

Tule vapaaehtoiseksi puhelinkaveriksi ikäihmiselle!



Jututtaja-hanke 2023–2025

Haluatko olla vapaaehtoinen puhelinkaveri eli Jututtaja?

Voit olla sopiva vapaaehtoinen puhelinkaveri eli Jututtaja, jos

- keskustelet mielelläsi ikäihmisten kanssa
- haluat tehdä vapaaehtoistyötä etänä missä vain
- haluat oppia uusia asioita
ja tutustua uusiin ihmisiin
- tykkäät puhua puhelimessa

Jututtajana voit jutella ikäihmiselle,
joka tulee samasta kulttuurista kuin sinä.

Jos tunnet jo jonkun yksinäisen ikäihmisen,
voit soittaa hänelle.
Sinun ei kuitenkaan ole pakko
tuntea vielä ketään ihmistä,
jolle haluaisit soittaa.

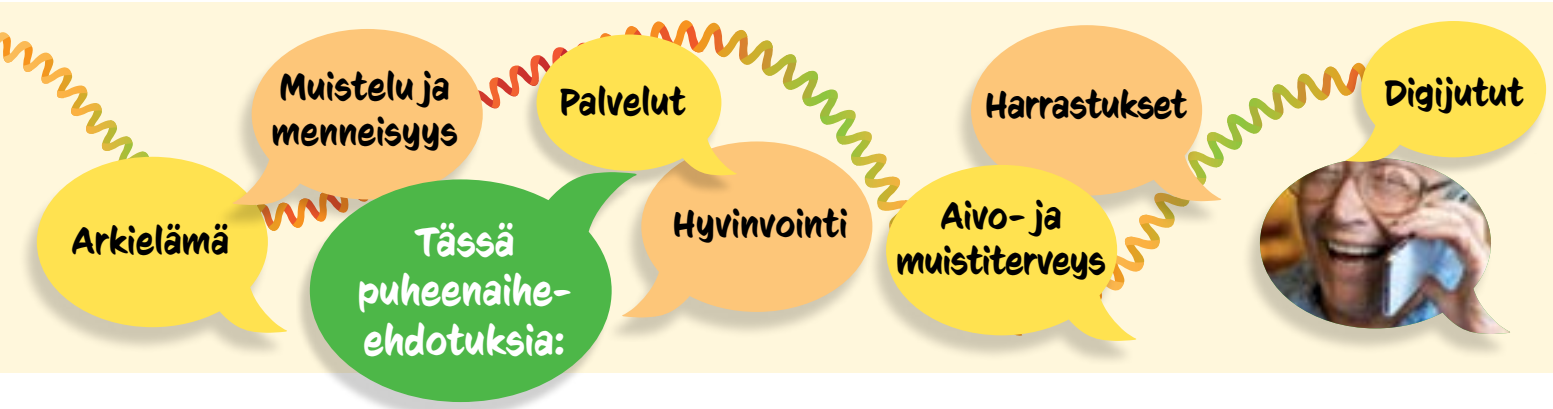
Miksi vapaaehtoistyötä kannattaa tehdä?

Vapaaehtoistyössä on monia hyötyjä.
Kun ihmiset tekevät vapaaehtoistyötä,
he tuntevat itsensä iloisemmiksi ja
terveemmiksi.
He ovat myös vähemmän stressaantuneita
ja saavat mukavaa sisältöä elämäänsä.

Lähde: UnitedHealth Group

Lue lisää tietoa
seuraavalta sivulta





Mitä Jututtaja tekee?

Vapaaehtoisena Jututtajana soitat ikäihmiselle kerran viikossa. Juttelette noin puoli tuntia aiheista, jotka sovitte yhdessä. Voitte keskustella esimerkiksi kuulumisista ja menneistä asioista tai tulevaisuudesta. Voitte tehdä myös pieniä tehtäviä, jotka tukevat ikäihmisen muistia ja aivojen terveyttä.

Sovitte yhdessä, milloin juttelette. Soitat ikäihmiselle yhteensä 8–10 kertaa.

Koulutamme sinut tehtävään. Saat meiltä tukea koko sen ajan, kun teet vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoistyöstä ei makseta palkkaa.

Me tarjoamme sinulle

- koulutuksen vapaaehtoistyöhön
- tukea soittoihin
- mahdollisuuden saada vertaistukea muilta Jututtajilta
- mahdollisuuden jakaa kuulumisia muiden Jututtajien kanssa
- todistuksen siitä, että olet käynyt Jututtaja-koulutuksen.

Ota meihin yhteyttä! Kerromme mielellämme lisää.

Voit laittaa sähköpostia osoitteeseen
ann-ly.palosaari@mukes.fi

Voit myös soittaa meille
Ann-Ly Palosaaren
numero on 040 025 1222

Jututtaja-hankkeen työntekijöiden terveiset:

"Kannattaa kouluttautua Jututtajaksi! Jututtajan työ on tärkeää. Jututtajien ansiosta ikäihmiset tuntevat vähemmän yksinäisyyttä. Silloin ikäihmisillä on myös turvallisempi olo.

Voitte keskustella yhdessä mistä vain. Yhdessä löydätte aiheet, jotka kiinnostavat teitä. Jututtaja-koulutus auttaa sinua olemaan hyvä puhelinkaveri. Saat meiltä tukea ja apua kaikkiin soittoihin.



Jututtaja-hankkeen toteuttaa
**Kulttuurinen Moninaisuus
-Muistikeskus ry eli MUKES.**

MUKES on järjestö, joka on perustettu vuonna 2020. MUKES tekee töitä sen eteen, että ikäihmisten muisti pysyy kunnossa.

Otamme työssämme huomioon eri kulttuureista tulevat ihmiset. Haluamme parantaa niiden ihmisten asemaa, jotka kuuluvat kieli- ja kulttuurivähemmistöihin.

www.mukes.fi