

EHYT *teema*

12 VAPAAEHTOISTOIMINTA



Olavi
Uusivirta &
**HALU
AUTTAA**
s. 16

Elokolossa
kohtaavat
punkkari,
pakolaisäiti ja
eläkeläinen s. 18

Miten houkutella
vapaaehtoisia
mukaan? s. 24

EHYT mukana monenlaisessa
VAPAAEHTOISTOIMINNASSA s. 10



Kuva: Jari Härkönen

Puskaradiolla
vapaaehtoisia mukaan s. 24



Kuva: YAD

Emeritusprofessori
& hyvinvoinnin juuret s. 18



Kuva: Mikko Vähänitty

SISÄLTÖ

- 7 Hyvää itselle, muille ja yhteiskunnalle
- 10 Murusista Tipattomaan tammikuuhun
- 13 Some-kampanja innosti neulomaan
- 15 Kolumni / Salla Kuuluvainen
- 16 Ulos kuplasta!
- 18 Tule sellaisena kuin olet
- 23 Jokaisella on oikeus ruokaan
- 24 Puskaradio on hyvä houkuttelija
- 27 Vaikuttaja / Leo Stranius
- 28 Hyvinvoinnin juuret ovat vapaaehtoistoiminnassa
- 30 Gallup
- 32 Oikeus päihteettömään harrastusympäristöön
- 35 Kolumni / Anitta Raitanen



EHYT Teema on EHYT ry:n julkaisu, joka palvelee teemakohtaisin painotuksin erilaisten ammattilaisten, yhteisöjen, jäsenjärjestöjen ja eri-ikäisten suomalaisten tiedon tarvetta.

JULKAISIJA Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry, Elimäenkatu 27, 00510 Helsinki, www.ehyt.fi PÄÄTOIMITTAJA Päivi Tiittanen TOIMITUSPÄÄLLIKKÖ Reetta Paavilainen, puh. 050 309 0932, reetta.paavilainen@ehyt.fi TOIMITUSKUNTA Reetta Paavilainen, Jiri Sironen ja Päivi Tiittanen.

TOIMITUS JA TAITTO Legendium Oy TOIMITUSPÄÄLLIKKÖ Marjo Tiirikka, marjo.tiirikka@legendium.fi KANSIKUVA Jari Härkönen TILAUS- JA OSOITTEENMUUTOKSET ehyt@ehyt.fi, puh. 050 570 6981 PAINO Libris Oy, Helsinki ISSN 2324-0296

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry toimii koko maassa ja koko väestön parissa terveiden elämäntapojen edistämiseksi. Työ ulottuu lapsista ja nuorista työ- ja eläkeikäisiin. Alkoholiiin, tupakkaan ja huumeisiin liittyvän ehkäisevän työn ohella EHYT ry ehkäisee pelaamisesta syntyviä haittoja.

Vapaaehtoistoiminnassa

ON VOIMAA

Vapaaehtoistoiminnalle perustuva kansalaisyhteiskunta on demokratian ja hyvinvoinnin edellytys. Suomen hyvinvointia on rakennettu kansalaistoiminnalla jo pitkään ennen 100-vuotiaista itsenäisyyttämme. Moni kansalaistoiminnasta alkunsa saanut toiminta on hyvinvointivaltion myötä siirtynyt julkisen vallan vastuulle. Ei ole silti liioiteltua sanoa, että vapaaehtoistointa pyörittää edelleen Suomea ja sillä on valtava kansantaloudellinen merkitys.

Vapaaehtoistointa voi hyvin, mutta sen muodot muuttuvat. Yhdistysten luvatuksi maaksi kutsutussa Suomessa perustetaan edelleen paljon yhdistyksiä, vaikkakaan ne eivät ole entisen kaltaisia joukkoliikkeitä. Uudet vapaaehtoisuuden muodot, erilainen verkko- ja kevytaktiivisuus sekä uusi kaupunkiaktivismi ovat viime vuosien ilmiöitä.

Vapaaehtoistointa edistää monella tapaa terveyttä ja hyvinvointia. Osallistumisella ja osallisuudella on jo itsessään terveyttä edistävä vaikutus. Toisen auttaminen lisää sekä avun saajan että auttajan hyvinvointia.

EHYT ry:ssä vapaaehtoisuudella on monet kasvot. Jäsenyhdistyksemme ja vapaaehtoisemme järjestävät moninaista toimintaa hyvinvointitempauksista ruokajakeluun, kohtaamispaikkatoiminnasta someaktivismiin ja toritapahtumista terveystietoisuuksiin.

Haluamme edistää kansalaisten ja yhteisöjen omaehtoista vastuuta päihdehaittojen ehkäisystä ja hyvinvoinnin rakentamisesta. Pysyvä muutos syntyy ihmisten omasta toiminnasta, ei vain heidän puolestaan toimimalla. Omatoimisuuden korostaminen ei kuitenkaan poista julkisen vallan tehtävää ihmis- ja perusoikeuksien takajana.

Tervetuloa mukaan rakentamaan tulevan vuosisadan hyvinvointia!

Jiri Sironen
Järjestöpäällikkö





VAPAAEHTOISTOIMINNAN KYNNYS KANNATTAA PITÄÄ MATALANA

Päihde- ja mielenterveysyhdistysten kannattaa yhä tarjota monipuolista vapaaehtoistointia, johon niiden kohde-

ryhmä voi osallistua. Näin ryhmän näkemys saa riittävästi huomiota. Kyse on myös uskottavuudesta ja luottamuksesta, jota vertaisuus ja vapaaeh-

toisuus tuovat järjestöille. Tämä käy ilmi **Sari Jurvansuun** ja **Päivi Rissasen** artikkelista, joka kuuluu Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelmaan (MIPA).

Valtaosa paikallisista päihde- ja mielenterveysyhdistyksistä toimii joko ilman palkattuja työntekijöitä tai heidän määränsä suhteessa vapaaehtoistoimijoihin on vähäinen. Työntekijöillä on paikallisyhdistyksissä tärkeä merkitys, koska he tukevat ja organisoivat vapaaehtoistyötä, tutkijat toteavat.

MIPA-hankkeessa tuotetaan tietoa järjestöjen toiminnasta, kansalaisten elämäntilanteesta ja palvelutarpeista sekä kokemusasiantuntijuudesta. ■



Lisätietoja:
www.a-klinikka.fi/mipa

Ensihuoli-koulutuksesta työkaluja keskusteluun

Kaipaako tukea päihteidenkäytöstä puhumiseen? Mitä ottaa läheisen ongelma puheeksi tai auttaa häntä?

Ensihuoli-koulutuksessa opitaan keskustelemaan vaikeista asioista kunnioittavalla tavalla, toista rohkaisten ja tukien. Koulutuksesta saa työkaluja myös esimerkiksi peliongelmistä puhumiseen.

Koulutukseen voi osallistua kaikki, jos toisten auttaminen keskustelemalla ja kannustamalla kiinnostaa. EHYT järjestää ilmaisia kolme tuntia kestäviä koulutuksia ympäri Suomen. ■



Lue lisää ja katso tulevat koulutukset
www.ehyt.fi/ensihuoli

Änni-mallilla vertaistukea päihdekasvatukseen

Syksyllä 2015 Änni-hanke yritti järjestää Pohjois-Karjalassa päihdekasvatuksesta vanhempainiltoja venäläistaisuille vanhemmille. Yllätys oli iso, kun kutsuista kielitäydtyttiin. Vanhemmat kokivat asian tärkeäksi, mutta heidän mielestään päihdekasvatus oli niin arkaluontoinen teema, että siitä haluttiin puhua omalla äidinkielellä toisten venäläisvanhempien kanssa. Näistä lähtökohdista syntyi vertaistukiomalli Änni yhdessä.

Menetelmä perustuu kuviin ja keskusteluun kahvikupposen ääreltä vapaa-ajalla. Keskuste-



lun pohjana ovat nuorten piirrokset omasta arjestaan. Tarkoituksena on jakaa kokemuksia ja hyviä kasvatustekniikoita.

– Kyse on yhdenvertaisuudesta ja helpoista avauksista. Kielitaito ei ratkaise kuvan haltuunottoa, sanoo projektipäällikkö **Leena Sipinen** EHYTistä.

Myös somalitaustaiset vanhemmat ovat kiinnos-

tuneet mallista. Pääkaupunkiseudulla on jo yli 40 malliin perehtynyttä somalitaustaista kasvattajaa.

– Kiinnostusta mallin käyttöönottoon on ollut myös arabiankielisten toimijoiden parissa, Sipinen sanoo. ■



Lisätietoja:
leena.sipinen@ehyt.fi

Mielikahvila kiinnostaa nuoria vapaaehtoisia

Mielikahvila on uusi kohtaamispaikka Tampereella. Kaikille avoin paikka mahdollistaa vapaaehtoistoiminnan, johon voi sitoutua omat kiinnostuksen kohteet ja ajankäytön huomioiden.

– Toiminnassa on ollut mukana paljon nuoria vapaaehtoisia. Vapaaehtoiset ovat osallistuneet kohtaamispaikan arjen pyörittämisen lisäksi toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen, sanoo EHYTin kohtaamispaikkayöntekijä **Emmi Siirtonen**.

Mielikahvila on pilottihanke, jossa on mukana kolme tahoa: EHYT, Tampereen Mielenterveysseura ja Sopimusvuori. Sosiaalisen median lisäksi nuoria on tavoitettu kohtaamispaikan kävijöiden joukosta.

– Toiminnan vapaaehtoisille ja kävijöille tuottama ilo elää Mielikahvilan tunnelmassa ja tarttuu herkästi – iästä viis!

Mielikahvila toimii Sorinkatu 4:ssä torstaisin kello 17-21. ■



Tule Sekasin-chatiin auttamaan nuoria

Mieltä lämmittää joka kerta, kun ja jos chatin lopussa tulee kommentti ”Kiitos kun kuuntelit!” tai ”Ihanaa, että sua oikeasti kiinnostaa, mitä mulle kuuluu.”

Näin kuvaa vapaaehtoistyötänsä Sekasin-chatissa **Salla Karjalainen**. Hän halusi tehdä vapaaehtoistyötä nuorten kanssa niin, ettei tehtävä olisi sidottu tiettyyn aikaan tai paikkaan. Chat tarjosi siihen mahdollisuuden.

Sekasin-chat on valtakunnallinen, ympäri vuoden toimiva palvelu nuorille. Sen tarkoituksena on tukea mielen hyvinvointia ja auttaa ongelmista selviämistä.

Yleisimpiä aiheita keskusteluissa ovat ahdistuneisuus, masentunut mieliala, itsetuhoisuus ja itsemurha-ajatukset.

– On ollut aika pysäyttävä kokemus tajuta, miten monilta nuorilta puuttuu elämästään luotettava aikuinen, jolle voisi jutella luottamuksellisesti, Karjalainen kertoo.

Chat toteutetaan järjestöjen yhteistyönä, jota koordinoi Suomen Mielenterveysseura. Nyt chatiin kaivataan lisää vapaaehtoisia, tule rohkeasti mukaan! ■



Lisätietoja:

www.mielenterveysseura.fi/sekasin-paivystajaksi



Helsinkiläinen Pirjo Salo on yksi Vuoden vapaaehtoinen -tunnustuksen saajista.

EHYT valitsi vuoden vapaaehtoiset

EHYT huomioi vapaaehtoistoimijoita Vuoden vapaaehtoinen -tunnustuksilla. Vuonna 2017 vuoden vapaaehtoisia ovat:

Etelä-Suomi: **Pirjo Salo** (Helsinki)

Itä-Suomi: **Kaija Kokkonen** (Savonlinna)

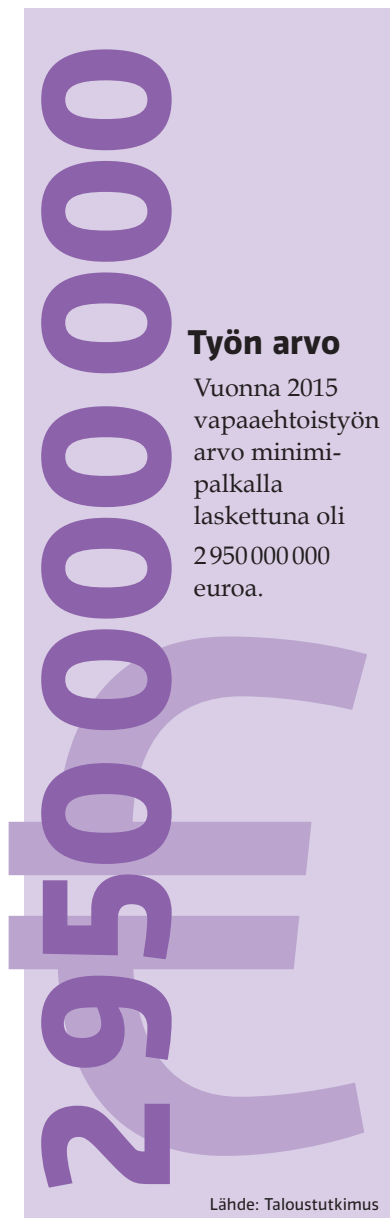
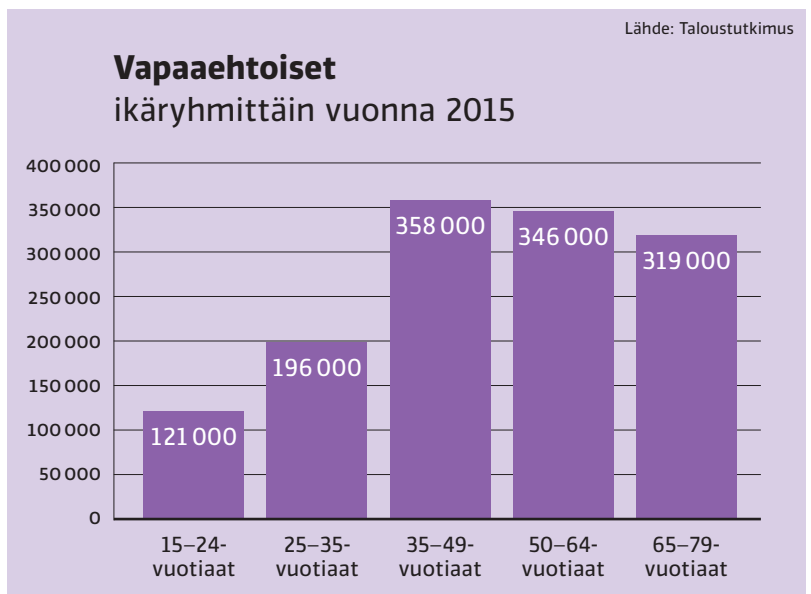
Länsi-Suomi: **Anneli Palosaari** (Kokkola)

Pohjois-Suomi: **Tuula Lautala** (Rovaniemi)

Elokola-vapaaehtoinen: **Pentti Aittokallio** (Pirkkalan Elokola)

Valitut ovat olleet pitkään aktiivisesti mukana oman alueensa EHYTin paikallisyhdistysten vapaaehtoistoiminnassa. Useat heistä ovat olleet mukana myös muussa vapaaehtoistoiminnassa. Heitä kuvattiin yhteistyötaitoisiksi, kannustaviksi, innostuneiksi ja innostaviksi.

