

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



1. Osaamisverkoston terveiset
2. Verkostoon liittyminen
3. Koulutuksia ja webinaareja
4. Materiaaleja
5. Vanhusten viikko
6. Toimintaa vapaaehtoisille ja iäkkäille
7. Kysely

1. Osaamisverkoston terveiset

Hyvää syksyn alkua osaamisverkoston jäsenille!

Toivottavasti kesä tarjosi sopivasti lepoa, luonnon rauhaa ja mukavaa tekemistä – ja akut ovat nyt ladattuina syksyn touhuihin! Osaamisverkoston jäseniltä on tullut mukavasti tietoa syksyn tapahtumista, webinaareista ja muusta toiminnasta. Tässä uutiskirjeessä kokoan niitä yhteen, joten toiminnan täyteinen syksy on selvästi edessä!

Syksy tuo mukanaan myös huolia. Järjestörahoitusten leikkaukset puhuttavat ja tiukka taloustilanne haastaa niin järjestöjä kuin hyvinvointialueita. Muutoksista huolimatta vapaaehtoistoiminnalla on edelleen valtava merkitys iäkkäiden hyvinvoinnin, osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistamisessa.

Onnistunut vapaaehtoistoiminta ei kuitenkaan synny itsestään. Se tarvitsee rinnalleen hyvää koordinoitua – perehdytystä, tukea, organisointia, kiittämistä ja kannustamista. Jokainen kohtaaminen vapaaehtoisen ja iäkkään välillä on tärkeä ja sen mahdollistamiseen tarvitaan meidän kaikkien työpanosta.

Tehdään yhdessä tästä syksystä innostava, kohtaamisten ja hyvän vapaaehtoistoiminnan syksy!

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

Syyskauden Teams-tapaamiset järjestetään:

- Keskiviikkona 30.9. klo 13–14.30 Aiheena: Vapaaehtoisen tukeminen muistisairaana kohtaamisessa, Muistiliiton asiantuntija, Taina Laakso
- Perjantai 20.11.2026 klo 9–10.30 Aihe vahvistuu myöhemmin.

Seuraava uutiskirje:

- materiaali 16.10. 2026 mennessä (uutiskirje saapuu vko 43)

2. Verkostoon liittyminen

Osaamisverkostossa on tällä hetkellä 143 jäsentä eri puolilta Suomea. Verkoston toiminta on avointa kaikille iäkkäille vapaaehtoistoimintaa organisoiville tahoille. Osaamisverkoston tapaamisiin voi osallistua oman aikataulun ja mielenkiinnon mukaan. Kannustan jäseniä olemaan aktiivisia ja esittämään toiveita tapaamisten sisältöön!

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

Käytännön ratkaisuja vanhustyöhön ja hyvään arkeen Hyvä ikä messut Helsingin messukeskus

Tule 9.–10.9.2026 Helsingin Messukeskukseen hakemaan ajankohtaista tietoa, käytännön ratkaisuja ja inspiraatiota hyvään arkeen. Luvassa on monipuolinen ohjelma sekä kattava näyttely, joka tarjoaa uusia näkökulmia ja työkaluja arkeen vanhustyön ammattilaisille, ikääntyville ja heidän läheisilleen.

Alan ammattilaiset pääsevät tapahtumaan veloitusetta rekisteröitymällä.
<https://hyvaika.expomark.fi/>

Tutustu ohjelmaan: <https://hyvaika.expomark.fi/ohjelma/?mkdtt=20260909>

Vanhustyön keskusliiton puheenvuorot:

- 9.9. klo 10.15-10.45 Hyvä Arki -lava: Totta vai tarua – miten tunnistan luotettavan tiedon? / Nina Ziessler ja Tiina Etelämäki, Vanhustyön keskusliitto
- 9.9. klo 14.30-15.00 Hyvä Ikä -lava: Luonnon hyvinvointivaikutukset ja palvelutaloissa asuvien iäkkäiden ihmisten luontokokemukset / Laura Rautiainen, Omahoitovalmennus-toiminta, Vanhustyön keskusliitto
- 10.9. klo 10.00-10.30 Hyvä Ikä -lava: Onko sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa avain iäkkäiden yksinäisyyden vähentämiseen? / Tiina Etelämäki ja Suvi Fried, Ikävoimaa-koordinaatiohanke, Vanhustyön keskusliitto

Vapaaehtoistyö.fi-palvelun järjestämät kaikille avoimet ja maksuttomat webinaarit:

Onnistumisen iloa vapaaehtoistoimintaasi -webinaareihin, joissa kuullaan asiantuntijapuheenvuoroja sekä jaetaan kokemuksia ja hyviä käytäntöjä. Tilaisuudet järjestetään Teamsin kautta. **Ilmoittautumislinkki:**

<https://link.webropolsurveys.com/S/3018728E8CBF1892>

Onnistumisen iloa vapaaehtoistoimintaasi!

