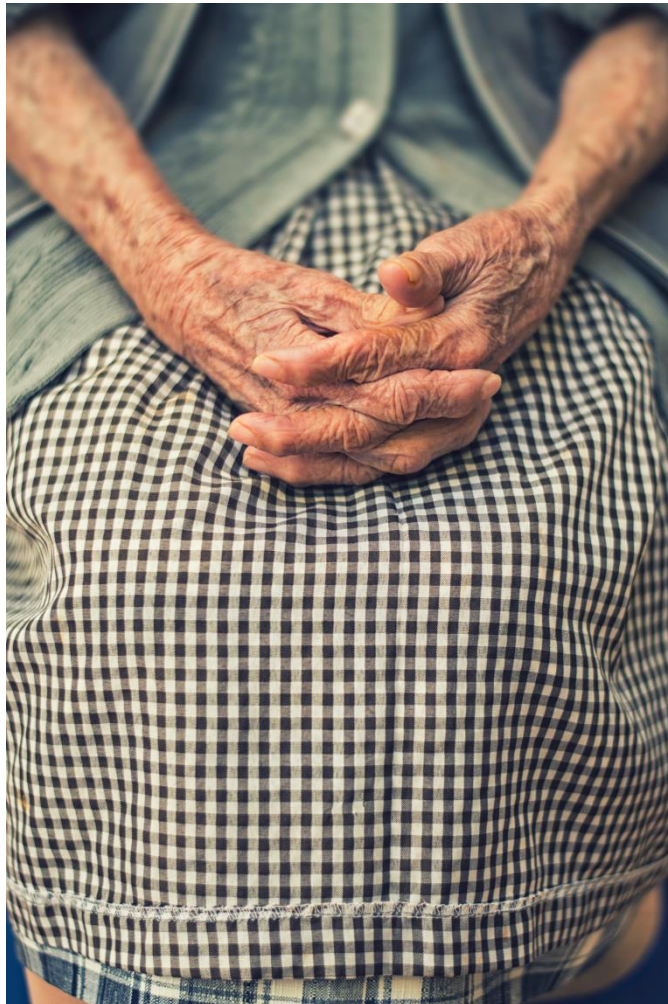




*Suupohjan peruspalvelu-
liikelaitoskuntayhtymä*

IKÄIHMISTEN VAPAAEHTOISTOIMINTA



LLKY:n vapaaehtoistoiminta on tarkoitettu syrjäytymisvaarassa oleville ikääntyneille suupohjalaisille. Vapaaehtoistoiminnan avulla pyritään lisäämään ja ylläpitämään ikäihmisten toimintakykyä sekä omassa kodissa että asumispalveluissa. Vapaaehtoistoiminta on saajalle maksutonta. Vapaaehtoistoiminnassa korostuu rinnalla kulkeminen ja henkinen tuki. Vapaaehtoistojat lievittävät tuettavan yksinäisyyttä. Vapaaehtoistoiminnan järjestämisestä ja organisoinnista vastaa LLKY.

Vapaaehtoistoiminnan periaatteita

- vapaaehtoisuus ja palkattomuus
- luottamuksellisuus ja vaitiolovelvollisuus
- tasa-arvoisuus ja suvaitsevaisuus
- puolueettomuus
- toisen kunnioittaminen
- autettavan ehdoilla toimiminen
- toimiminen tavallisena kansalaisena
- yhteistyön tekeminen

Vapaaehtoistoimintaan EI kuulu

- säännöllinen kodin siivous tai ruoka-apu
- rahojen käsittely
- päätöksien tekeminen tuettavan puolesta

Vapaaehtoistoiminta ei korvaa ammattilaisen tekemää työtä, siitä ei makseta rahallista korvausta ja sitä tehdään ilman pakkoa ja velvollisuudentunnetta.

Kuka voi toimia vapaaehtoisena?

- vapaaehtoisiksi voivat ryhtyä kaiken ikäiset henkilöt, jotka haluavat antaa aikaansa ja tuoda iloa vanhusten arkeen.
- Vapaaehtoistoiminnassa ei ole ikärajaa
- LLKY:n järjestämään vapaaehtoistoimintaan osallistuminen on oivallinen tapa täydentää työelämän jättämään aukkoa.
- Myös opiskelijat ja työttömät hyötyvät vapaaehtoistoimintaan osallistumisesta.

Mitä vapaaehtoistoiminta voi olla?

- kertaluontoista
 - o avustajana erilaisissa tapahtumissa ja tempauksissa
 - o asiointiapuna
 - o kulttuurikaverina, esim. elokuvissa, näyttelyissä ja musiikkitapahtumissa

- pitempiaikaista
 - o ulkoiluapuna
 - o ystävätoimintana, esim. keskustelu-, luku- tai pelikumppanina
 - o tietoteknisenä tukena esim. älypuhelimien käyttö, sosiaalinen media ja internet

- vapaaehtoistoiminta voi liittyä myös vapaaehtoisen omaan harrastukseen tai ammattiin. Esimerkiksi musisointi, runonlausunta, liikunta tai leipominen.

- Vapaaehtoistoimija voi tarvittaessa auttaa myös kodin pienimuotoissa tehtävissä kuten verhojen valitsemisessa, pussilakanoiden ja ja lampun vaihtamisessa tai portaiden lakaisussa.