– Hyvä aika muistaa vapaaehtoisia on YK:n kansainvälinen vapaaehtoisten päivä 5. joulukuuta. Suomessa järjestetään silloin useita tapahtumia, joissa myös kiitetään vapaaehtoisia. Jokainen vapaaehtoinen on tärkeä, sanoo EHYTin järjestöpäällikkö **Jiri Sironen**. ■



fakta

TUTKITTUA TIETOA

Suomalaisille vapaaehtoistyön tärkeimpiä motiiveja ovat halu auttaa ja käyttää aikaa johonkin hyödylliseen. Vapaaehtoistyötä tehdään eniten sosiaali- ja terveysalalla, liikunnan ja urheilun parissa sekä lasten ja nuorison hyväksi.

Naiset tekivät vuonna 2015 hieman enemmän vapaaehtoistyötä kuin miehet. Eniten vapaaehtoistyötä tekivät alle 10 000 euroa vuodessa tienaat ja yhden hengen taloudessa asuvat ihmiset.

Kaikki halukkaat eivät pysty osallistumaan vapaaehtoistoimintaan. Osallistumisen esteinä ovat muun muassa ajanpuute, terveydelliset syyt tai vaativa elämäntilanne.

Lähteet: SOSTE, Taloustutkimus

Ahkerat seniorit

Eniten aikaa vapaaehtoistyöhön käyttävät

65–79-vuotiaat

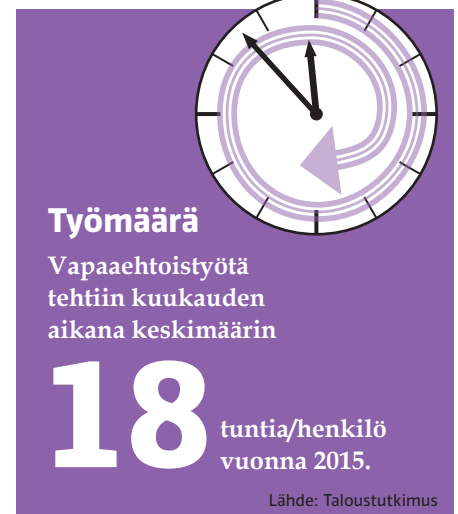
Lähde: Taloustutkimus



500 000

henkilöä on mukana sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnassa. Se vastaa 21 000 henkilön vuoden työpanosta.

Lähde: SOSTE



– Vapaaehtoistoiminta pitää arjessa mukana ja tuo mielekästä sisältöä elämään, sanoo kaupunkiteologian yliopistonlehtori Henrietta Grönlund.

HYVÄÄ

itselle, muille ja yhteiskunnalle

Vapaaehtoistoiminta on hyvän tekemistä ja yhteiskunnallista vaikuttamista, joka tarvitsisi tuekseen koulutusta. Uudenlainen osallistumisen kulttuuri ja itseohjautuva vapaaehtoistyö haastavat perinteiset järjestöt ja yhdistykset.

Vesa Ville Mattila Kuvat Jaakko Lukumaa

Ihmisyyden ytimeen kuuluu itsesuojeluvaisto – mutta myös tarve tehdä hyvää muille ja välittää toisista. Haluamme auttaa, vaikuttaa ja tehdä jotain merkityksellistä, jotta tunnemme itsemme tarpeelliseksi. Toisaalta taas saamme turvaa ja tunnustusta, kun huomaamme muiden välittävän meistä.

Toisten auttaminen lisää tutkusti auttajan omaa onnellisuutta ja terveyttä etenkin silloin, kun auttajan resurssit eivät ole liian niukat. Myötätunto, auttaminen ja hyvän tekeminen muille vaikuttavat esimerkiksi vagus- eli kiertäjähermoon, joka säätelee muun muassa hengitystä ja sydämen sykettä.

– Sosiaalisesti kyse on inhimillisestä vastavuoroisesta kohtauksesta, jossa kumpikin osapuoli antaa ja saa, taustoittaa Helsingin

yliopiston kaupunkiteologian yliopistonlehtori **Henrietta Grönlund**.

Grönlund on jo toistakymmentä vuotta tutkinut vapaaehtois- ja kansalaistoimintaa. Tutkimuksia pohjustavat omakohtaiset kokemukset esimerkiksi ihmisoikeustyöstä ja päivystyksestä kirkon Palvelevassa puhelimessa. Lisäksi hän on muun muassa kouluttanut kirkon ja järjestöjen työntekijöitä, jotta vapaaehtoistyötä voitaisiin organisoida entistä paremmin.

Parhailleen Grönlund kehittää yliopistopedagogiikkaa, joka tuo kansalaistoimintaa teoreettisen oppimisen rinnalle.

Suomalaiset aktiivisia

Vapaaehtoistyön tekijöinä suomalaiset sijoittuvat Euroopan kärkiviisikkoon. Vuosittain jopa 40 prosenttia meistä osallistuu johonkin vapaaehtoistyöhön. Moni vapaa-

- ehtoinen auttaa ja toimii useassa järjestössä.

Yleisten psykologisten ja fysio-logisten syiden lisäksi vapaaehtois-työn suosiota Suomessa selittävät pitkät perinteet. Olemme tottuneet tekemään talkootyötä, huolehti-maan toisistamme ja perustamaan yhdistyksiä mitä moninaisimpien asioiden ja aatteiden edistämiseksi. Suosituimpia vapaaehtoistoimin-nan kohteita tänä päivänä ovat lapset, nuoret ja vanhukset sekä liikunta ja urheilu.

Organisoitua vapaaehtoistoi-mintaa pyörittävät perinteisesti taloudellisesti kohtuullisen hyvin-voivat kansalaiset. Kun kyse on auttamisesta, organisoitu vapaaeh-toistoiminta puolestaan kohdistuu yleensä huonompiosaisiin.

– Hyvinvointivaltion repeily on kuitenkin synnyttänyt organi-soimatonta jeesaamista myös marginaalissa elävien keskuudessa, Grönlund huomauttaa.

Omaehtoista ja itse-organisoituvaa toimintaa

Suvun, perheen tai kyläyhteisön ympärille muodostuvat organisoimattomat ja epämuodolliset vapaa-ehtoiserkostot ovat hyvin yleisiä esimerkiksi entisissä kommunisti-maissa. Niissähän järjestökenttä ei aikoinaan päässyt kehittymään.

Myös meillä käsitys vapaaeh-toistyöstä on viime vuosina laa-jentunut. Nykyään siihen sisältyy sellainenkin organisoimaton vapaa-ehtoistyö, josta aiemmin puhuttiin omaehtoisena auttamisena.

Digitalisaation ja sosiaalisen median vyörytyksen myötä vapaa-ehtoistoiminta on kehittynyt yhä useammin itseorganisoituvaksi.

– Facebookin ja muiden aree-noiden kautta ihmiset löytävät samanmieliset ja voivat toimia ilman mitään taustaorganisaatiota. Näin kävi, kun turvapaikanhaki-joille haettiin kotimajoitusta. Toinen

Järjestöt tarvitsevat edelleen perinteiset järjestö-aktiivinsa.

esimerkki on Helsingissä toimiva varjokaavoitusyhteisö, joka haastaa perinteisen kaupunkisuunnittelun ja viranomaiset laatimalla vaihtoehtoisia suunnitelmia – ilman yhdis-tystä tai rekisteröityjä vapaaehtoi-sia, Grönlund mainitsee.

– Pohjimmiltaan kyse on silti samasta asiasta kuin kaikessa vapaaehtoistyössä: oman ajan ja osaamisen antamisesta yhteiseksi hyväksi ilman palkkaa ja pakkoa.

Projektista ja keikasta toiseen

Samalla kun kynnys osallistua vapaaehtoistyöhön on madaltu-nut, moni suosii projektimuotoista vapaaehtoistyötä. Puhutaan pop up -vapaaehtoisuudesta, kevytvapaa-ehtoisuudesta ja vapaaehtoisturis-mista.

Ihmiset haluavat hoitaa lyhyitä pestejä tai sitoutua keikka kerral-laan -periaatteen mukaisesti. Esi-merkiksi toiminta vapaaehtoisena kesäfestareilla on osoittautunut suosituksi tavaksi auttaa.

– Elämän projektiluonteisuus heijastuu vapaaehtoistoimintaan. Sitoutuminen pitkäksi aikaa on monille kerta kaikkiaan mahdo-tonta. Eihän esimerkiksi nuori aikuinen välttämättä tiedä, missä

päin maailmaa hän on vuoden kuluttua, Grönlund selittää.

– Kannattaa kuitenkin muistaa, että yhdistykset ja järjestöt tarvitse-vat edelleen perinteiset järjestöak-tiivinsa. Jonkunhan on toimittava yhdistyslain edellyttämänä puheen-johtajana, sihteerinä ja pöytäkirjan-tarkastajana.

Tarvitaan tarina, kiteytys ja koulutus

Tilanne haastaa vapaaehtoistyön organisoijat ja koordinoijat. Heidän pitäisi pystyä kirkastamaan edus-tamansa organisaation tarina ja avuntarve. Grönlund myös miet-tii, pääseekö Suomessa yhdistyk-sen työntekijöiksi ilman riittävää ymmärrystä ja valmiuksia vapaaeh-toistyöstä.

– Tällä hetkellä kansalaistoimin-nan maisteritutkinnon tai yhdistys-toiminnan ammattikorkeakoulutut-kinnon voi Suomessa suorittaa vain muutamissa paikoissa. Ihmisistä ja yhteisöistä lähtevää toimintaotetta toki tarvittaisiin mitä moninaisim-missa perustutkinnoissa.

Vapaaehtoisten rekrytointiin Grönlund suosittelee kahta tapaa.

Toinen tulokulma tukeutuu keskusteluun uuden vapaaehtoi-sen kanssa. Tutustutaan, kysellään ja mietitään mahdollisia tehtäviä. Toisessa toimenkuvat ja tehtävät määritellään tarkasti. Tule meille vapaaehtoiseksi -tyyppinen yleis-luonteinen ilmoitus ja haku ei enää toimi.

Nuoria kannattaa kasvattaa vapaaehtoistoimintaan

Vapaaehtoistoimintaan osallistu-via ihmisiä yhdistää kaksi seikkaa. He eivät ole kokonaan passiivisia eivätkä täysin itsekkäitä.

Usein vapaaehtoistyötä tekevät edustavat suuria ikäluokkia, joilla on paljon vapaa-aikaa. Heille vapaa-ehtoistyö tarjoaa mahdollisuuden ylläpitää statustaan ja kokemusta



Henrietta Grönlund toivoo, että opetusministeriö kannustaisi kouluja kehittämään vapaaehtoistyömalleja jyvittämällä siihen varoja ja palkitsemalla parhaita kouluja.

itsestään hyödyllisinä ja tuottavina kansalaisina. Mutta miksi vapaaehtoistyö kiinnostaa myös nuoria?

– Nuorethan ovat idealistisia ja kaikista ikäryhmistä vakaumuksellisimpia. He tuntevat sekä maailmantuskaa että elämännälkää.

Grönlundin mielestä nuorten luontaista tarvetta ja halua hyvän tekemiseen ei osata kanavoida. Oppilaitosten kautta kaikki nuoret voidaan tavoittaa, mutta heitä ei kasvateta osallistumiseen ja vapaaehtoistoimintaan.

– Opetussuunnitelmien tahtotilan rinnalle tarvittaisiin entistä enemmän oppilaitosten ja järjestöjen yhteistyötä.

– Vierailu seniorien palvelutalossa tai toisten nuorten ohjaaminen ryhmätilanteessa – mahdollisuuksia löytyy lukemattomia.

Pääasia on kokemus onnistumisesta ja vaikuttamisesta.

Valtava yhteiskunnallinen haaste

Vaikka vapaaehtoistoiminnassa on kyse kansalaisten omaehtoisesta halusta tehdä hyvää toisille, sen vaikutukset ovat yhteiskunnallisia. Siksi yhteiskunnan tulisi tulevaisuudessa tukea vapaaehtoistoimintaa paljon nykyistä pontevammin.