24.9. klo 13-15 Kertaluontoinen ja lyhytkestoinen vapaaehtoistoiminta

29.10. klo 13-14:30 Vapaaehtoisten rekrytointi ja sitouttaminen

26.11. klo 13-14:30 Vapaaehtoistoiminnasta viestiminen



Kansalaisareenan webinaareja:

- **Tutkimuksesta vääntövoimaa: perusteluja osallisuutta vahvistavaan työhön**
To 17.9. klo 8.30–9.15

STRONG-hanke tuottaa tietoa haavoittuvassa asemassa olevien ihmisryhmien osallisuudesta ja sen vahvistamisesta. Tule mukaan aamukahville kuulemaan, miten STRONG-hankkeen tuottamaa tietoa voidaan käyttää apuna, kun järjestöt miettivät sanoituksia ja tutkimukseen perustuvia perusteluja omalle työlleen esimerkiksi syksyn rahoitushakuihin.

Ilmoittaudu mukaan: [Tutkimuksesta vääntövoimaa: perusteluja osallisuutta vahvistavaan työhön - Kansalaisareena](#)

- **Tutkimuksesta vääntövoimaa: tutkimustietoa käytännön työkaluksi**
To 24.9. klo 8.30–9.15

Nykymaailmassa tietoa on saatavilla valtavasti. Tutkimustietoa voi myös olla vaikea lukea ja sisäistää. Tietoiskussa annetaan esimerkkejä ja käytännönläheisiä vinkkejä siihen, miten tutkimustietoa voidaan etsiä ja hyödyntää tehokkaasti myös käytännön työn tukena.

Ilmoittaudu mukaan: [Tutkimuksesta vääntövoimaa: tutkimustietoa käytännön työkaluksi - Kansalaisareena](#)

Takuusäätiön webinaari ammattilaisille:

ke 23.9. klo 12-13.30

Toimijat tutuiksi – yhdessä ikäihmisten taloudellisen turvan tukena

<https://www.takuusaatio.fi/tapahtuma/webinaari-toimijat-tutuksi-yhdessa-ikaihminen-taloudellisen-turvan-tukena/>

Joko näkyy? -päättöseminaari keskiviikkona 11.11. klo 9.00–12.30 Lapland Hotels Oulussa. Tilaisuuden aluksi kahvitarjoilu ja pientä aamupalaa.

Seminaarissa on tarjolla ajankohtaista tietoa ja näkökulmia sateenkaarisenioreiden hyvinvointiin, osallisuuteen ja yksinäisyyteen. Kokemuksiaan jakavat hankkeen toiminnassa mukana olleet sateenkaariseniorit. Lisäksi avaamme hankkeen keskeisiä tuloksia.

Tilaisuuden avaa vanhusasiavaltuutettu Päivi Topo ja pääpuheenvuoron pitää filosofian tohtori (FT) ja tutkija Varpu Alasuutari teemalla ”*Sateenkaariseniorien yksinäisyys ja yhteisöt*”.

Ilmoittaudu mukaan maksutta 3.11.2026 mennessä täällä:

<https://link.webropol.com/ep/vtkl-loppuseminaari>

Lisätietoa tapahtumasta: <https://vtkl.fi/tapahtuma/loppuseminaari/>

4. Materiaaleja

- **Uutta tukea muistisairaahan liikkumisen edistämiseen**

Muistiliiton verkkosivuille on koottu uusi liikkumisen sisältökokonaisuus, joka tarjoaa keinoja muistisairaahan kohtaamiseen ja osallistumisen tukemiseen sekä vinkkejä muistiystävälliseen ohjaukseen ja liikuntaympäristöjen kehittämiseen.

[Liikkumisen edistämisen materiaalit ammattilaisille](#)

Tietoa muistisairaalle, läheiselle ja ammattilaisille: muistiliitto.fi/liikkuminen

Ruotsiksi: [Motion för personer med minnessjukdom](#)

Kaikki ammattilaisille suunnatut materiaalit: muistiliitto.fi/ammattilaisille

- **Ikäinstituutilta löytyy maksuttomia materiaaleja mm. mielen hyvinvoinnin tukemiseen ja ulkoiluun liittyen**

<https://www.ikainstituutti.fi/verkkokauppa-materiaalit/>

5. Vanhusten viikko

Vanhustyön keskusliiton käynnistämää Vanhustenpäivää on vietetty jo vuodesta 1954 lähtien lokakuun ensimmäisenä sunnuntaina. Sitä seuraava viikko on Vanhustenviikko.

