

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

On hyvä välillä pysähtyä ja muistaa: teemme oikeasti tärkeää työtä. Koordinoimamme toiminta vähentää iäkkäiden yksinäisyyttä, luo kohtaamisia ja yhteisöllisyyttä – asioita, joille on nyt enemmän tarvetta kuin koskaan. Vapaaehtoistoiminta tuo hyvinvointia ja toivoa keskelle usein aika raskastakin uutisvirtaa.

Siksi on tärkeää, että osaamisverkostossa jaetaan ideoita ja kehitetään yhdessä uusia tapoja toimia. Yhä enemmän puhutaan joustavista osallistumisen malleista, joiden avulla erilaisissa elämäntilanteissa olevat ihmiset voivat tulla mukaan vapaaehtoistoimintaan. Iäkkäät eivät ole vain avunsaajia, vaan myös aktiivisia toimijoita ja vapaaehtoisia. Pitkäikäisten Suomi tarvitsee monenlaisia tekijöitä ja yhteistyötä.

Olipa työn alla rahoitushakemus, perehdytyksen, ryhmän tai vapaaehtoisten koulutus, tsemppiä kaikkeen tekemiseen! Yhdessä saamme enemmän aikaan.

Aurinkoista kevättä ja kiitos, että olet mukana!

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

Kevätkauden Teams-tapaamiset järjestetään:

- **Perjantaina 24.4.2026 klo 12.30–14.00** Aiheena: Miten tukea vapaaehtoista luopumisen ja kuoleman käsittelyssä? Asiantuntijana sairaalapastori Ari Niskala
- **Torstai 24.9.2026 klo 13–14.30**
- **Perjantai 20.11.2026 klo 9–10.30**

Ehdota aiheita syksyn tapaamisiin!

Seuraava uutiskirje:

- materiaali 4.9.2026 mennessä (uutiskirje saapuu vko 37)
- materiaali 16.10.2026 mennessä (uutiskirje saapuu vko 43)

2. Verkostoon liittyminen

Osaamisverkostossa on tällä hetkellä 135 jäsentä eri puolilta Suomea. Verkoston toiminta on avointa kaikille iäkkäille vapaaehtoistoimintaa organisoiville tahoille.

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/>

Jos haluat poistua verkostosta, ilmoita sähköpostitse: anu.lintila@vtkl.fi

3. Koulutuksia ja webinaareja

Tampereen valikkoryhmä, Kansalaisareena ja Tarve ry järjestävät maksuttoman seminaari **27.5. klo 12–15** Tampereella pääkirjasto Metson Kuusi-salissa (Pirkankatu 2, Tampere). Tilaisuus on suunnattu vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreille ja avoin kaikille aiheesta kiinnostuneille. Alla lisätiedot: [**VALIKKOVERKOSTO | Tilaa kaikille: haastavat tilanteet ja osallisuuden voima vapaaehtoistoiminnassa - Kansalaisareena**](#)

6.5.2026 klo 18–19.30 Huimaus- ja Meniere-Akatemiassa on teemana Huimauksen kotihoito. Webinaarin pitää Kiropraktikko Jani Mikkola. Lisätietoja:

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

Vapaaehtoistyö.fi-palvelu tarjoaa maksuttomia sivuston esittelyjä, käyttökoulutuksia ja puheenvuoroja:

- Vapaaehtoistyö.fi-palvelun esittely 10-20 min
- Vapaaehtoistyö.fi-sivuston käyttökoulutus 30-60 min
- Puheenvuoro vapaaehtoistoiminnan hyvinvointivaikutuksista 20-45 min
- Vinkkejä vapaaehtoisten rekrytointiin ja sitouttamiseen 20-45 min

Yhteydenotot: asiakaspalvelu@vapaaehtoistyö.fi



Järjestöinfo ke 24.4. klo 8.55–10, Teams

Millaisia palveluita pääkaupunkiseudun järjestöt tarjoavat senioreille?



Tilaisuuteen ei tarvitse ilmoittautua. Kuuntelulinkki:

<https://teams.microsoft.com/meet/398416555754123?p=okfkbqphskZrE88re>



**Hyvä
Ikä**

**Vanhustyön ja ikääntymisen
oma tapahtuma**

9.-10.9.2026 Helsingin Messukeskus

Vanhustyön ja ikääntymisen tapahtuma 9.-10.9.2026 Helsingin Messukeskuksessa

Hyvä ikä kokoaa yhteen niin alan ammattilaiset kuin ikääntyvät ja heidän läheisensä. Kattavan näyttelyn lisäksi tapahtumassa on ajankohtaista ohjelmaa kahdella ohjelmalavalla. Vuoden 2026 teema on **Kohtaamisen voima!**

Alan ammattilaiset pääsevät tapahtumaan veloituksetta rekisteröitymällä. Lue lisää ja rekisteröidy: <https://hyvaika.expomark.fi/ammattilaisille/>

4. Iloinen ja yhteisöllinen mielenilmaus hyvän vanhuuden puolesta 8.5.2026 - Rollaattorimarssi

Rollaattorimarssi 2026 järjestetään valtakunnallisena, iloisena ja yhteisöllisenä mielenilmauksena hyvän ja arvokkaan vanhuuden puolesta perjantaina 8.5.2026

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

Aikataulu Helsingissä:

- **Klo 13.30** Kokoontuminen Eduskuntatalon eteen ja portaille.
- **Klo 14.00–14.45** Kulkue Kansalaistorille n. 100 m.
- **Klo 14.45–16.00** Kansalaistorilla Tiina Merikanto haastattelee eduskunnan **varapuhemiestä Paula Risikkoa, professori Marja Jylhää ja Helsingin piispaa Teemu Laajasaloa**. Ohjelmassa on myös musiikkiesityksiä, rollaattorijumppaa sekä standup-komiikkaa.



