnasta Pukkilan Onnissa!
- To 12.2. Pukkila: Miten parannan omaa tietosuojaa? Tule juttelemaan!
Pe 13.2. Kerava: Tietoturva – huijausten välttäminen
- Ti 17.2. Porvoo: Viranomaisviestit & suomi.fi
- Ma 2.3 Helsinki: Älykännykän perustoiminnot haltuun