Seuraavaa Vanhustenviikkoa vietetään 5.-11.10.2026 teemalla Arjen kohtaamiset – Möten i vardagen.

Vanhustenpäivän vuosittainen valtakunnallinen pääjuhla on sunnuntaina 4.10.2026 Joensuussa.



Lue lisätietoja ja lataa materiaaleja: <https://vtkl.fi/tapahtumat/vanhustenviikko/>

Ilmoita oma Vanhusten viikon tapahtumasi ja saat valtakunnallista näkyvyyttä: <https://vtkl.fi/tapahtumat/vanhustenviikko/ilmoita-vanhustenviikon-tapahtumasi/>

6. Toimintaa vapaaehtoisille ja iäkkäille

VTKL:n Senioritoiminnan tietoiltapäivät iäkkäille: tilaa Teams-linkki ja osallistu kotoa tai järjestä etä katsomo iäkkäille.

- 25.9.2026 klo 13–14.15 Elämänmuutoksista eteenpäin + tietoisku Juttunetistä
- 30.10. klo 13–14 Tietoa maksan toiminnasta ja tehtävistä sekä maksaterveyden ylläpitämisestä
- 20.11. klo 13–14.30 Ikääntyminen ja selkäkipu

<https://vtkl.fi/tapahtumat/?event-type=senioritoiminta>

Huimaus- Meniere-akatemiasa kaikille avoimia webinaareja

Syksyn ohjelma: <https://www.huimausjameniereliitto.fi/tapahtumat/akatemian-syksyn-2026-ohjelma-on-ju/>

Digitaaliseen osaamiseen liittyviä webinaareja senioreille

<https://seniorsurf.fi/tapahtumat/>

- **Rahat, rohkeus ja rajat digiarjessa ti 29.9. klo 14–15**
- **Totta vai tarua? ti 6.10. klo 13–14**
- **Miten turvaan raha-asioiden hoidon ajoissa? ti 13.10. klo 14–15**

Helsingissä luontotoiminnan koulutus vapaaehtoisille ja vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille

Omakotisäätiön senioritoiminta järjestää maksuttoman koulutuksen, jossa saat ideoita ja valmiuksia luontolähtöiseen vapaaehtoistoimintaan ikääntyneiden parissa.

Aika: ke 16.9.2026 klo 15.30–17.30

Paikka: Omakotisäätiö, Mäntylän juhlasali, Puotilantie 3 A, Helsinki

Ilmoittautumiset ja lisätiedot 11.9. mennessä: Anna p. 050 3416670 /

anna.holi@omakotisaatio.fi



Tule mukaan luontovapaaehtoiseksi!

Tuo luonnon hyvää tekevät vaikutukset osaksi ikääntyneiden arkea

Kiinnostaisiko merkityksellinen vapaaehtoistoiminta Itä-Helsingin luonnossa? Viihdytkö ulkona ja nautit ihmisten kohtaamisesta? Tervetuloa mukaan luontovapaaehtoiseksi! Et tarvitse aiempaa kokemusta sillä saat maksuttoman koulutuksen ja tukea toimintaan.

Koulutuksessa:

- saat tietoa luonnon hyvinvointivaikutuksista
- saat valmiuksia ikääntyneiden ohjaamiseen luonnossa
- pääset toteuttamaan luontolähtöistä toimintaa omien kiinnostuksenkohteittesi mukaan
- löydät uuden antoisan tavan tehdä hyvää



Sinustako varamummu tai varavaari?

Mummun ja vaarin tupa on lämmihenkinen kohtauspaikka lapsiperheille ja varaisvanhemmille

Mitä tuvalta tehdään?

Tuvalta vietetään aikaa yhdessä, ja kaikille valmistetaan arki-illan helpotukseksi lämmin ruoka. Tupa mahdollistaa vapaaehtoisille arvokasta aikaa lapsiperheiden seurassa. Paikalla ovat aina SOS-Lapsikylän työntekijät. Vapaaehtoiset saavat perehdytyksen tehtäviinsä.

Missä ja milloin voin toimia vapaaehtoisena?