Samaan aikaan rollaattorimarssi järjestetään mm. seuraavilla paikkakunnilla: Tampere, Turku, Kotka, Kouvola, Hamina, Riihimäki, Hämeenlinna, Oulu, Lahti, Jyväskylä, Rovaniemi, Hyvinkää, Kerava, Mäntsälä, Polvijärvi, Huittinen, Seinäjoki, Pori ja Joensuu. Seuraa ilmoittelua oman paikkakuntasi kanavilta!

Tapahtuma korostaa ikäystävällisyyttä ja tuo esiin iäkkäiden palveluiden tilannetta teemalla "Koska meissä on elämä".

4. Materiaaleja

Vapaaehtoistyö.fi-palvelun vuoden 2025 vapaaehtoisille tehdyn kyselyn tulosten raportti on julkaistu. Vapaaehtoistoiminta todellakin luo hyvinvointia. Yhtenä esimerkkinä tulos, jossa peräti 96,2 % kyselyyn vastanneista kokee, että vapaaehtoisena toimiminen on vaikuttanut myönteisesti omaan elämään! Lue lisää raportista: <https://kansalaisareena.fi/wp-content/uploads/2026/02/Vapaaehtoistoiminnan-hyvinvointivaikutukset-FINAL.pdf>



Ikäihmisten tietotekniikkayhdistys Enter ry on julkaissut lyhyet 2-sivuiset tietoturvaoppaat suomeksi ja ruotsiksi ja ne ovat luettavissa ja ladattavissa täältä: <https://www.entersenior.fi/opiskele-itse/oppaita/#widget-yvWfvaTEG9WkwEVAhQsV>

Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistyksen URHO-hanke (2023–2026) on tuottanut toiminnastaan monipuolisen koonnin nimeltään **URHO-digisalkku**. Urho-digisalkku avautuu linkistä: <https://muistiliitto.fi/muistiyhdistykset/etela-pohjanmaan-muistiyhdistys-ry/urho-digisalkku/> Materiaali käsittelee hyvinvointiin vaikuttavien psyykkisten ja sosiaalisten voimavarojen tukea muistityössä teemoilla: uni, resilienssi, hyvinvointi ja osallisuus. Lisäksi **Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistyksen vapaaehtoistoimijan videotervehdys**. Linkki videoon: <https://www.youtube.com/watch?v=BqQ7g1kc9kQ>

5. Toimintaa vapaaehtoisille ja iäkkäille

Enter ry järjestää verkkoluennon tietoturvallisuudesta ruotsiksi:

Nätföreläsning: Datasäkerhet - de senaste tipsen, mån 20.4 kl. 13–14.30, på distans via Zoom <https://www.entersenior.fi/sv/evenemang/datasakerhet-2/>

Enter ry järjestää Porvoon pääkirjastossa Digitori senioreille ti 21.4. klo 13–15

Digitori keskittyy kestäväen kehityksen teemaan mm. digilaitteiden kierrätyksen sekä laitteiden käyttöiän pidentämisen näkökulmasta. Digitorille voi tuoda kierrätettäväksi datalaitteita (eli muistia sisältäviä laitteita): kännykät, tabletit, kannettavat tietokoneet, älykellot sekä muistitikut ja ulkoiset kovalevyt.

Lisätietoa: <https://www.entersenior.fi/tapahtumat/porvoo-digitori/>



Vapaaehtoistoiminnan infotilaisuus

Aika: tiistai 12.5.2026 klo 17.00-18.00

Paikka: Ommaiskortteeri, Isokatu 47,
katutaso, 90100 Oulu

Tule kuulemaan, millaista vapaaehtoistoimintaa yhdistyksessämme on tarjolla ja miten juuri sinä voit olla mukana tukemassa omaishoitajia ja heidän perheitään. Saat kokonaiskuvan yhdistyksen toiminnasta, vapaaehtoisten erilaisista tehtävistä sekä vapaaehtoistoiminnan periaatteista ja pelisäännöistä.

Osallistuminen infotilaisuuteen ei sido sinua vielä mihinkään. Voit tulla kuuntelemaan, kysymään ja pohtimaan rauhassa, voisiko meidän yhdistyksen vapaaehtoistoiminta olla sinulle sopiva tapa auttaa ja tehdä merkityksellistä työtä.

Lämpimästi tervetuloa mukaan tutustumaan
ja kuulemaan lisää!

Ilmoittautumiset 8.5 mennessä ja lisätiedot:

Minna Hernberg p. 040 559 7766
minna.hernberg@osol.fi



Helsingissä luontotoiminnan koulutus vapaaehtoisille ja vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille!

Omakotisaatiön senioritoiminta järjestää koulutuksen, jossa perehdytään senioreille suunnattujen luontokävelyiden ohjaamiseen lähiluonnossa.

Paikka: Kulttuuritila Merirasti (Jaluspolku 3)

Aika: Ke 27.5.2026 klo 15–17

Lisätiedot ja ilmoittautumiset 24.5.2026 mennessä

Anna anna.holi@omakotisaatio.fi / p. 050 3416670