

MITÄ VAPAAEHTOISTOIMINTA ON?



**VAPAAEHTOISENA
PALVELUKOTI
MÄNTYRANNASSA**

VAPAAEHTOISUUS

Jokainen tulee mukaan toimintaan vapaaehtoisesti, omasta halustaan ja tahdostaan. Jokainen saa valita itselleen parhaiten sopivan toimintamuodon sekä päättää kuinka paljon aikaa toimintaan käyttää. Myös toiminnan aikana vapaaehtoisen voi valita tehtävänsä niin, että se tuottaa hänelle iloa ja hyvää mieltä. Jokaisella on oikeus lopettaa vapaaehtoisena toimiminen silloin kun hän haluaa.

MIKSI MUKAAN VAPAAEHTOISTOIMINTAAN?

Vapaaehtoisena toimiminen on tärkeää ympäröivälle yhteisöllesi ja koko yhteiskunnalle. Vapaaehtoisena voit tutustua erilaisiin ihmisiin ja saat uutta sisältöä elämääsi. Vapaaehtoistoiminta tarjoaa mahdollisuuden henkiseen kasvuun. Uusi tehtävä antaa mahdollisuuden auttaa, kohdata ja tehdä erialista työtä tai ammattilaisten kyseessä ollen työtä samantapaistenkin haasteiden kanssa, mutta eri tavalla vailla pakkoa ja velvollisuuden tunnetta. Uudet tehtävät voivat olla jotain, mitä on kaivannut, mutta johon ei ole ollut aikaisemmin mahdollisuutta.

MITÄ VAPAAEHTOINEN SAA?

Vapaaehtoisena toimiessasi Sinä saat mielenkiintoisen ja mielekkään harrastuksen, uusia ystäviä vanhuksista ja toisista vapaaehtoisista, auttamisen ja tekemisen iloa sekä hyvää mieltä ja lisäksi kokemuksen että olet tärkeä ja odotettu vieras. Tämän lisäksi vapaaehtoisille järjestetään perus- ja teemakoulutusta Mäntytyrannassa sekä ohjataan myös muiden tahojen järjestämiin koulutuksiin. Vapaaehtoisille järjestetään virkistystä ja muita tapahtumia. Vapaaehtoisena voit olla mukana myös kehittämässä vapaaehtoistoimintaa.

Hätätilanteissa esim. kävelyllä ollessa soita ambulanssi (puh. 112) ja ilmoita asiasta Palvelukotiin. Muissa tapauksissa ota yhteyttä Palvelukotiin (puh. 09-540 4860)

MÄNTYRANNAN PÄIVITTÄINEN AIKATAULU

Ilmoita aina etukäteen, milloin olet tulossa. Palvelukodissa voi olla tilanteita, jotka tulevat yllättäen.

Palvelukodissa syödään aamiaista kello 7.00-10.00. Lounas tarjoillaan 12.00-13.00. Päiväkahvit ovat kello 15.00-15.30 ja päivällinen tarjoillaan kello 17.30-18.30. Iltapala on katettu seisovaan pöytään kello 20.00.

TOIMINNAN PELISÄÄNNÖT MÄNTYRANNASSA

1. Kaikki ovat saman arvoisia.
2. Kannustava työote.
3. Avoimuus, palautteen anto ja vastaanotto
- jokaisella on oikeus tuoda työssä askarruttavat asiat esille yhteisesti käsiteltäväksi.
4. Pidetään kiinni sovituista asioista.
5. Kuunnellaan kaikkien ajatuksia ja otetaan vakavasti.
6. Elinikäinen oppiminen.
7. Luotetaan, että jokainen hoitaa työtehtävänsä työnjaon mukaan.
8. Pyydetään, tarjotaan ja annetaan apua tarvittaessa.
9. Ei puhuta asukkaiden asioista muiden asukkaiden eikä omaisten kuullen.
Ei puhuta asukkaiden yli.
10. Ollaan ihmisiksi ihmisten kanssa!

Esimerkkejä toimintatavoista:

- lukeminen, keskustelu, läsnäolo
- ulkoilu
- pelaaminen
- teatterissa, uimassa, taidenäyttelyssä käynti
- käsityöt, taidepiiri
- leipominen
- ostoksilla käynti, kahvilla käynti
- valokuvien katselu, muisteleminen
- laulaminen, soittaminen
- runojen lausunta
- puutarhan hoito
- elokuvien katselu
- saattoapu lääkäriin, kirkkoon, retkille ym.
- vaatteiden nimikointia, korjausta, pyykinpesua, talon yleistä kunnossapitoa ym. (jos ei halua olla seurana)

TEHTÄVÄT, MITKÄ EIVÄT KUULU VAPAAEHTOISELLE

- lääkkeiden antaminen
- nostaminen, kantaminen
- pukeminen
- wc:ssä avustaminen

MISTÄ SAA TUKEA TAI APUA?

Projektivastaava Riikka Näätäseen voi ottaa yhteyttä kaikissa Palvelukodin vapaaehtoistoimintaan liittyvissä asioissa. Jos hän ei ole paikalla, toiminnanjohtaja Eija Huovinen voi auttaa. Palvelukodissa järjestetään joka toinen kuukausi vertaistukiryhmän tapaaminen, missä on mahdollisuus purkaa mieltään ja vaihtaa ajatuksia sekä kuulumisia toisten vapaaehtoisen kanssa. Paikalla on myös Palvelukodin henkilökuntaa tarvittaessa. Lisäksi tarvittaessa on mahdollisuus henkilökohtaisiin tapaamisiin.