Oikeusministeriö nimettiin vapaaehtoistoiminnan vastuuministeriöksi pari vuotta sitten. Opetusministeriön Grönlund toivoisi kannustavan peruskouluja, lukiota ja ammatillisia oppilaitoksia kehittämään vapaaehtoistyömalleja jyvittämällä siihen varoja ja palkitsemalla parhaita kokeiluja. Voitaisiin myös ottaa mallia monien

maiden yliopistoista ja korkeakouluista, joiden yhteiskuntavastuuseen sisältyy opiskelijoiden osallistuminen kansalaistoimintaan.

– Tarvitsemme uudenlaista osallistumisen kulttuuria, Grönlund kiteyttää.

Kyse on valtavasta yhteiskunnallisesta haasteesta. Mikäli mitään ei tehdä eikä kukaan reititä syrjäytymisvaarassa olevia nuoria tai työttömiä omaehtoiseen yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen, heidän luisumisensa sosiaalisista suhteista, koulutuksesta, työelämästä ja koko muusta maailmasta vain vahvistuu.

– Vapaaehtoistoiminta pitää arjessa mukana ja tuo mielekästä sisältöä elämään. Lisäksi se tarjoaa tilaisuuden tuntea itsensä tarpeelliseksi ja arvostetuksi osaksi yhteiskuntaa, Grönlund painottaa. ■

MURUSISTA TIPATTOMAAN TAMMIKUUHUN

Monipuolista vapaaehtoistoimintaa

Vapaaehtoistoiminta on iso ja kasvava osa EHYT ry:n toimintaa. Parhaimmillaan vapaaehtoistoiminta ehkäisee päihdeongelmia sekä edistää terveyttä ja hyvinvointia.

Minna Saano Kuvat Jari Härkönen ja Maria Miklas

EHYTin juuret ovat vapaaehtoistoiminnassa, toteaa järjestöpäällikkö **Jiri Sironen**. – Alkujaan vapaaehtoiset kansalaisjärjestöt ovat perustaneet liittoja, joiden työn jatkaja EHYT on.

– Ovathan vapaaehtoiset kansalaisjärjestöt alun perin perustaneetkin EHYTin.

Vapaaehtoistoiminnalla, sekä jäsenyhdistyksissä että EHYTin omissa toiminnoissa, edistetään ehkäisevää päihdetyötä. Strategisena linjauksena on yhdistää EHYTin asiantuntijoiden osaaminen ja vapaaehtoisten voima.

– Vapaaehtoistoimintaa pidetään esillä kaikessa toiminnassamme. Onhan osallistumisella ja aktiivisuudella jo itsessään päihdeongelmia – ja muitakin ongelmia – ehkäisevä sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävä vaikutus, Sironen sanoo.

Auttamisen trendikkyys

– Ihmisiä on sekä helppo että vaikea saada mukaan vapaaehtoistoimintaan. Yksittäisiin tekoihin tai tempauksiin he osallistuvat helpommin kuin pidempiaikaisiin sitoutumisiin, eläkeikäiset lähtevät mukaan helpommin kuin nuoret, toteaa verkkopedagogi **Maarit Nyqvist**.

Toisaalta vapaaehtoistyö on nousussa, siitä puhutaan ja kirjoitetaan, se palkitsee ja antaa mielekästä sisältöä elämään.

– Nyt on jopa trendikästä tehdä vapaaehtoistyötä. Ihmiset haluavat auttaa ja lähtevät liikkeelle, kun kyse on helpoista ja konkreettisista asioista, esimerkiksi lapasten neulomisesta, sanoo verkkopedagogi **Piia Aspegren**.

EHYTin vapaaehtoistoiminnassa eri kohderyhmät pyritään ottamaan huomioon. Suoraan tietyille ikäryhmälle kohdistettua on Muruset-toiminta, jossa ikäihmiset kohtaavat lapsia ja nuoria verkossa. Muissa projekteissa mukana voivat toimia eri-ikäiset ja eritaustaiset ihmiset yhdessä.

Nuoria pyritään saamaan monenlaisin eri tavoin tekemään ehkäisevää päihdetyötä, esimerkiksi Happy Hour -toiminnalla, jossa heitä on kannustettu järjestämään päihdeettömiä tapahtumia. Kovin innokkaasti nuoret eivät kuitenkaan ole mahdollisuuteen tarttuneet.

Vapaaehtois-
toiminta vahvistaa
yhteiskunnan
turvaverkkoja.





Anna-Maija Murunen tekee vapaaehtoistyötä Habbossa ja Muruset.fi-sivustolla.

Tipattoman tammikuun pop up -drinkkibaareja järjestettiin tammikuussa 2017 eri puolella Suomea. Alkoholittomia juomia tarjoilivat muun muassa vapaaehtoiset.



- – Ehkäisevä päihdetyö saattaa kuulostaa nuorten korviin virkakieleltä, eikä kovin sytyttävältä toiminnalta. Päihdetyö ei ehkä myöskään ole osa nuorten kokemusmaailmaa samalla tavalla kuin aikuisten, kertoo Sironen.
- Nuorten vapaaehtoistoiminta on ehdottomasti yksi kehittämisen kohteitamme, hän toteaa.

Verkkokeskusteluja ja vertaiskohtaamisia

Muruset on uusi vapaaehtoistoiminnan muoto, jossa verkkoisovanhemmat keskustelevat lasten ja

nuorten kanssa Muruset.fi-sivustolla sekä virtuaalihuoneella Habbon nettimummolahuoneessa.

– Tällä hetkellä meillä on 12 vapaaehtoista Murusta eli verkkoisovanhempaa. Heistä kukin on viikoittain tunnin ajan keskustelukaverina joko kahden kesken lapsen tai nuoren kanssa tai mukana ryhmäkeskusteluissa, Nyqvist kertoo.

Murusen kanssa voi keskustella mistä tahansa asiasta, kertoa päivän kuulumisista, jakaa huolia tai kysyä neuvoa kohtaamiinsa ongelmiin. Muruset ovat saaneet koulutuksen käydä keskustelua vaikeistakin

asioista, esimerkiksi vanhempien päihhteiden käytöstä, ja he myös osaavat tarvittaessa ohjata eteenpäin apua saamaan.

Etäkoulutusten lisäksi Murusille järjestetään kaksi kertaa vuodessa koulutusta Helsingissä.

– Uuden oppiminen, yhteinen lounas ja muiden Murusten tapaaminen on mukana oleville palkitsevaa, samoin kuin itse työ, jonka he kokevat merkitykselliseksi ja tuntevat olevansa siinä hyödyksi, kertoo Aspegren palautteesta.

Änni-hankkeen tavoitteena on tukea kouluikäisten päihdekasva-

tusta. Hankkeessa on huomioitu lasten iän lisäksi heidän kulttuurinen taustansa. Yhteistyökumppaneina ja kohderyhminä kolmella paikakunnalla olivat ruotsin-, venäjän ja somalinkieliset lapset sekä heidän kasvatusyhteisönsä.

– Yhtenä ännin toimintamuotona on vapaaehtoisten vertaisohjaajien koulutus. Tarkoitus on, että koulutuksen käyneet vanhemmat voisivat matalalla kynnyksellä kutsua muita vanhempia vertaistukioihin keskustelemaan nuorten asioista ja päihteiden käytöstä, kertoo Sironen.

Elokolossa elämässä mukana

Elokolot ovat päihteettömiä kansalaisten kohtaamispaikkoja, joiden tavoitteena on sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen.

– Kohderyhmänä ovat erityisesti ihmiset, joilla on päivällä aikaa eli muun muassa ikäihmiset, erityisryhmät, vähävaraiset ja työttömät. Yhtenä tarkoituksena on saada näitä ihmisiä mukaan – ikään kuin mikro vapaaehtoisina – kohtaamispaikan tehtäviin, esimerkiksi ihmisten kanssa keskustelemiseen, Sironen kertoo.

Elokoloissa toimii myös varsinaisia vapaaehtoisia, jotka osallistuvat paikan toimintaan ja ylläpitoon.

– Yksi tavoitteemme on edistää vapaaehtoistoimintaa laajemminkin yhteiskunnassa, ja siksi Elokolot toimivat myös vapaaehtoistoiminnan resursseina. Niissä voivat lähiseudun asukkaat järjestää toimintaa ja tapahtumia ja yhdistykset pitää kokouksiaan, Sironen sanoo.

Isompien hankkeiden ja toimintamuotojen lisäksi EHYT järjestää, koordinoi ja osallistuu monenlaisiin tapahtumiin muiden järjestöjen kanssa yhdessä. Näistä esimerkkeinä toimivat Asunnottomien yö, Tipaton tammikuu ja Selvänä rattiin.



Sari Anjala jakoi vapaaehtoisten tekemiä lapasia Asunnottomien yönä Helsingissä.

Some-kampanja innosti neulomaan

Asunnottomuuden vaikeaan aiheeseen voidaan sukeltaa vaikkapa käsityön kautta. Auta asunnottomia – lahjoita lapaset – viesti levisi sosiaalisen median kautta – ja siihen tartuttiin.

Syksyn mittaan EHYTin toimiston virtasi pehmeitä paketteja. Niistä paljastui vihreitä, punaisia, raidallisia, pilkullisia, monenlaisia lämpimiä lapasia. Lähettäjä oli neulonut, ostanut tai antanut omistaan parin tai useamman jaettavaksi Asunnottomien yön tapahtumissa 17. lokakuuta.

Auta asunnottomia – lahjoita lapaset – kampanja toteutettiin pääasiassa sosiaalisen median (some) avulla. Kampanja lanseerattiin elokuussa EHYTin Facebook-sivuilla, jossa sen etenemistä myös seurattiin koko syksyn ajan. Päivittäin sivustoille laitettiin kuvia vastaanotetuista lapasista sekä tunnelmakuvia lapasten neulomisesta. Facebookissa kerrottiin aktiivisesti myös keräyksen tilanteesta ja listattiin paikkoja, joihin lapasia voi toimittaa.

– Positiivisuus oli mukana viestinnässä koko ajan. Kiittäminen saaduista lapasista ja sen kertominen,

että yhdestäkin parista lapasia on hyötyä, oli tärkeää, kampanjakoordinaattori **Marjo Rinne** EHYTistä kertoo.

Kampanjan alussa käytettiin maksettua markkinointiviestintää. Kohderyhmänä Facebookissa olivat 25–50-vuotiaat naiset 12 kaupungissa. Siellä tavoitettiin yli 250 000 ihmistä, joista pari tuhatta osallistui tapahtumaan.

– Mainonta oli ehdottomasti hyvä asia näkyvyyden kannalta, Rinne toteaa.

Kampanjaa seurattiin myös viikoittaisella videolla, jossa Rinne kertoi omasta edistyksestään lapasparin neulomisessa.

Facebookin käsityöryhmiin ja käsityöbloggaajille lähetettiin sähköpostia kampanjasta. Osa bloggaajista tarttui aiheeseen ja kertoi kutomis- haasteesta omassa blogissaan.

Facebookin lisäksi muina somekanavina käytettiin Twitteriä ja Instagramia.

– Some tavoitti erittäin hyvin. Viesti lähti leviämään ja ihmiset tarttuivat haasteeseen. Paljon tuli yhteydenottoja myös yrityksiltä ja järjestöiltä, jotka tiedustelivat mahdollisuutta tehdä yhteistyötä. Positiivisen kampanjan avulla saatiin hyvin huomiota raskaalle aiheelle, Rinne kertoo. ■



Järjestöpäällikkö Jiri Sirosen mukaan vapaaehtoistoiminnan tulee olla hauskaa, konkreettista ja palkitsevaa.

- – Kampanjat ovat viestintä- ja vaikuttamisvälineitä, mutta vapaaehtoistoiminnan näkökulmasta niihin voi osallistua kuka tahansa, pienimmillään esimerkiksi haastamalla muita mukaan, Nyqvist sanoo.

Vapaaehtoistyön houkutus ja innostavuus

– Tulevaisuudessa vapaaehtoistyö kehittyi EHYTissä laajempaan suuntaan. Yhtäältä ohjattuun ja pitkäkestoista sitoutumista vaativaan toimintaan, toisaalta pop up -tyyppiseen vapaaehtoistyöhön, johon voi osallistua yhden tempauksen ajaksi, Nyqvist kertoo.

Haasteena vapaaehtoistyölle on yhä kovempi kilpailu ihmisten vapaa-ajasta sekä jatkuvuuden



Verkkopedagogi Maarit Nyqvist kertoo, että tulevaisuudessa EHYTin vapaaehtoistyö keskittyy sekä pitkäkestoiseen että pop up -tyyppiseen toimintaan.



– Nyt on jopa trendikasta tehdä vapaaehtoistyötä, sanoo verkkopedagogi Piia Aspegren.

Aluekoordinaattorit pitävät yhteyttä vapaaehtoiisiin

EHYTin aluekoordinaattorit ja aluetyöntekijät ovat yhteydessä vapaaehtoiisiin. He informoivat koulutuksista, väreävät vapaaehtoisia messuille, tapahtumiin sekä EHYTin ja sen jäsenyhdistysten vapaaehtoistoimintaan.

– Jäsenyhdistyksissä käyn kertomassa EHYTin tuoreimmat kuulumiset, neuvon avustushakemusten tekemisessä ja materiaalien tilaamisessa sekä pidän yhteyttä tapahtumien ja kampanjoiden tiimoilta, EHYTin Etelä-Suomen aluekoordinaattori **Elisa Aarnio** kertoo.

Hän pitää tärkeänä vapaaehtoisten innostamista ja kannustamista, toiminnassa mukana pitämistä.

– Kukin omien voimavarojensa mukaan, Aarnio muistuttaa.

EHYT ylläpitää omaa vapaaehtoisten rekisteriä, jossa on satakunta nimeä eri puolilta Suomea.

– Lähetämme vapaaehtoisille tietoa koulutuksistamme ja avoimista vapaaehtoistehtävistä sekä tapahtumista, EHYTin järjestösihteeri **Annikki Pesonen** sanoo.

löytäminen kansalaistoimintaan, yhdistyksiin ja järjestöihin, joiden kautta yhteistyössä pystytään toimimaan pitkäjänteisesti.

