

# Vapaaehtoisten keinot ja tavat

- Peruslähtökohta on ystäväpalvelussa, eli käyminen yksinäisen luona. Lisäksi auttaminen arjen töissä.
- Yhteiset luontoretket, joihin sisällytetään marjastusta, sienestystä tai kalastusta.
- Yhteys laitoksissa asuviin vanhuksiin: yhteystyö sydänyhdistyksen kanssa.
- Yhteyden saaminen nuorten tarpeisiin. Yritettävä puhua nuorten kielellä. Puhuminen isälle tai äidille voi olla kiusallista, mutta ulkopuolinen voi saada kontaktin nuoreen. Rohkea lähestyminen nuoriin. Kuunteleminen.
- Ukki- ja mummotoiminta kouluihin ja päiväkoteihin.
- Osallistuminen seurakunnan toimintoihin talkooperiaatteella (mm. teltojen pystyttäminen).

# Miten löydän autettavan?

- Vanhusten virkistyspäivät ja muut seurakunnan järjestämät tilaisuudet voivat olla hyvä lähtökohta oman ystävän löytämiseksi. S-marketin aulassa tai torilla aikaansa viettävien kuulumisten kysely.
- Voit omatoimisesti pistäytyä kuulostelemassa naapurin hyvinvointia, mennä vaikka kahville.
- Tavoite on, että kohtaamisesta tulisi jatkuvaa.
- Kuulutko johonkin yhteisöön? Yhteisön etuja: vakuutukset, taustayhteisön tuki, koulutukset, työnohjaus, henkilökohtainen keskustelu ohjaajan kanssa ja yhteisöjen keskinäisestä yhteistyöstä nousevat edut. Kuuluminen yhteisöön voimistaa, ja tarjoaa erilaisia väyliä vapaaehtoistyöhön.

# Lähimmäispalvelun esteitä ja ratkaisuja

- Henkilökemiat eivät kohtaa.
  - Ystävää on vaihdettava.
- Emme puhu samaa kieltä maahanmuuttajan kanssa.
  - Kokeilemme elekieltä, kuvien käyttöä ja kännykän google-kääntäjää. Yhdessäolo kuitenkin tärkeintä.
- Fyysiset esteet
  - Jaksanko käydä auttamassa?
  - Oman jaksamisen arviointi muistettava!
  - Muistiongelmaisen vanhuksen erityistarpeet.
  - Välimatkat, aikataulut tai ystävän ylisuuret odotukset.
  - Yhteydenotto ohjaajaan riittävän ajoissa, heti kun ongelmia ilmenee!