MITÄ VAPAAEHTOISELTA EDELLYTETÄÄN?

LUOTETTAVUUTTA

Vapaaehtoinen on luotettava. Jokainen tekee ajallaan ja mahdollisimman hyvin ne tehtävät, jotka hän on luvannut tehdä. Jokaisella on oikeus itse määritellä kuinka pitkäksi aikaa hän haluaa sitoutua, mutta tästä lupauksesta hänen on pidettävä kiinni. Tärkeää on vapaaehtoistoiminnan ja oman elämän välinen tasapaino.

TASA-ARVOISUUS

Vapaaehtoistoiminnassa kaikki osapuolet kohtaavat tasa-arvoisina, joskin erilaisina. Jokaista mukana olevaa arvostetaan ja heidät hyväksytään omana itsenään. Jokaisen tietoja ja taitoja tarvitaan ja käytetään yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi.

VASTAVUOROISUUS

Vapaaehtoistoiminta on ihmisten välistä vastavuoroista toimintaa. Jokainen toimintaan osallistuva tuo vuorovaikutukseen oman panoksensa. Näistä osasista muodostuu toiminnan kokonaisuus, joka on usein enemmän kuin osastensa summa. Tästä ihmisten välisestä toiminnasta jokainen osallistuva saa jotakin myös itselleen. Toiminnan tavoitteena on tuottaa hyvää mieltä kaikille siihen osallistuville.

PALKATTOMUUS

Vapaaehtoistoiminnasta ei makseta palkkaa. Vapaaehtoisen palkka on toiminnasta saatu hyvä mieli ja ilo sekä tunne siitä, että on tarpeellinen ja saa tehdä hyvää.

EI AMMATTIMAIUUUS

Vapaaehtoistoinnassa on tärkeintä kyky kuunnella ja olla läsnä, olla ihminen ihmiselle. Vapaaehtoistointa ei korvaa ammatillista työtä. Jokainen vapaaehtoinen tuo toimintaan uuden, turvallisen ihmissuhteen ja sen mukana omat taitonsa, elämäkokemuksensa ja persoonallisuutensa.

LUOTTAMUKSELLISUUUS JA VAITIOLOVELVOLLISUUUS

Vapaaehtoistointa on luottamuksellista toimintaa. Vapaaehtoinen on vaitiolovelvollinen eikä levittele toiminnassa saamia tietoja asiaankuulumattomalla tavalla. Ongelmatilanteessa vapaaehtoisella on oikeus ja velvollisuus keskustella tilanteesta ammattilaisten kanssa eikä hänen tarvitse kantaa yksin vastuuta asian selvittämisestä.

SUVAITSEVAISUUUS

Vapaaehtoinen kunnioittaa ja hyväksyy sen, että ihmisillä voi olla erilainen tausta ja erilaisia mielipiteitä. Vapaaehtoinen ei tuputa omia käsityksiään, ei tuomitse eikä pyri vaikuttamaan muiden käsityksiin. Vapaaehtoistoinnassa suvaitaan kaikkia mukana olevia heidän kansallisuudestaan, ihonväristään, uskonnostaan tai muista tekijöistä riippumatta.

PUOLUEETTOMUUUS

Vapaaehtoistoinnassa toimitaan tasapuolisesti kaikkien edun mukaisesti. Vapaaehtoinen ei asetu kenenkään puolelle vaan pyrkii toimimaan yhteistyössä eri osapuolten kanssa. Mahdollisissa ongelma- ja riitatilanteissa vapaaehtoinen toimii rakentavasti ja tilannetta helpottavasti luottaen siihen, että ihmiset pystyvät itse selvittämään keskinäiset ongelmansa.

AUTETTAVAN EHDOLLIA TOIMIMINEN

Jokainen ihminen vastaa itse elämästään, tekemisistään, menemisistään ja tulemisistaan. Itsemääräämisoikeus on yksi ihmisen perusoikeuksista ja niin kauan kun ihminen ei vahingoita itseään tai muita, tätä oikeutta on kunnioitettava. Vapaaehtoinen ei voi tehdä päätöksiä toisen puolesta, vaan hän toimii rinnalla kulkijana, kuuntelijana ja tukena.

YHTEISTYÖ

Vapaaehtoinen toimii tuettavien, ammattityöntekijöiden, omaisten ja ystävien tukena ja kumppanina.

VAPAAEHTOISEN OIKEUDET

Vapaaehtoisella on **oikeus**

- sitoutua itselleen sopivaksi ajaksi itselleen sopivaan tehtävään
- perehdytykseen, tukeen, ohjaukseen ja huolenpitoon
- yhteistyöhön ammattihenkilöiden kanssa
- saada iloa ja jaksamista
- lopettaa toiminta halutessaan

VAPAAEHTOISENA MÄNTYRANNASSA

Kaikki Palvelukoti Mäntyranassa toimivat vapaaehtoiset on vakuutettu talon puolesta vahinkojen varalle.

MITÄ MÄNTYRANNASSA VOI TEHDÄ?

Vapaaehtoiselta kysytään aina ensin, mitä hän haluaisi tehdä. Mäntyranassa kaikenlainen toiminta on mahdollista. Meillä voi olla henkilökohtaisena ystävänä tai vetää ryhmiä.