– Meidän täytyisi myös löytää vetovoima, jolla ehkäisevä päihde-

työ olisi ihmisten mielissä kiinnostavaa ja innostavaa, ei pelkästään valistamista, miettii Nyqvist.

– Ylipäättään kehittää toimintaa, joka olisi hauskaa, konkreettista ja palkitsevaa, toteaa Sirosen. ■



"Kannattaa keskittyä sisäiseen motivointiin."

Vapaaehtoistyön johtaja on motivaation asiantuntija

Jos minulta pyydettäisiin johtamiskoulutusta ihmisille, jotka haluavat oppia miten nykyajan maailmassa kannattaa organisoida, lähettäisin koulutettavani vapaaehtoistyön koordinaattoreiksi tai ohjaajiksi järjestökentälle. Mielellään vielä niin, että he toimisivat itsekin vapaaehtoisina. Miksikö? Minulla on vakaa usko siihen, että missään ei opi johtamisesta niin hyvin kuin vapaaehtoistyössä.

Vapaaehtoistyöhön jokainen osallistuu omasta vapaasta tahdostaan, ja vapaaehtoistyön voi aina halutessaan lopettaa. Niinpä vapaaehtoisten kanssa toimiessaan oppii parhaiten, mitkä asiat saavat ihmiset sitoutumaan vuosikymmeniksi tai toisaalta löytämään tiensä sankoin joukoin johonkin toimintaan. Joku on sanonutkin, että nykyään ei ole mitään muuta johtamista kuin vapaaehtoistyön johtamista, niin paljon vapaaehtoistyön johtamisesta voi ottaa oppia kaikkiin ympäristöihin, joissa johtamista tapahtuu.

Vapaaehtoistyötä työkseen tai harastukseksi koordinoiva tietää, että kukaan ei ole valmis tekemään vapaaehtoistyötä järjestössä, jonka arvomaailma ei vastaa omaa arvomaailmaa ja tavoitteita. Kun halutaan innostaa ihmiset toimimaan yhdessä, sitoutumaan ja innostumaan, on tärkeää pitää näkyvillä oma tavoite ja organisaation arvomaailma ja mahdollisuuksien mukaan osallistaa kaikki toimijat näitä tavoitteita luomaan.

Motivaatiota voi katsoa olevan kahdenlaista: ulkoiseen motivaatioon kuuluvat esimerkiksi palkka, tittelit,

todistukset ja saatu kiitos. Sisäinen motivaatio on sitä innostusta ja aikaansaamisen tunnetta, joka tekee työstä ilman palkkioitakin antoisaa. Usein vapaaehtoistoimintaa suunnittelevat käyttävät paljon aikaa ulkoisten motivaatiotekijöiden pohtimiseen: miten vapaaehtoisia voisi paremmin kiittää tai palkita, kun usein sisäisen motivaation pohtiminen voisi tehdä suunnitellusta vapaaehtoistoiminnasta mielekkäämpää. Useimmitenhan sisäiset motivaatiotekijät, toiminnassa syntyvä innostus, auttamisen tunne ja mahdollisuus kasvaa ja kehittyä, ovat nimenomaan niitä tekijöitä, jotka saavat ihmiset hakeutumaan tietyn vapaaehtoistoiminnan pariin.

Tutkija **Frank Martela** puhuu sisäisen motivaation suhteen kolmesta tekijästä: virtauksesta, vapaudesta ja vastuusta. Virtaus kuvastaa mahdollisuutta käyttää omaa luovuutta, vapaus mahdollisuutta toimia itseohjautuvasti ja vastuu ihmisen luontaista kaipuuta yhteisöllisyyteen ja vastuun kantamiseen. Mitä jos vapaaehtoistoimintaa johtaessa otettaisiinkin nämä kolme asiaa huomioon? Miltä vapaaehtoistoiminta silloin näyttäisi? Olisi hienoa, että myös tulevaisuudessa vapaaehtoistyötä koordinoivat voisivat olla johtamistaitojen etujoukoissa ja tuntea ylpeyttä omista taidoistaan.

Salla Kuuluvainen

Kouluttaja, strategisti ja fasilitaattori

Salla Kuuluvaisen teos Vapaaehtoistyön johtaminen ilmestyi vuonna 2015 (Sivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF).

Ulos kuplasta

Muusikko ja näyttelijä Olavi Uusivirta ei halua elää kuplassa ja ajatella, että meillä olisi kaikki hyvin.

Marjo Tiirikka Kuva Jari Härkönen

Eräänä lokakuuisena päivänä **Olavi Uusivirta** piti mennä syömään ravintolaan kahden lukioaikaisen ystävänsä kanssa. Se oli ollut perinteinen tapa jo vuosien ajan.

Toinen ystävästä ehdotti kuitenkin, voitaisiinko rahat tällä kertaa lahjoittaa hyväntekeväisyyteen ja tehdä jotain muuta yhdessä. Kaverukset päätyivät Asunnottomien yön soihtukulkueeseen.

Tapahtuma oli Olavi Uusivirralle entuudestaan tuttu. Viime vuonna hän keikkaili vapaaehtoisena ilman palkkiota Helsingin Valtilan Dallapénpuistossa järjestetyssä Asunnottomien yössä. Tunnelmaa hän kuvailee erityiseksi. Suuri väkimäärä todisti ihmisten kokevan asian tärkeäksi.

– Normaalisti asunnottomuus on vähän piilossa. Tapahtuma konkretisoi ongelman ja tekee sen näkyväksi. Kyse ei olekaan yksittäistapauksista vaan isosta rakenteellisesta ongelmasta, mikä vaatisi pikaista ratkaisemista, Olavi Uusivirta sanoo.

Hän osallistuu mielellään vapaaehtoisena kampanjoihin ja erilaisiin tapahtumiin tärkeiksi kokemiensa asioiden puolesta. Tällaisia ovat olleet asunnottomuuden lisäksi muun muassa ilmastomuutos, lähisuhdeväkivalta ja tasa-arvoinen avioliittolaki.

– Nämä liittyvät ratkaisemattomiin ongelmiin, joiden puolesta on syytä pitää meteliä. Suomi on epä-

kohtia pullollaan, joten on pakko valita, mihin lähtee mukaan. Minun pitää olla aidosti kiinnostunut aiheesta, muutoin se paistaa läpi.

Tietoa ja kohtaamisia

Osallistumisella Olavi Uusivirta ei halua ostaa hyvää omaatuntoa, se olisi liian yksinkertaista. Mikä saa miehen osallistumaan?

– Saan tietoa eri aiheista, koen uusia kohtaamisia. Pääsen osallistumaan sellaisten ihmisten ja asioiden kanssa, joiden kanssa en muuten olisi tekemisissä.

– Vaara elää kuplassa on suuri, jos on yhteydessä vain samaan sosiaaliluokkaan kuuluvien ja itsensä kaltaisten ystävien ja tuttavien kanssa. Voi syntyä harha, että maailmassa on kaikki hyvin. Tätä haluan välttää.

Lähtökohtaisesti ihminen on heikko

Uusivirralle heikompien puolelle asettuminen ja koko maailman kuva periytyvät lapsuuden kodista. Tuttavapiirissä on aina ollut myös huono-osaisia.

– Ihmiskuvani mukaan jokainen ihminen on viime kädessä heikko.

**Osallistumalla
saan tietoa eri
aiheista.**

Minulle on vierasta ajatella, että jokainen on oman onnensa seppä. Olosuhteet vaikuttavat hyvin paljon siihen, miten elämä sujuu.

Uusivirta kuvailee, miten monet ovat näennäisesti vahvoja. Kun sitten maa tärahtelee alla, elämää kannattelevat pilarit saattavat murtua. Ensimmäisten horjuessa ollaan jo huterammalla pohjalla ja on haastavaa tasapainotella. Kierre voi johtaa lopulta ahdinkoon.

Korkealta voi pudota kuka tahansa – sinä tai minäkin. Pahin tilanne on niillä, joiden taakkana on vieläpä sukupolvet ylittävä huono-osaisuus.

– Tilanteiden ennakoiminen on avainasemassa, ja sen pitäisi ohjata myös poliittista päätöksentekoa.

Uusivirta on kiinnostunut yhteiskunnallisista asioista ja seuraa aktiivisesti maailman tapahtumia. Hän ymmärtää kuitenkin myös nuoria, joita usein parjataan passiivisiksi.

– Yhteiskunnalliset epäkohdat liittyvät ikäviin ja raskaisiin asioihin. On mukavampaa ajatella iloisia ja valoisia asioita. Jossain kohti todennäköisesti tulee jokin vastoinkäyminen, jolloin liitämisen kausi päättyy ja nuori astuu todellisuuteen.

Raskaaksi koetut asiat ole välttämättä ole vain negatiivinen asia.

– Vastoinkäymiset tuovat mukanaan merkityksellisyyden, keveys taas merkityksettömyyden. Tämä saattaa helposti unohtua, Olavi Uusivirta sanoo. ■

Kuka on Olavi Uusivirta?

- » Muusikko, laulaja-lauluntekijä ja näyttelijä.
- » Uusin levy Olavi elää! -livealbumi ilmestyi marraskuussa.
- » Paavo Westerbergin ohjaama elokuva Viulisti tulee ensi-iltaan 5.1.2018. Elokuvan pääosissa ovat Olavi Uusivirran lisäksi Kim Bodnia, Matleena Kuusniemi ja Samuli Edelmann.

Olavi Uusivirta puntaroi tarkkaan ja valitsee kampanjat, joihin uskoo voivansa sydämestään tuoda jotain lisäarvoa. – On myös kampanjoiden etu, että kaikissa ei aina kierrä samat naamat.



Tule sellaisena kuin olet

Pirkkalan Elokolossa maanantaiaamu on täynnä naurua, halauksia ja iloista puheensorinaa. Kävijät kutsuvat kohtaamispaikkaa parhaaksi asiaksi koko kunnassa.

Mari Vehmanen Kuvat Laura Vesa

Missä kohtaat tasaveroina Pirkkalan vanhin punkkari, 98-vuotias eläkeläisrouva ja kuuden lapsen pakolaisäiti Sudanista? Juuri tällainen paikka on Elokolo Pirkkalassa.

Matalan kynnyksen päihtetörmästä kohtaamispaikasta on yli kahdenkymmenen toimintavuoden aikana muodostunut aidosti kunta-laisten yhteinen olohuone. Vilkkaimpana päivänä eli maanantaina oven takana kiemurtelee jono jo hyvissä ajoin ennen avaamista. Tänään jaetaan jokaviikkoiseen tapaan ruokasseja, joiden sisällön ovat lahjoittaneet paikalliset kaupat.

Sudanista Pirkkalaan kiintiöpakolaisena muuttanut **Fatima Asam** on tullut käymään Elokolossa nuorimman lapsensa, pian kaksivuotiaan **Meian** kanssa. Kuuden lapsen perheessä ruokaa kuluu joka päivä valtava määrä, joten ruokajakelun tarjoama täydennys on tervetul-

lutta. Kassiin sujahtaa muun muassa banaaneja, vihanneksia ja leipää.

– Ja pullaa otan aina, jos sitä on, Fatima Asam nauraa.

Eläkeläisrouva **Anita Seppälä** tervehtii ystävällisesti Fatimaa ja Meiaa.

– On mukavaa, että täällä tapaa maahanmuuttajia ja myös näitä pikkuisia. Ymmärrän hyvin, että suurperheessä ruuan kanssa voi olla tiukkaa, Anita Seppälä toteaa.

Hän itse kertoo käyvänsä joka viikko noutamassa ruokakassin, sillä lääkekulut nielaisevat valtaosan pienestä eläkkeestä. Tulot ja menot on laskettava tarkasti joka kuukausi.

– Minua ei nolota hiukkaakaan käydä täällä. Tämähän on aivan ihana paikka, jossa ei kysellä mitään tai katsota ketään karsaasti – itse asiassa Pirkkalan paras paikka, Anita Seppälä sanoo.

Seuraavaksi hän rientää kiittämään ja halaamaan **Pentti Aittokalliota**, joka on yksi Elokolon monista vapaaehtoistyöntekijöistä.

– Haen kerran viikossa autolla ruokalahjoitukset kauppoista. Pari-

Kuskia pitää aina kiittää, Anita Seppälä sanoo. Pentti Aittokallion vapaaehtoistyönä on ruokalahjoitusten kuljettaminen perille Elokoloon.

”Vaikka välillä olisi hieman ahdasta,
tunnelma on sitäkin lämpimämpi.”





Pitkän linjan punkkari Harri Konttinen viihtyy Elokolon ilmapiirissä.



– Täällä Pirkkalan Elokolossa käy hyvin monenlaisia ihmisiä, suunnittelija Timo Glad EHYT ry:stä iloitsee.



Lyydia Kulju (vas.) vaihtaa päivän kuulumiset aluetyöntekijä Riitta Sattilaisen kanssa.

- kymmentä vuotta olen jo kuskina ajellut. Minulle on luontevaa auttaa tällä tavoin tekemällä jotain konkreettista, Pentti Aittakallio kertoo.

Vuonna 2017 Aittakallio valittiin EHYTin Elokolo-vapaaehtoiseksi.

Tittelit nurkkaan

Vapaaehtoisten joukkoon kuuluu myös **Saleh Djafar Ali**, Suomeen Irakista 1990-luvulla tullut entinen kultaseppä. Nykyään hänen terveytensä ei salli omassa ammatissa työskentelemistä, mutta yksi päivä viikossa vapaaehtoistyötä Elokolossa on juuri sopivasti pitämään mielen virkeänä.