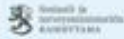
- Suvela: Kirsintie 20, 02760 Espoo, ma 16-19
- Karakallio: Koskatie 10, 02620 Espoo, ke 17-19.30
- Vuosaari: Vedenottamontie 6, 00980 Helsinki, ti ja ke 17.30-20
- Jakomäki: Jakomäenpolku 6, 00770 Helsinki, to 17.30-20
- Koivukylä: Karsikkokuja 17, 01360 Vantaa, ma ja ti 16.30-19
- Nissas: Nissaksentie 9, 01200 Vantaa, ke 16-18.30
- Martinlaakso: Vihertie 56e, 01620 Vantaa, to 16.30-19

Miten haen vapaaehtoiseksi?

Laita viesti tai soita: 044 7299709
Jonna, ohjaaja

Voit hakea myös QR-koodin kautta!





Haluaisitko tulla mukaan vapaaehtoiseksi varamummuksi tai -vaariksi? 😊

Mummun ja vaarin tupa etsii joukkoonsa uusia vapaaehtoisia pääkaupunkiseudulla sekä eripuolella Suomea.

SOS-Lapsikylän Mummun ja vaarin tupa on lämmihenkinen kohtauspaikka lapsiperheille ja vapaaehtoisille ikäihmisille. Tuvalta vietetään aikaa yhdessä, ja kaikille valmistetaan arki-illan helpotukseksi lämmin ruoka. Vapaaehtoisille riittää monenlaista tekemistä lapsiperheiden parissa. Ohjaajamme Viivi Ekebomin blogikirjoituksessa varamummut Pipsa ja Sirpa kertovat kokemuksiaan tuvalta.

Lue blogikirjoitus: Monia tapoja olla mukana – Vapaaehtoisten kokemuksia Mummun ja vaarin tuvilta: <https://www.sos-lapsikyla.fi/monia-tapoja-olla-mukana.../>

Lisätietoa ja tupien yhteystiedot löydät verkkosivuiltamme: <https://www.sos-lapsikyla.fi/tyomme/tuemme-paikallisesti/mummun-ja-vaarin-tupa/>

JUTTUNETTI

– eläkeikäisten oma paikka

Kaipaatko mukavia keskusteluja muiden eläkeikäisten kanssa tai tietoa ikääntymisen tueksi?
Tervetuloa Juttunettiin!



Juttunetti on tarkoitettu sinulle, joka haluat

- **jutella** arjen iloista ja haasteista **kotona poistumatta**
- **jakaa ja saada vertaistukea** ikääntymiseen
- **saada tietoa** hyvän ikääntymisen ja mielekkään elämän tueksi
- **tutustua** kuukausittain vaihtuviin teemoihin.

Tutustu
Juttunettiin osoitteessa
www.juttunetti.fi

Juttunetti on turvallinen ja helppokäyttöinen verkkoyhteisö eläkeikäisille. Palvelua ylläpitää Vanhustyön keskusliitto.



Juttunetti

7. Kysely Pohjois-Pohjanmaalla toimiville ammattilaisille

Lopputilanneselvitys pohjoispohjanmaalaisille järjestöjen ja hyvinvointialueen työntekijöille

Vanhustyön keskusliiton kolmivuotinen (2024–2026) Sateenkaariseniorit näkyviksi - kehittämishanke on järjestänyt sateenkaarisenioreille Pohjois-Pohjanmaalla monipuolista vertais- ja vapaaehtoistoimintaa pyrkien siten lisäämään sateenkaarisenioreiden osallisuutta ja hyvinvointia. Lisäksi hanke on kouluttanut sote-alan ammattilaisia sateenkaarisenioreita koskettavista aiheista.

Osana hanketta toteutimme lähtötilanneselvityksen kesällä 2024. Nyt kahden vuoden toiminnan jälkeen vuorossa on lopputilanneselvitys, jolla kartoitamme mahdollisia toiminnan aikana tapahtuneita muutoksia.

Selvitys on suunnattu Pohjois-Pohjanmaalla työskenteleville ammattilaisille, jotka kohtaavat työnsä kautta ikääntyneitä tai työskentelevät ikääntymiseen liittyvien kysymysten parissa.

Selvityksen vastausaika päättyy 13.9.2026 ja vastaamaan pääsee tämän linkin kautta: <https://link.webropol.com/s/ammattilaiset-selvitys2026>

Lisätietoa selvityksestä löytyy verkkosivuiltamme: [Lähtö- ja lopputilanneselvitykset - Vanhustyön keskusliitto](#)