Vapaaehtoistoiminnan hyödyt

- yksinäisyyden, syrjäytymisen ja toimeettomuuden väheneminen
- uusiin ihmisiin tutustuminen
- hyvinvoinnin ja tyytyväisyyden lisääntyminen
- voimavarojen lisääntyminen ja toimintakyvyn paraneminen
- Vapaaehtoisena voi löytää toisenlaisia rooleja ja tekemistä kuin kotona ja työelämässä
- Kehittää taitoja ja osaamista, vapaaehtoistoiminta opettaa tekijäänsä

Kuka voi saada vapaaehtoistoimijan?

- Vapaaehtoistoimijan voi saada omaan kotiin, asumispalveluihin tai perhekotiin
- Yli 65-vuotiaat yksin asuvat
- Omaishoidettavat



Miten saan vapaaehtoistoimijan?

Täyttämällä hakemuslomakkeen. Lomake on saatavissa vapaaehtoistominnan koordinaattorilta, oman kunnan kotihoidon palveluohjaajalta, palvelukodin palveluvastaavalta, IkäLuotsista tai se on tulostettavissa www.ilky.fi. Ilmoituksen saatuaan vapaaehtoistominnan koordinaattori ottaa sinuun yhteyttä ja sopii kartoituskäynnin tekemisestä. Kartoituksen tarkoituksena on selvittää tuettavan toiveita, palveluntarvetta ja toimintakykyä. Koordinaattori etsii sinulle sopivan vapaaehtoisen. Ennen toiminnan aloittamista vapaaehtoistominnan koordinaattori, vapaaehtoistomija ja tuettava tapaavat ja sopivat yhdessä tulevista käytänteistä.

Miten pääsen vapaaehtoistoimijaksi?

Pääset vapaaehtoistoimijaksi ottamalla yhteyttä vapaaehtoistoiminnan koordinaattoriin tai täyttämällä ilmoittautumiskaavakkeen. Ilmoituskaavake on saatavissa vapaaehtoistoiminnan koordinaattorilta, IkäLuotsista tai tulostettavissa www.llky.fi. Tämän jälkeen koordinaattori ottaa sinuun yhteyttä ja sopii henkilökohtaisen haastattelujan. Tapaamisessa kartoitetaan laajemmin toiveitasi tulevan vapaaehtoistoiminnan suhteen. Samalla voit kysyä mieltäsi askarruttavista asioista vapaaehtoistoiminnan koordinaattorilta.

Vapaaehtoistoiminnan valmennus

Ennen vapaaehtoistoimijaksi ryhtyistä LLKY järjestää perusvalmennuksen. Perusvalmennuksen käyneille vapaaehtoistimijoille järjestetään myös jatkovalmennusta, esimerkiksi muistikoulutusta.

Vapaaehtoistointaan sitoutuminen ja vapaaehtoistoimijan velvollisuudet

Kaikki osapuolet sitoutuvat kirjallisesti vapaaehtoistoiminnan käynnistämiseen. Sitoutumalla vapaaehtoistointaan, toimija lupautuu noudattamaan LLKY:n yhteisiä sääntöjä ja toimintaperiaatteita yleisen turvallisuuden vuoksi. Toimijat hyväksyvät myös LLKY:n arvot ja kunnioittavat toistensa arvoja. Vapaaehtoistoimija perehdytetään tarvittaessa myös toimipaikkakohtaisiin sääntöihin ja toimintatapoihin. Toiminnan sitoutumiseen kuuluu myös vaitiolo- ja salassapitovelvollisuus. Luottamuksen syntyminen on tärkeää vapaaehtoistoinnassa.

Vakuutukset ja vastuu

Vapaaehtoistoimijalta edellytetään toiminnassaan huolellisuutta ja toiminnan perusteena on aina normaali huolenpitovelvollisuus. LLKY:llä on vapaaehtoistimijoille tapaturma- ja vastuuvakuutus.

Vapaaehtoistoiminnan koordinaattori

LLKY:n vapaaehtoistoiminnan koordinaattori kouluttaa, ohjaa, verkostoituu ja tiedottaa vapaaehtoistoiminnasta. Vapaaehtoistoiminnan koordinaattorin työnkuvaan kuuluu ikääntyneen ja vapaaehtoisen yhdistäminen. Lisäksi koordinaattori luo yhdessä vapaaehtoistoimintaan osallistuvien kanssa uusia toimintamalleja.



Tulevaisuus

LLKY:n vapaaehtoistoimintaa käynnistetään pienin askelin. Työtä tehdään suurella sydämellä inhimillisen ja hyvän vanhenemisen puolesta. Muistathan, että vapaaehtoistoiminnalla on mahdollista, vapaaehtoistojen ja voimavarojen lisääntyessä, vaikuttaa meidän kaikkien hyvinvointiin! Siksi tarvitsemmekin juuri **Sinua!** Tervetuloa mukaan toimintaan!

Lisätietoa ikäihmisten vapaaehtoistinnasta antavat:

Jaana Auressalmi, Laatu- ja vapaaehtoistyön koordinaattori

p. 040 6352 552 etunimi.sukunimi@llky.fi

Eila Runsala, Kotihoidon johtaja

p. 040 184 0072 etunimi.sukunimi@llky.fi

Lisätietoa LLKY:n ikäihmisten vapaaehtoistoiminnasta saatavissa myös www.llky.fi