– Tulen tänne auttamaan muutamaksi tunniksi sen verran kuin jaksan. Saan vähän liikuntaa ja hyödyllistä tekemistä. Samalla tapaan kivoja ihmisiä. Yleensä leipää riittää vähän viettäväksi kotiin, Saleh Djafar Ali sanoo.

Hänen mielestään Elokolon kaltaiset paikat ovat äärimmäisen tärkeitä.

– Ihmiset tulevat tänne mielellään. Täällä kaikki ovat ystävällisiä ja auttavat toisiaan. Olen oppinut täällä käyttämään tietokonetta, Saleh Djafar Ali mainitsee.

– Minäkin olen oppinut Elokolossa paljon uutta, esimerkiksi

leipomaan. Kuningatarpiirakka on nykyään bravuurini, huikkaa paikalle tupsahtanut **Harri Konttinen**.

Hän esittäytyy Pirkkalan vanhimaksi punkkariksi ja kertoo tutustuneensa Elokoloon alun perin soitettuaan Karanteeni-bändeineen Asunnottomien yö-tapahtumassa. Sitten Konttinen on työskennellyt Elokolossa palkkatueella ja vapaaehtoisena.

– Parasta Elokolossa on, että tittelit lentävät nurkkaan ja ihmiset kohtaavat toisensa tasavertaisina. Kynnys on oikeasti matala. Olen tavannut täällä henkilöitä, jotka



Meille tullaan jopa lääkärin läheteellä, kun ammattilainen on nähnyt ihmisen kärsivän yksinäisyydestä.

Vapaaehtoistyöntekijä Dalila Hajdarevic (oik.) on täyttänyt Neia Asamin perheelle kassillisen terveellistä ruokaa. Elokolo on tavoittanut hienosti Pirkkalan maahanmuuttajat.

ovat muutoin syrjässä yhteiskunnasta, Harri Konttinen sanoo.

Hän kaappaa halaukseen päivän iäkkäimmän kävijän: pirteä 98-vuotias rouva **Lyydia Kulju** on tullut hakemaan ruokakassin ja tervehtimään tuttuja.

– Naurua pitää olla, vaikka elämä kuinka koettelisi. Se on ollut minun mottoni siitä asti, kun jäin pikkutyttönä orvoksi, Lyydia Kulju toteaa.

Monipuolista toimintaa

Suunnittelija **Timo Glad** EHYT ry:stä katselee Elokolon maanantai-aamun vilskettä tyytyväisenä.

– Täällä Pirkkalassa ihmiset todella jäävät ruokakassin saatuaan kahvittelemaan ja vaihtamaan kuulumisia. Ja nimenomaan tämä on tarkoitus, sillä ruokajakelu on vain yksi pieni osa toimintaa, hän sanoo.

Muina viikonpäivinä ohjelmassa on muun muassa yhteislaulua, kuntosaliharjoittelua, lenkkeilyä ja puhujavierailuja. Kävijöitä varten on kaksi tietokonetta verkkoyhteyksin, ja niiden käyttöön saa opastusta. Päivän lehtiä selatessa voi nauttia kupin edullista kahvia tai teetä ja pikkupurtavaa.

Suomen kaikkien Elokolojen tavoitteena on tarjota päihteen

matalan kynnyksen kohtaamispaikka, johon jokainen on tervehtynyt. Kävijöillä on mahdollisuus toisten ihmisten tapaamiseen, ja he saavat tukea ja kannustusta elämänhallintansa vahvistamiseksi. Käyntikertoja Elokoloissa eri puolilla maata on vuosittain noin 50 000.

– Moni piipahtaa säännöllisesti, mutta varsinkin suurissa kaupungeissa on myös vaihtuvuutta. Tavoitamme ennen kaikkea ihmisiä, joilla on elämäntilanteensa puolesta päivisin aikaa. Selvityksemme mukaan tärkein osallistumisen motiivi monelle on ▶

Elokolo tarjoaa maahanmuuttajille väylän integroitua suomalaiseen yhteiskuntaan.



Elokolon vilkkain päivä on maanantai, jolloin ruokakassit ovat jaossa. Kuvassa Dalila Hajdarevic.



Saleh Hajar Ali tekee päivän viikosta vapaaehtoistyötä, se pitää mielen virkeänä.

- muiden ihmisten seura, Timo Glad kertoo.

Hänen mukaansa Pirkkalan Elokolon leimallisia piirteitä ovat vapaaehtoisten aktiivisuus, toiminnan yhteisöllisyys ja hyvä yhteistyö kunnan kanssa. Viimeksi mainitusta kertoo esimerkiksi se, että kunnan sosiaalityöntekijä käy kuukausittain tapaamassa kävijöitä.

- Täällä Pirkkalassa kotoisuutta ja olohuonemaisuutta korostaa aivan erityisesti käytössä oleva tila: tavallisen kerrostalon tavallinen kerhohuone. Vaikka välillä olisi hie-
man ahdasta, tunnelma on sitäkin lämpimämpi, Timo Glad kiittää.

Kaveria ei jätetä

Aluetyöntekijä **Riitta Sattilainen** EHYT ry:stä vahvistaa, että Pirkkalan Elokolo on vähitellen onnistunut vakiinnuttamaan asemansa kaikenlaisten kuntalaisten yhteisenä oleskelutilana.

- Kuten näkyy, kävijöitä on kirjaimellisesti vauvasta vaariin.

Ensikertalainen saattaa miettiä, leimaako tänne tuleminen jotenkin ihmisen. Mutta nämä pelot hälvenvät yleensä nopeasti.

Riitta Sattilainen kertoo, että jokainen uusi kasvo huomioi-
daan ja toivotetaan tervetulleeksi. Mitään ei kuitenkaan kysellä, eikä omasta elämäntilanteesta ole pakko kertoa.

- Moni hämmästyä, että eikö täällä syynätäksään mitään työttömyyskortteja. Usein ihmiset silti haluavat jakaa asioitaan ja keven-
tää näin mieltään. Meille tullaan jopa lääkärin läheteellä, kun ammattilainen on nähnyt ihmisen kärsivän yksinäisyydestä.

Vapaaehtoisen kaikkein tärkein tehtävä onkin tarjota luotettavaa keskusteluseuraa kävijöille. Lämminhenkisessä yhteisössä toisista kannetaan vastuuta.

- Kyllä me alamme kysellä perään, ellei jotakuta vakikävijää näy vähään aikaan, Riitta Sattilainen mainitsee.

Elokolo myös tarjoaa kunnan maahanmuuttajille erään tärkeän väylän integroitua suomalaiseen yhteiskuntaan. Pirkkala ottaa joka vuosi kiintiöpakolaisia, ja kunnan sosiaalityöntekijät kertovat heille Elokolon toiminnasta.

- Autamme maahanmuuttajia paljon esimerkiksi tietotekniikan ja suomalaisen byrokratian kanssa. Tämä on sitä pientä mutta tärkeää sosiaalisten erojen tasoittamista, Riitta Sattilainen sanoo.

Toiminnan muuttuessa yhä monikulttuurisemmaksi on ollut tarpeen pohtia uusia kysymyksiä. Vapaaehtoisten kanssa on viime aikoina muun muassa käyty läpi, mitä tarkoittaa, ettei Elokolossa sallita vihapuhetta.

- Hienosti vapaaehtoiset ovat pitäneet korvansa auki. Orastaviin ylilyönteihin on onnistuttua tarttumaan aikaisin ja tahdikkaasti. Uskon, ettei näistä tilanteista kenellekään ole jäänyt pahaa mieltä, Riitta Sattilainen sanoo.

Merkittäviä muutoksia toimintaan ei Timo Gladin ja Riitta Sattilaisen mukaan ole juuri nyt suunnitteilla.

- Tarkoituksena on kehittää edelleen juuri tämän kohtaamispaikan vahvuuksia. ■

Jokaisella on oikeus ruokaan

Suomella menee hyvin. Miksi meillä silti on leipäjonoja?
Kenelle kuuluu ruoka-avusta huolehtiminen?

Tuija Holttinen Kuva Harri Miettinen

Huono-osaisuudesta ja ruoka-avun saajien hyvin- ja pahoinvointi-kokemuksista väitös-kirjan tehnyt yhteiskuntatieteiden tohtori **Maria Ohisalo** käyttää järjestötyöstä puhuessaan termiä polkuriippuvuus, jossa kolmannen sektorin toimijoille valuu hyvinvointivastuuta sosiaaliturvan ja hyvinvointivaltion pohjan vuota-essa.

– Järjestöjen ei pitäisi joutua suoraan paikkaamaan esimerkiksi sosiaaliturvaa, kuten ne nyt tekevät. Ruoan tulisi olla kaikille perusoikeus kuten asunnonkin, sen saamisen ei pitäisi olla ulkopuolisen auttajan hyväntahtoisuudesta kiinni tai hyväntekeväisyyden varassa. On tärkeää käydä yhteiskuntapoliittista keskustelua siitä, millä kriteereillä ja keitä kolmannen sektorin apu tavoittaa. Kuinka riittävää ruoanjakelutoiminta on hyvinvointivaltion virallisten turvaverkkojen paikkaajana?

Ohisalon tutkimuksen mukaan ruoka-avussa käyville ravinnonpuute on yksi puute muiden joukossa. Kaksi viidestä ruoka-apua tarvitsevasta kokee huono-osaisuutensa kasautuvan sosiaalisista, terveydellisistä ja taloudellisista puutteista.

– Ruokakassit poistavat hetkelisesti nälkää, mutta eivät korjaa huono-osaisuuden syitä.

Yhtenä ratkaisuehdotuksena ruoka-avun tarpeettomaksi tekemiseen Ohisalo näkee lukuisten poliittisten toimijoiden aktivoitumisen. Koska ruoka-aputoiminta ei Suomessa ole kuntien tai valtion järjestämää, ruoka-apu ei ole yhtenäistä, eikä systemaattisesti

mitattavissa. Tästä syystä se jää helposti poliittisen päätöksenteon ulkopuolelle.

Nähtävä iso kuva

– Työn pitäisi elättää, ja sosiaaliturvalla pitäisi tulla toimeen. Järkevä eläke, ja siihen vaikuttava hoivavastuun jakaminen lapsiperheissä, ennaltaehkäiseviin toimiin sijoitta-

minen ja mahdollisuus ottaa töitä perusturvan varassa eläessään ilman sosiaaliturvaetuuden menettämistä, ovat konkreettisia tavoitteita, Maria Ohisalo listaa.

– Toimenpiteitä kaipaavat myös esimerkiksi hyvinvointierojen kaventaminen, yksinäisyyden torjuminen ja mielenterveytytyön vahvistaminen. ■



Ruoanjakelua Kuopion ruoka-apu ry:n toimitiloissa.

Ruoanjakelua kohtaamispaikoissa

Monissa Elokoloissa ja kohtaamispaikoissa jaetaan kävijöille ruokakasseja. Jaettavat elintarvikkeet ovat pääasiassa kaupoista lahjoituksena saatuja ylijäämätuotteita tai EU:n vähävaraisille tarkoitettua ruoka-apua.

Elokoloissa ruoanjakelu ei ole pääasia, vaan pienimuotoista vähävaraisten tukemista. Sillä myös pyritään saamaan köyhyyttä ja huono-osaisuutta kokevia ihmisiä mukaan kohtaamispaikkojen muuhun toimintaan.

Elokoloissa on tarjolla myös aamupuuroa ja yhteistä ruokahetkiä. EHYT on mukana Kirkkohallituksen hallinnoimassa Yhteinen keittiö -hankkeessa, jossa kehitetään yhteisöllistä ruokailua ja perustetaan vuoden 2018 loppuun mennessä jokaiseen maakuntaan vähintään kaksi Yhteistä keittiötä.



Lue lisää www.yhteinenkeittio.fi



Neuvokkaan Sykettä syksyyn -tapahtuma kokoaa vuosittain 900 senioria Lapin Urheiluoistolle.

Puskaradio on hyvä houkuttelija

Ihmisten välisessä
vuorovaikutuksessa
on voimaa. Sitä
kannattaa hyödyntää
uusien vapaaehtoisten
houkuttelemisessa
mukaan toimintaan.

Vesa Ville Mattila Kuvat Neuvokas ja YAD

Puskaradio on osoittautunut meillä tehokkaimmaksi tavaksi saada mukaan uusia vapaaehtoisia. Ihmisten kautta välittyy tietoa niin hyvistä kokemuksista ja tekemisen mielekkäisyydestä kuin vapaaehtoisten huolenpidosta, arvioi Vapaaehtoistyön keskus Neuvokkaan toiminnanjohtaja **Suvi-Maria Saarenpää**.

Neuvokas on yli 50 järjestön yhteenliittymä, jonka vastuullisena taustatahona toimii Rovaniemen Seudun Mielenterveysseura ry. Neuvokas vastaa Suomen pohjoisimman vapaaehtoistyön keskuksen toiminnasta. Vuosittain se värvää noin 40 uutta vapaaehtoista esimerkiksi asiointiavuksi, koulun ja päiväkotikummeiksi, koulujen ylijäämäruuanjakajiksi ja kulttuurikavereiksi.

Rekrytoinnissa tulosta tuovat myös järjestöpalstat ja erityisesti jutut paikallislehdissä sopivasti ennen vapaaehtoisten yleiskoulu-tusta.

– Parasta on, jos jutussa haastatellaan jotain vapaaehtoista. Valitettavasti vain lehdet ovat kiristäneet linjaansa, eikä tällaisia puffijuttuja enää saa helposti läpi.

Nuoria ja työssäkäyviä aikuisia Neuvokas koettaa houkuttaa muutama vuosi sitten pystyyn pistettyjen Facebook-sivujen avulla. Eniten nuoria saadaan silti rinkiin Rovaniemellä toimivista Lapin yliopistoista ja Lyseonpuiston lukioista, joiden kanssa Neuvokas tekee tiivistä yhteistyötä. Neuvokkaan järjestöaktiivit ja työntekijät opastavat nuoria näiden kursseihin kuuluvissa vapaaehtoistyöprojekteissa.

Yhteisöllä on väliä

Neuvokas haluaa sitouttaa vapaaehtoiset ensisijaisesti yhteisön jäseniksi eikä pitkäksi aikaa johonkin tiettyyn tehtävään.

– Yhteisöllä on väliä. Pyrimme siihen, että täällä on mukava tehdä vapaaehtoistyötä muiden yhteisön jäsenten kanssa, Saarenpää tiivistää.



Youth Against Drugs ry eli YAD houkuttelee vapaaehtoisia sosiaalisen median sekä omien vapaaehtoistensa ja työntekijöiden kautta.

Jokainen vapaaehtoiseksi haluava haastatellaan ennen koulutusta ja toiminnan aloittamista. Haastatteluissa kartoitetaan muun muassa vapaaehtoistyöhön hakeutumisen motiiveja ja mielenkiinnon kohteita.

– Kyselemme ja kuuntelemme toiveita, elämäkokemuksia ja -tarinoita.

Saarenpää sanoo haastattelun ja keskustelun helpottavan kullekin parhaiten sopivan tehtävän löytämistä. Jo alkuvaiheessa koettu onnistuminen puolestaan vahvistaa kiinnostusta yhteisöön, hyvän kierrettä ja puskaradion toimintaa.

Peruskoulutusta ja työnohjausta

Vapaaehtoisten peruskoulutuksessa käydään läpi vapaaehtoistyön periaatteet, pelisäännöt ja toimintaohjeet. Samalla alkaa vapaaehtoisen identiteetin rakentaminen.

– Korostamme, että vapaaehtoisen rooli on eri kuin ammattilaisen eikä vapaaehtoistyö voi korvata julkisen sektorin tehtäviä. Kannustamme vapaaehtoisiamme myös sanomaan ei, Saarenpää huomauttaa.

Kuinka saada uusia vapaaehtoisia?

- » Kokeile rohkeasti sosiaalisen median mahdollisuuksia.
- » Luo puskaradiolle hyvät edellytykset toimia.
- » Hyödynnä paikallista mediaa ja lehtien järjestöpalstoja.
- » Keskity ensikohtaamiseen uuden vapaaehtoisen kanssa.
- » Tarjoa heti selkeää tekemistä.

Neuvokkaan toimintamalliin kuuluu toistakymmentä vapaaehtoistyön muotoa. Jotta uusi vapaaehtoinen löytäisi juuri hänelle sopivan tehtävän, tarjolla olevat tehtävät kannattaa kuvata selkeästi.

Vapaaehtoisen valittua tehtävänsä hänet perehdytetään siihen huolellisesti. Neuvokas järjestää vapaaehtoisille ryhmämuotoista työnohjausta, jossa vapaaehtoiset oppivat toisiltaan.

Vapaaehtoisten jaksamiseen syytä satsata

Koulutuksen lisäksi Neuvokas satsaa vapaaehtoistensa jaksamiseen.

– Vapaaehtoistyötä tekevällä pitää olla oma elämä ja oikeus määrittää aikaisesta tai kokonaan jättäytyä pois toimista, Saarenpää korostaa.

Vapaaehtoiset voivat myös vaikuttaa toiminnan sisältöihin. Vapaaehtoisten hyvinvointitimiissä – jossa arvioidaan ja kehitetään toimintaa – ovat edustettuina kaikkien vapaaehtoistyömuotojen edustajat. Hyvinvointitimiissä syntyi äskettäin esimerkiksi idea tarjota ikäihmisille ulkoilua vapaaehtoisen ajaman sähkökieräpyörän kyydissä.

Neuvokkaan koulutus- ja virkistyskalenteriin kootaan vuosittain järjestettävät koulutukset ja retket. Vapaaehtoistyöhön suoraan liittyvien kurssien lisäksi tänä vuonna tarjolla on ollut muun muassa luontoretkeä sekä villiyrtti- ja Uskalla unelmoida -kurssit.

– Koska kokemusten jakaminen on tärkeää, vapaaehtoisia kannattaa kutsua yhteisiin tapaamisiin. Se ►

- vahvistaa me-henkeä ja jaksamista, Saarenpää sanoo.

Nuorten kansalaistoimintaa verkossa

Valtakunnallisen YAD Youth Against Drugs ry:n päätavoitteena on ehkäistä huumausaineiden käyttöä nuorten ja nuorten aikuisten voimin. Vapaaehtoistoimintaa pyörittävät paikallistiimit.

Kaikkein nuorimmille eli 13-16-vuotiaille on suunnattu YAD:n verkkovapaaehtoistyö eli YAD Street Team. Toiminnanjohtaja **Janne Paananen** luonnehtii Street Teamia nykyaikaiseksi nuorten kansalaistoiminnaksi.

– Nuoret rekisteröityvät verkkosivuillamme tiimin jäseniksi ja alkavat suorittaa sivustolla olevia tehtäviä. Yksin tai porukassa, silloin kuin kullekin sopii.

– Hyväksytyistä tehtävistä saa pisteitä. Niitä keräämällä on mahdollisuus hankkia erilaisia palkintoja. Samalla saamme levitettyä hauskaalla tavalla huumekriittisyyttä ja -tietoisuutta.

Street Team on ylittänyt odotukset

Street Teamin tehtävät vaihtelevat tarrojen tai julisteiden liimaamisesta ja katutaiteen tekemisestä vaikka blogin kirjoittamiseen. Tarjolla on sekä elämyksellisyyttä että konkreettista toimintaa, johon on helppo osallistua ja jossa näkee käteensä jäljen.

Matala osallistumiskynnys tarjoaa tietysti hyvän ponnistuslaudan myös muuhun vapaaehtoistyöhön.

Mallia Street Teamiin YAD otti maailman suurimmalta eläinoikeusjärjestöltä PETAlta (People

for the Ethical Treatment of Animals). Ehkäisevässä päihdetyössä toimintatapa lieene edelleen ainutlaatuinen – ja erinomaisen tehokas.

Paananen kertoo, ettei Street Teamin toimintaa tarvitse enää edes mainostaa. Tänä vuonna tavoitteeksi asetettu toimijamäärä näyttää kolminkertaistuvan eivätkä YAD:n resurssit veny enempään.

Tiedän, mitä teet ensi keskiviikkona

Uusien vapaaehtoisten houkuttelemisessa infopiste- tai festarityöhön YAD hyödyntää sekä sosiaalista mediaa että omia vapaaehtoisiaan ja työntekijöitään.

Paananen mielestä henkilökohtainen vuorovaikutus toimii mainiosti myös nuorten keskuudessa. Tehokkain tapa on esittää asia määrätietoisesti.

– Olet ihan meidän näköinen tyyppi. Tiedän, mitä teet ensi keskiviikkona. Tule kello 18 tähän osoitteeseen, saattaa YAD:n työntekijä sanoa sopivassa tilanteessa sopivalle nuorelle.

Ensikontaktin jälkeen uudelle vapaaehtoiselle täytyy tarjota Paananen sanoin ”hiekkakasa lapioitavaksi”.

– Tarvitaan se ensi viikon keskiviikkoillan hiekkakasa eli jokin tehtävä hoidettavaksi. Sellainen saattaa olla pinssien painaminen, toimistotyö tai toiminnan suunnittelukokoukseen osallistuminen.

Viikonlopun mittaisen koulutuksen käytyään 13-vuotias vapaaehtoinen voi osallistua erilaisissa tapahtumissa tehtävään infopiste-työhön. Festarityö sopii yli 16-vuotiaille, festarivastaavaksi pääsee täytettyään 18. Festareilla kiertele myös päihde-ensiapukoulutuksen saanut Jalkautuva tiimi.

Kokemusasantuntijatoimintaan YAD hakee huumetaustaisia – mutta tietysti käytön lopettaneita – ihmisiä. Näitä vapaaehtoisia yhdistys etsii kohdennetusti esimerkiksi hoitopaikoista sekä omista verkostoistaan ja niihin liittyvistä verkostoista. ■



Kuva: Neuvokas

Huolenpitoa vapaaehtoistyön jälkeenkin

Vapaaehtoistyölle tulee jossain vaiheessa loppu. Neuvokas huolehtii vapaaehtoisistaan myös näiden voimien ehdyttyä.

– Meillä on runsaat 30 ikääntynyttä vapaaehtoista, joille tarjoamme vertaistukea, kertoo Vapaaehtoistyönkeskus Neuvokas-toiminnanjohtaja **Suvmaria Saarenpää**.

– Kymppiryhmä kokoontuu säännöllisesti kahvittelun ja kuulumisten merkeissä, ja aina alkuvuo-

desta kutsumme kaikki ikääntyneet vapaaehtoiset yhteiseen tapaamiseen.

Neuvokas paneutuu myös jokaisen veteraaninsa yksilöllisiin tarpeisiin.

– Kyselemme tarvetta esimerkiksi asiointiavulle tai juttukaverille. Olemme ottaneet käyttöön Mitä sinulle kuuluu? -puhelinpalvelun, jossa joku nykyisistä vapaaehtoisista soittaa viikoittain vanhalle kollegalleen. ■

Kansalaisareenan toiminnanjohtaja Leo Straniuksen mielestä vapaaehtoistoiminnan sääntöjä pitäisi selkeyttää ja vapaaehtoistyön tekemistä helpottaa.

Laki selkeyttäisi vapaaehtoistoimintaa

Aloitit Kansalaisareenan toiminnanjohtajana lokakuussa. Mitkä asiat ovat päällimmäisinä työpöydällä?

Ensi töikseni pääsin lokakuussa kansainvälisen vertaistuen päivän viettoon. Joulukuun alussa nimetään vuoden vapaaehtoinen ja järjestetään vapaaehtoistoiminnan messut. Lisäksi käynnistämme järjestön uuden strategian valmistelun.

Työttömänä voi tehdä vapaaehtoistyötä menettämättä työttömyysetuutta. Millaisissa tilanteissa syntyy eniten rajanvetoa?

Rajanveto on vaikeaa ja käytännöt ongelmallisesti vaihtelevia. Oleellista on se, millainen työnkuva on kokonaisuudessaan ja missä yhteisössä on vapaaehtoisena. Jos myy kahvia koko päivän ja vastaa siinä ohessa vaikka käteiskassasta, tilityksistä ja kaikesta kahvin myyntiin liittyvästä ja saa siitä palkkaa, on samaan aikaan kahvia vapaaehtoisena myyvän toimenkuvan oltava rajatumpi. Mutta jos vapaaehtoisella kahvin myyjällä on laaja toimenkuva, mutta kukaan ei ole koskaan siinä yhteisössä sillä toimenkuvalla saanut palkkaa, kyse on edelleen vapaaehtoistyöstä, jos hän

toimii vapaaehtoisena. Yrityksessä ei voi tehdä vapaaehtoistyötä menettämättä työttömyysetuutta. Poikkeuksena ovat yhteiskunnalliset yritykset.

Entä jos vapaaehtoista motivoisi pieni korvaus?

Varmasti monia motivoisi pieni korvaus. Silloin kyse ei kuitenkaan enää olisi vapaaehtoistyöstä. Jos palkkiona annetaan säännöllisesti pientä, muuta kuin suoraan kuluista aiheutuvaa korvausta, syntyy verottajan tulkinnan mukaan työsuhte. Tällä hetkellä jopa säännöllisesti aterian ilmaiseksi tarjoaminen palkkana vapaaehtoistyöstä katsotaan verottajan mukaan verotettavaksi tuloksi.

Missä tapauksissa vapaaehtoinen voi menettää työttömyystuen?

Esimerkiksi jos tekee vapaaehtoistyötä yritykselle. Viranomaisten sääntöjä pitäisi selkiyttää ja vapaaehtoistyön tekemistä helpottaa.

Miten paljon ja millaisiin asioihin Kansalaisareena pystyy vaikuttamaan mm. eduskunnan vapaaehtoistoiminnan tukiryhmän kautta?

Pyrimme vaikuttamaan lainsäädäntöön, joka on nyt vapaaehtoistyöntekijän kannalta erittäin sirpaleinen



ja vaikeasti hahmotettava. Suomeen tarvittaisiin vapaaehtoistoiminnan laki, jotta tilanne selkiytyisi.

Kansalaisareena on pystynyt vaikuttamaan siihen, että vapaaehtoistyön arvostus on kasvanut ja sen merkitys kansalaistoiminnan kivijalkana ymmärretään huomattavasti aiempaa paremmin. Lisäksi olemme saaneet aikaan sen, että oikeusministeriön demokratiaosastolla on nyt valtioneuvoston tasolla koordinaatiovastuu vapaaehtoistoiminnan kehittamisestä. ■



Sosiologian emeritusprofessori Martti Siisiäinen ja Keski-Suomen Yhteisöjen tuki ry:n kehittämispäällikkö Tiina Sivonen kansalaistoiminnan keskus Mataran tiloissa Jyväskylässä.

Hyvinvoinnin juuret ovat vapaaehtoistoiminnassa

Yhdistykset ovat ajaneet uudistuksia koulutukseen, sosiaaliturvaan ja kulttuuriin.

Anne Repo Kuvat Mikko Vähäniitty ja Työväen arkisto

Suomi on yhdistysten maa; useampi kuin joka kolmas meistä on ollut mukana vapaaehtoistoiminnassa.

– Yhdistyksiä on toki muissakin länsimaissa, mutta Suomessa kansalaisyhteiskunnalle ominainen toiminta on perinteisesti ollut yhdistysmuotoista. Se näkyy itsenäistymisprosessissa, poliittisissa liikehdinnöissä ja ylipäätään demokratian kehittymisessä, tiivistää sosiologian emeritusprofessori **Martti Siisiäinen**.

Yhdistystoiminta laajeni 1800-luvun puolivälin jälkeen. Silloin syntyivät jo vuonna 1831 perustetun Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran lisäksi muun muassa Kansanvalistusseura sekä vapaapalokunnat. 1900-luvun alussa oli jo koko maan kattava yhdistysverkosto, kuten Martat, nuorisoseurat sekä poliittisten suuntausten järjestöverkosto.

Yhdistysten avulla ratkaistiin ongelmia

Monet yhdistykset syntyivät reaktiona yhteiskunnallisiin ongelmiin.

Niin myös raittiusliikkeen edeltäjä Kohtuuden ystävät.

– Venäjän vallan alle siirtyminen aiheutti sen, että monet Ruotsin yhteydessä toimineet institutionaaliset sääntelyt loppuivat. Juoppous oli iso ongelma ja aiheutti suurta kärsimystä. Esimerkiksi viljaa, joka olisi tarvittu ruokaan, meni viinanpoltoon.

Raittiusliikkeen synty on Siisiäisen mukaan hyvä esimerkki siitä, miten arkielämän kärsimysten poistamisesta syntynyt vapaaehtoistoiminta laajenee yhteiskunnalliseksi liikkeeksi.

– **Irma Sulkusen** tutkimuksista käy ilmi, että juoppouden ongelmia ratkomaan perustettu liike alkoi kääntyä juoppoutta synnyttävän järjestelmän kritiikiksi. Sosiaalisen tietoisuuden syntyminen johti osaltaan työväenliikkeen syntyyn.

Kansanliikkeet kouluttivat jäsenistöään

Vaikka ensimmäisissä järjestöissä miehet dominoivat, olivat naiset mukana marttojen lisäksi raittiusliikkeessä ja muissa auttamiseen

tähdänneissä yhdistyksissä. Tästä on esimerkkinä **Miina Sillanpään** ura.

Siisiäinen muistuttaa myös, että varsinkin maaseudulla on ollut pitkälti naisten harjoittamaa, herätysliikkeiden ja kirkkojen yhteydessä toimivaa vapaaehtoistoimintaa.

Useimmat varhaisista liikkeistä syntyivät ylempiin säätyihin kuuluneiden aloitteesta, mutta niihin lähtivät mukaan myös alemmat säädyt. Siitä seurasi alimpien kansankerrosten sivistyminen, sillä liikkeet kouluttivat omia jäseniään, jotka etenivät merkittäviin tehtäviin – aina kansanedustajiksi ja ministereiksi asti.

Valtioon on luotettu

Siisiäisen mukaan yhdistysmuotoinen vapaaehtoistoiminta on ollut Suomessa tärkeämpää kuin muissa maissa. Syynä on se, että Suomessa on ollut vain vähän vaihtoehtoisia kollektiivisen toiminnan tapoja.

– Esimerkiksi Ranskassa tai Italiassa kansalaiset ovat lähteneet herkemmin kaduille mielenosoituksiin, ja valtiota on pidetty pikemminkin vihollisena kuin kumppanina.



Jämsänkosken työväenyhdistyksen vappujuhlaa vietettiin vuonna 1910, neljä vuotta ennen Suomen Työväen Raittiusliiton (STR) perustamista.

Sen sijaan Suomessa kansalaisilla on kokemus, että he ovat voineet vaikuttaa asioihinsa järjestöjensä kautta. Valtio on koettu pikemminkin luottamuksen arvoisena instituutiona.

Muun muassa yhtenäiskoulu, työttömyysvakuutus, sosiaaliturvan monet osa-alueet ja kulttuurimuodot ovat syntyneet kansalaisten liikehdinnästä ja yhdistysten ideoimina tai vaatimina.

Ilman kansalaisyhteiskuntaa ei synny demokratiaa

Emeritusprofessorin mukaan ilman kriittistä kansalaistoimintaa ei ole toimivaa demokratiaa.

– Esimerkiksi Itä-Euroopan maissa, kuten Venäjällä, joissa ei ole koskaan ollut vapaata, moniarvoista kansalaisyhteiskuntaa, toimivan demokratian rakentaminen 2000-luvullakin on ollut suurissa vaikeuksissa. Demokratiaa ei ole voitu rakentaa, koska kansalaisten ja valtion välillä ei ole yhdistysten muodostamaa puskuria.

Sen sijaan Suomessa ja monissa muissakin länsimaissa tällainen –

vaikkakin vaihtelevasti toiminut – puskuri on ollut.

Järjestötoiminta on myös kesytännyt anarkistisia ja kumouksellisia liikkeitä sekä pitänyt yllä yhteiskuntarauhaa.

– Kaikki laajat liikkeet Suomessa ovat omaksuneet yhdistystoiminnan periaatteet, joissa johto valitaan demokraattisesti ja asioita viedään eteenpäin järjestäytyneesti.

Eliitin ja kansan välissä

Kansalaisyhteiskunta on ollut myös ehkäisemässä niin sanotun massayhteiskunnan syntyä. Sellaisessa yhteiskunnassa pieni valtaeliitti erkaantuu ”tavallisen kansalaisen” arjesta, eikä niiden välillä ole juurikaan ollut yhdistäviä siteitä.

– Kommunikaatio kulkee silloin suoraan hallitsevan keskuksen ja

atomisoituneen ”massan” välillä. Yhdysvalloissa tämänkaltaisen tulkintamalli saattaisi soveltua

Donald Trumpin ja häntä äänestäneiden, vähän koulutettujen valkoisten suhteeseen. Kansalaiset olisivat suoraan eliitin vaikutusvallan alaisina, ja eliitti tai poliittinen johtaja puolestaan joutuisi kalastelemaan rivijäsenten suosiota vallassa pysyäkseen.

Siisiäinen näkee nyky-Suomessakin joitakin massayhteiskunnan merkkejä. Sellainen voisi olla toiminnan painopisteen

siirtyminen yhdistyksistä sosiaalisen median suuntaan.

– Sosiaalisessa mediassa jostakin epäkohdasta syntyy usein hetkellinen kuohahdus, joka ei kiteydy sellaisiksi muodoiksi, joille voitaisiin rakentaa pysyviä parannuksia. Sosiaalinen media voi esimerkiksi nopeuttaa demokratian vastaisten liikkeiden leviämistä.

Hän huomauttaa kuitenkin, ettei ole syytä unohtaa monia myönteisiä, uusia yhdistystoiminnan piirteitä. Hän ottaa esimerkin nuoria työttömiä koskevasta tutkimuksesta: päihdekierteen katkaisemisessa parhaimpiin tuloksiin päästiin vertaistukeen pohjautuvissa, matalan kynnyksen yhdistyksissä. Tällaisena yhteisönä tutkimuksessa mainittiin esimerkiksi YAD Youth Against Drugs -yhdistys. ■



”Ilman kriittistä kansalaistoimintaa ei ole toimivaa demokratiaa.”

– Martti Siisiäinen

"Vapaaehtoistoiminnassa parasta on vastavuoroisuus"

Kysyimme neljältä vapaaehtoistyötä tekevältä henkilöltä, minkälaista työtä he tekevät ja miksi. Kaikki haastateltavat kokevat vapaaehtoistyössä parasta olevan uusiin ihmisiin tutustumisen ja heidän auttamisensa.

Marjo Rinne Kuvat Haastateltujen omia, Niina Lyijynen kuva Jaakko Tiikasalo

1. Mitä vapaaehtoistyötä teet?

2. Miksi ryhdyit vapaaehtoiseksi?

3. Mikä on vapaaehtoistyössä parasta? Mikä on vapaaehtoistyössä kokemasi kohokohta?

Jouni Korpela 58, Lahti

1. Olen toiminut Elokolo-vapaaehtoisena Lahden Elokolossa lähes kolme vuotta. Toimin yleismies-Jantusena, joten teen kaikenlaista. Huolehdin muun muassa ruuan hausta ruokajakelua varten tiistaisin ja keskiviikkoisin.

2. Asuin lähellä Elokoloa ja pistäydyin kerran sisään. Viihdyin Elokolossa, tykkäsin sen porukasta ja pikkuhiljaa rupesin auttelemaan erilaisissa askareissa.

3. Parasta on uusien kaverien saaminen, ihmisten auttaminen ja hyvän mielen saaminen. Erityisiä kohokohtia vapaaehtoistyössä ovat olleet Tipattoman tammi-kuun alkoholittoman drinkkibaarin baarimikkona toimiminen ja Vuoden vapaaehtoinen 2016 -tunnustuksen saaminen EHYTiltä. Huomionosoitus tuntui hyvältä.



Liisa Opara 65, Turku

1. Aloitin vapaaehtoistyön vuosia sitten toimimalla vapaaehtoisena nuorten tukiasumisen parissa. Sen jälkeen toimin Tietu ry:ssä tukihenkilönä. Tällä hetkellä toimin vapaaehtoisena Operaatio Ruokakassi ry:ssä ja EHYT ry:ssä. Operaatio Ruokakassissa aloitin viisi ja puoli vuotta sitten, EHYTissä neljä vuotta sitten.

2. Ryhdyin vapaaehtoiseksi, sillä kaipasin yritystoiminnan rinnalle muunlaista tekemistä. Omat lapset olivat jo isoja, ja halusin työskennellä nuorten parissa.

3. Vapaaehtoistyössä parasta on vastavuoroisuus ja ihmisten tapaaminen erilaisissa elämäntilanteissa. Tapaamisista saa uusia näkökulmia elämään ja asettuminen muiden asemaan helpottuu. Ymmärrys lisääntyy. Hienoja hetkiä vapaaehtoistyössä ovat olleet sen näkeminen, että ihmiset pääsevät eteenpäin elämässään. Eräs kohokohta oli, kun tyttö, jolle toimin tukihenkilönä sai lapsen. Kävin tapaamassa heitä sairaalassa. Hetki oli niin sykähdyttävä, että se on jäänyt mieleen.





Niina Lyijynen 51, Helsinki

1. Toimin aktiivisesti Kallio-liikkeessä (vuodesta 2011) ja Helsingin Sosiaalinen Oikeudenmukaisuus ry:ssä (vuodesta 2012). Olen myös toiminut tukihenkilönä itsenäistyvälle nuorelle muuttaman vuoden ajan 2000-luvun alkupuolella.

2. Nimittäisin itseäni kaupunkiaktivistiksi ja kansalaistoimijaksi. Nämä ovat osa mun elämäntapaa ja ystäväpiirissä on paljon erilaisia kansalaistoimijoita ja yhteisön rakentajia. Vapaaehtoinen-nimitys kalskahtaa hieman mun korvaan, mutta mielestäni jokaisen hyväosaisen ja etuoikeutetun kuuluisi tehdä jonkinlaista talkootyötä paremman maailman hyväksi.

3. Parasta tässä on se tunne, että ilman rahaa ja pakkoa voi saada uskomattoman hienoja asioita aikaan ja tuntea yhteenkuuluvuutta samanmielisten ihmisten kanssa. Tosi hyvää vastapainoa vaativalle palkkatyölleni johtotehtävissä. Kohokohtia on paljon, mutta just nyt mieleeni nousee Korttelikeittiö vuosien takaa Helsinginkadulla. Tarjottiin kuumaa kasviskeittoa kulkijoille, oli tosi kylmä ja viimainen ilta. Eräs elämässä väsynyt nuori mies tuli siihen ruokailemaan ja oli niin onnellinen hyvästä seurasta ja ruuasta, että jäi mun kanssa tiskaamaan sopalautasia. Oltiin vertaisia ja juteltiin kaikenlaista. Ihminen ihmiselle. Siitähän tässä on kyse. ■



Heidi Louhelainen 29, Jyväskylä

1. Aloitin vapaaehtois-työt tänä vuonna alkuvuodesta. Olen osallistunut erilaisiin tapahtumiin vapaaehtoisena ja auttanut niiden järjestelyissä sekä toteutuksessa. Suurin tapahtuma oli tämän vuoden Päihdepäivät, jonka lisäksi olen auttanut joissain pienemmissä tapahtumissa.

2. Innostuin vapaaehtoistyöstä opintojeni kautta. Opiskelen Jyväskylän yliopistossa terveystieteiden ja olen kiinnostunut muun muassa päihteiden käytön ehkäisemisestä. Teen graduani sosioekonominen aseman yhteydestä nuorten alkoholin käyttöön, joten aihealue on lähellä sydäntäni. Pidän EHYTin arvomaailmasta, joten teen mielelläni yhteistyötä heidän kanssaan.

3. Minulle parasta vapaaehtoistyössä on ollut tutustua niin mahtaviin ihmisiin. Yhteistyö on ollut todella antoisaa ja siksi osallistun mielelläni tapahtumiin, jos minusta vain on mitään apua. Mieleenpainuvien hetki vapaaehtoisena oli kohdata asunnottomia ihmisiä Asunnottomien yössä ja kuulla heidän tarinoitaan. On hyvä muistaa, että Suomessakin on yllättävän paljon asunnottomia.

Miten päihteettömyyden teoria ja käytäntö kohtaavat urheiluharrastuksissa, joissa perinteisesti monet vanhemmat tekevät vapaaehtoistyötä?

Matti Välimäki Kuvat Valtteri Kantanen

Oikeus päihteettömään harrastusympäristöön

Eiija Alaja on seuratoiminnan asiantuntija Suomen Olympiakomiteassa. Hän on osallistunut Olympiakomitean edustajana myös Päihteen pelikenttä -verkostoon, jossa keskeisenä ideana on, että lapsilla on oikeus päihteettömään harrastusympäristöön.

Sanna Lassila on 11-vuotiaan Veikan ja 9-vuotiaan Valtin äiti. Pojat harrastavat suunnistusta Helsingin Jyryssä, joka on EHYT ry:n jäsenjärjestö. Sanna toimii seurassa yhtenä vetäjänä. Pojat harrastavat toisaalla myös uintia ja triathlonia. Sanna harrastaa itsekin triathlonia ja rogaining-kuntosuunnistusta – ja valmentaa triathlon-nuoria.

Kutsuimme naiset keskustelemaan urheilusta, päihteettömyydestä ja vapaaehtoistyöstä.

Urheilu pitää lapset pois pahanteosta – ja suojaa esimerkiksi päihneiden käytöltä. Näin taidettiin ajatella varsinkin takavuosina. Mutta onko asia noin yksinkertainen?

Eija Alaja (EA): Ihan noin simppele asia ei tietenkään ole. Urheiluseurassa toimiminen tarjoaa nuorelle muun muassa kavereita, kiva

tekemistä ja voi innostaa häntä pitämään huolta terveydestään läpi elämän. Urheilu ei ole kuitenkaan mikään muusta elämästä irrallinen saareke. Seuroissakin on mietittävä muun muassa suhtautumista päih-teisiin – miten asioita käsitellään nuorten kanssa ja millaista esimerkiksi valmentajilta, vanhemmilta ja vapaaehtoistyötä tekevilta odotetaan.

Sanna Lassila (SL): Omat poikani ovat vielä sen verran pieniä, että asia ei ole kovin ajankohtainen. Valmennan myös triathlonryhmää, jossa on paljon eri-ikäisiä lapsia ja myös yläasteikäisiä nuoria. Porukka on kuitenkin fiksua ja yhteen hitsautunutta. Tuntuu, että hieman isommat näyttävät pienemmille hyvää esimerkkiä. Mutta joskus, jos joku jättäytyy ryhmästä kokonaan pois, niin mieleen tulee, että mitä kaikkia syitä taustalta löytyy.

Miten urheiluseuroissa pitäisi puhua päihteistä?

EA: Päihdeasioista kannattaa puhua silloin, kun seurassa keskustellaan muutenkin yleisistä toimintatavoista. Käsiteltäviä asioita voivat olla esimerkiksi suhtautuminen nuuskaan ja minkälaista käytöstä nuorilta, vanhemmilta, valmen-

tajilta ja vapaaehtoistyötä tekeviltä odotetaan pelimatkoilla. On myös hyvä päättää etukäteen, mitä yhdessä laadittujen sääntöjen rikkomisesta seuraa. Hyviä työkaluja pelisääntökeskusteluihin löytyy Urheilun Pelisäännöt -toimintamallista, josta löytyy myös aineistoa päihdeasioiden käsittelyyn.

SL: Yksi avainsana on varmasti tuo ”yhdessä”. Mielestäni on tärkeää, että nuoret otetaan alusta lähtien mukaan keskusteluihin. Pitäisi välttää tilanteita, että ylhäältä päin vain sanellaan sääntöjä, että näin tehdään, pulinat pois. Koulussakin tehdään nykyään valtavasti erilaisia ryhmätöitä, keskustellaan ja opitaan yhdessä.

Sinänsä tuo, että tietoa päih-teidenkäyttöön liittyvistä riskeistä tulee valmentajilta ja seuralta, vapaaehtoistyötä tekevilta, voi olla aika otollinen asetelma. Nuori saattaa kuunnella esimerkiksi arvostamaansa valmentajaa joissakin asioissa jopa tarkemmin kuin vaikkapa vanhempiaan.

Saako vanhempi ottaa lapsen pelireissulla ruuan yhteydessä lasillisen viiniä tai olutta?

SL: Tämä on aika vaikea kysymys. Voisihan tuota ajatella niinkin, että vanhempi voi näyttää tuolla tavalla



Helsingin Jyryn vapaaehtoinen Sanna Lassila ja Suomen Olympiakomitean Eija Alaja ovat samaa mieltä siitä, että urheiluseuroissa on mietittävä suhtautumista päihteisiin ja esimerkiksi sitä, mitä vapaaehtoisina toimivilta vanhemmilta odotetaan.

Päihteistä kannattaa puhua silloin, kun seurassa puhutaan muutenkin yleisistä toimintatavoista.

lapselle mallia fiksusta alkoholin käytöstä.

EA: Tämä on yksi asia, josta kannattaa sopia yhdessä etukäteen selvät pelisäännöt. Itse suosittelisin sitä, että lasten harrastusten yhteydessä ei käytettäisi lainkaan alkoholia. Lapset eivät tulkitse tuollaisia tilanteita välttämättä vanhempien tavoin, vaan he saattavat ajatella, että "taas ne kaljoittelee". On myös huomioitava, että vanhempien joukossa saattaa olla myös heitä, joilla lasillinen ei jää yhteen.

Miksi urheilu ja nuuskan käyttö tuntuvat kulkevan usein käsi kädessä?

EA: Tuo on erittäin ikävä ilmiö. Taustalla on varmasti esimerkiksi se, että nuoret eivät tiedä, että nuuska sisältää 20 kertaa enemmän nikotiinia kuin tupakka. Nuuska-teollisuus markkinoi tuotteitaan erittäin voimakkaasti juuri nuorille. Tarjolla on esimerkiksi valtavasti erilaisia tuotteita ja erilaisia rasioita, muun muassa tytöille suunnattuja pinkkejä pakkauksia.

SL: Tarjolla on myös paljon erilaisia makuja, esimerkiksi vadelmanmakuista nuuskaa. On varmasti totta, että nuuskaa pidetään jotenkin turvallisempana vaihtoehtona kuin tupakkaa. Nuorille ja heidän vanhemmilleen pitäisi kertoa enemmän asiasta.

Urheilua harrastavat nuoret eivät varmaan juurikaan tupakoi. Mutta vieläkö sitä näkyy, että kun lapset on kuskattu urheiluhallille, niin vanhempia kerääntyy tupakoimaan hallin oven eteen?

EA: Valitettavasti. Vanhemmat eivät ymmärrä sitä, minkä viestin he antavat. ▶



”Tärkeää on ollut yhteisöllisyys ja tutustuminen muihin vanhempiin.”

– Sanna Lassila

SL: Kun julkisuuteen nousee tuollaisia tapauksia ja jos nuoret niistä puhuvat, niin siinä on tietenkin yksi hyvä paikka keskustella päihteistä ja niiden vaikutuksista.

Mitä lapsen urheiluharrastuksessa mukana oleminen – ja vapaaehtoistyö urheiluseurassa – voi tarjota vanhemmalle?

SL: Se on tarjonnut minulle mukavaa yhteistä aikaa ja tekemistä omien lasten kanssa, samalla olen päässyt tutustumaan hienosti myös lasten kavereihin. Erittäin tärkeää on myös yhteisöllisyys ja tutustuminen muihin vanhempiin.

EA: Usein puhutaan siitä että seurojen vapaaehtoistyöhön on vaikeaa houkutella väkeä. Mutta kummasti sitä kuitenkin aina löytyy heitä, jotka ovat valmiita antamaan vapaaehtoistyöhön aikaansa ja energiaansa.

Vapaaehtoistyö voi tarjota tärkeää elämänsisältöä, ja tosiaan, tuo sosiaalinen puoli on keskeinen.

Kun lapsilta itseltään kysyy, että mikä urheilussa on kivointa, niin yleisin vastaus on että ’kaverit’. Se taitaa mennä vähän noin myös vanhempien kanssa. ■

Päihteetön pelikenttä -esite antaa vinkkejä urheiluseuroille päihteettömyyden edistämiseksi.



www.ept-verkosto > Materiaalitietokanta > Päihteetön pelikenttä

- Kaikki vanhemmat ja seuroissa vapaaehtoistyötä tekevät eivät ehkä ymmärrä sitäkään, että he näyttävät nuorille mallia myös sosiaalisessa mediassa. Jos valmentaja hyväksyy nuoria Facebook-kavereikseen, niin hänen kannattaa olla varovainen illanviettoihin liittyvien päivitysten kanssa.

SL: Nuorten tupakointi on vähentynyt ilahduttavasti. Monet nuoret ovat myös muuten paljon fiksumpia kuin takavuosien nuoret. Olen kuullut nuorilta, että esimerkiksi se, että joku on ollut humalassa, koetaan noloksi. Ennenhän tuollaisilla asioilla saatettiin jopa kerskailla.

Tämän syksyn suosituimpia tietokirjoja on elämäkerta, jossa tunnettu jääkiekkoilija kertoo paitsi urastaan myös päihdeseikkaluistaan. Mitä ajatuksia tämä herättää?

EA: No, eihän tuollainen tietenkin hyvältä tunnu – jos ja kun päihteen käytöstä ei sanouduta selkeästi irti. Tuollaiset tarinat tietenkin murentavat sitä työtä, mitä me yritämme tehdä. Kyse on kuitenkin yksittäistapauksista. Myös esimerkiksi Jääkiekkoliitto on tarkistanut hienosti linjaansa. Kun joukkueet juhlivat hyviä saavutuksiaan, niin näkyvillä ei ole enää olutpulloja.

"Vapaaehtois-
toiminta on
kansalais-
oikeus."



Antaessaan saa – kunta ja kuntalaiset

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on kunnan keskeisin tehtävä. Vuoden 2019 alusta hyvinvointi on myös maakuntien vastuulla. Kunnat ovat avainasemassa erityisesti ehkäisevissä hyvinvointipalveluissa, kuten ehkäisevässä päihdetyössä, jota tehdään sivistystoimen, varhaiskasvatuksen, liikunnan, kulttuurin, muiden vapaa-ajanpalveluiden ja nuorisotoimen piirissä.

Ihmiset tekevät vapaaehtoistyötä omista lähtökohdistaan. Vertaisryhmän ohjaajien vahvan motivoitumisen juuret ovat kahtalaiset: vapaaehtoinen haluaa laittaa saamansa hyvän kiertämään tai olla vaikuttamassa omalla toiminnallaan siihen, ettei kukaan jäisi ilman tukea niin kuin on itse kokenut jääneensä. Vapaaehtoistoiminnan ytimessä on vastavuoroisuus ja vapaaehtoiset kertovat toiminnan palkitsevuudesta, siitä kuinka antaessaan saa.

Vapaaehtoistyön näkeminen julkisten palvelujen täydentäjänä oli hallitsevaa 1990-luvulle asti. Tulemme vielä näkemään monta epäonnistuneeksi tuomittua yritystä siirtää vapaaehtoisten vastuulle tehtäviä, joiden suorittamiseen he eivät ole saaneet tarvittavia edellytyksiä, koulutusta, valmennusta, johtamista tai työnohjausta tai tehtävät eivät ylipäättään sovellu vapaaehtoistehtäviksi. Laadukas vapaaehtoistoiminta on muuta kuin julkisten palvelujen täydennys. Se on kansalaistoiminnan ydintä.

Euroopan vapaaehtoistoiminnan toimenpideohjelmassa (PAVE 2011) vapaaehtoistoiminnan nähdään edistävän osallisuutta, rakentavan luottamusta ja sosiaalista pääomaa sekä luovan uusia yhteiskunnallisen vaikuttamisen muotoja. Vapaaehtoistoiminnan nähdään

lisäävän menestyvän kansalaisyhteiskunnan kehittymistä, tarjoavan luovia ja kekseliäitä ratkaisuja yhteisiin ongelmiin sekä edistävän taloudellista kasvua.

Järjestöistä, kunnista ja verkosto- ja kumppanuusyhteistyöstä löytyvät perusrakenteet kansalaistoiminnalle ja laadukkaalle vapaaehtoistyölle. Niin Suomen itsenäistymisen kuin kuntien ja ammattien rakentumisen kivijalat löytyvät vapaaehtoistoiminnasta ja ihmisten liittymisestä yhteen.

Kun hyvinvointi-Suomea 1960–80-luvuilla rakennettiin, järjestöjen ja vapaaehtoistoiminnan arvostus oli alimmillaan. Sen nähtiin erityisesti hoivan alueella vaarantavan ammattien kehittymisen. Vasta 1990-luvun talouskriisi teki tilaa myös vapaaehtoistoiminnalle.

Syrjäytymisestä on tullut yksi yhteiskunnan suurimpia turvallisuusriskejä. Työelämään ja työn tekemiseen ennustetaan valtavaa murrosta. On löydettävä uusia tapoja kansalaisten kiinnittymiseksi yhteiskuntaan. Kansalaistoiminta, vapaaehtoistyö ja vertaisten tuki sitovat ihmisiä yhteen, vahvistavat kansalaisyhteiskuntaa ja ehkäisevät syrjäytymistä. Vapaaehtoistoiminta on tärkeätä niin lapsille, nuorille, työttömille, riippuvuuksista kärsiville, vammaisille, turvapaikanhakijoille, senioreille kuin ruuhkavuosissa temmeltäville aikuisillekin. Vapaaehtoistoiminnan on löydettävä tiensä korkeakouluopetukseen ja varhaiskasvatukseen, järjestöihin ja yhteisöihin, kohtaamispaikkoihin ja työyhteisöihin. Jokaisella on oikeus kokea olevansa merkityksellinen. Vapaaehtoistoiminta on kansalaisoikeus.

Anitta Raitanen

*Kansalaisareenan toiminnanjohtaja
2007–2017*



Tule mukaan vapaaehtois-toimintaan!

Mitä voit tehdä EHYTin vapaaehtoisena?

- olla mukana tapahtumissa ja avustaa niissä
- osallistua toimintaan Elokoloissa ja kohtaamispaikoissa
- viestiä, vaikuttaa ja keskustella esimerkiksi sosiaalisessa mediassa
- osallistua Ensihuoli-koulutukseen, kannustaa ja tukea läheisiäsi
- tulla mukaan monipuoliseen toimintaan jäsenyhdistyksissämme
- kertoa meille mitä muuta haluaisit tehdä

Ilmoittaudu vapaaehtoiseksi,
niin otamme sinuun yhteyttä!

www.ehyt.fi/vapaaehtoistoiminta

