

كن متطوعاً!

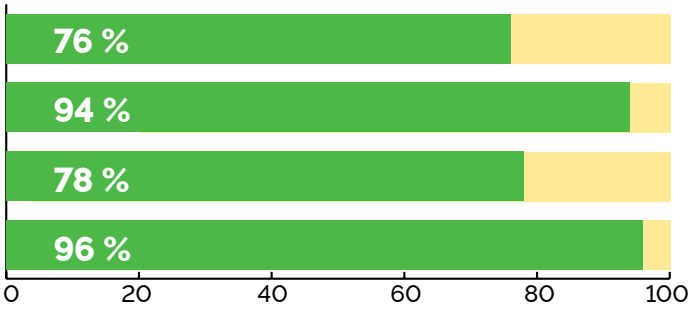
Tule Jututtajaksi!



مشروع الراوي 2023-2025

“لننهض ونقوم بعمل”

هل تريد عقلاً أكثر سعادة وشعوراً بصحة أفضل
وحياة غنية بالمحتوى ومستوى توتر أقل؟



ردصمرلا

<https://www.unitedhealthgroup.com/content/dam/UHG/PDF/2013/UNH-Health-Volunteering-Study.pdf>

قال **76%** من الأشخاص الذين تطوعوا خلال الاثني عشر شهراً الماضية إن التطوع جعلهم يشعرون بصحة أفضل.

قال **94%** من الأشخاص الذين تطوعوا خلال الاثني عشر شهراً الماضية أن التطوع أدى إلى تحسين مزاجهم.

قال **78%** من المتطوعين أن التطوع يقلل من مستويات التوتر لديهم.

أفاد **96%** من أفراد العينة بأن التطوع أثرى حياتهم.

كن متطوعاً ، وكن راوياً

بالنسبة لنا ، التطوع يعني إعطاء الوقت والرفقة لشخص مسن من خلفيتك الثقافية! يساعد الأشخاص من خلفيات مختلفة بعضهم البعض بعدة طرق. على سبيل المثال ، قد تحتاج عائلتك وأقاربك أو أصدقاؤك إلى المساعدة. هناك العديد من كبار السن في فنلندا الذين يشعرون بالوحدة ويتوقون للحديث حول مواضيع مختلفة بلغتهم الأم.

هل أنت مهتم بالحديث مع كبار السن؟ هل تريد القيام بعمل تطوعي عن بعد؟ هل تبحث عن شيء ذي معنى لتفعله؟ هل تريد أن تتعلم أشياء جديدة وتلتقي بأشخاص جدد؟ هل تحب الاتصال بالآخرين وتحب الدردشة؟ هل تريد مناقشة الموضوعات التي تهتمك بلغتك الأم؟ أو هل تعرف شخصاً وحيداً تود الاتصال به وتجعله سعيداً؟

Muistelu ja
menneisyys

Palvelut

Harrastukset

Digijutut

Arkielämä

Tässä
puheenaihe-
ehdotuksia:

Hyvinvointi

Aivo- ja
muistiterveys



يعد التدريب كراوي فرصة رائعة لتعلم أشياء جديدة والقيام بعمل تطوعي هادف ومفيد أينما كنت. بصفتك راويًا ، لديك الفرصة لتزويد شخص مسن ينتمي إلى لغتك ومجموعتك الثقافية بالشعور بالأمان ، وتقليل الشعور بالوحدة. معًا ، لديك الفرصة لإثراء محتوى الحياة في كلا الاتجاهين. الغرض من نادي المكالمات الهاتفية هو مناقشة الموضوعات ذات الاهتمام المشترك ، وبصفتك متطوعًا ، فأنت لا تلعب دور المستمع فحسب ، بل تلعب دور المتحدث النشط. بهذه الطريقة سوف تجد مواضيع شيقة معًا حتى يلتقي الماضي والمستقبل ويتم إنشاء اتصال الأدوات اللازمة لتنفيذ Juttutaja بينهما. يمنحك تدريب نادي المكالمات الهاتفية بنجاح. يمكنك أيضًا الحصول على الدعم والمساعدة أثناء جميع المكالمات

، أطيب التحيات
فريق مشروع الراوي

JUTTUTAJAT
100%

Kulttuurinen Moninaisuus -Muistikeskus ry MUKES

هي منظمة تأسست في عام 2020 تعمل على تعزيز عمل الذاكرة الحساسة ثقافيًا والتعاون بين مختلف الجهات الفاعلة لتحسين حالة كبار السن الذين ينتمون إلى أقليات لغوية وثقافية في فنلندا.

www.mukes.fi

في فعالية الراوي المكالمات الهاتفية تعني أنك تتحدث مع كبار السن مرة واحدة في الأسبوع لمدة نصف ساعة حول الموضوعات المتفق عليها بشكل مشترك. يتم الاتفاق على أوقات المكالمات مع الشخص المسن. فترة العمل التطوعي 8-10 مكالمات. يمكن أن تكون الموضوعات ، على سبيل المثال ، تدريب الدماغ والذاكرة ، والعمل معًا وتبادل الخبرات ، أو ببساطة جعل شخص آخر سعيدًا بمكالمة هاتفية

قبل بدء المكالمات ، ستلقى التدريب والأدوات اللازمة والدعم من لبدء المكالمات وإنجاحها

نحن بجانبك في رحلتك لتصبح راويًا

منا تحصل على:

- التدريب والتوجيه
- الانتماء إلى شبكة Juttutajan الرائعة
- دعم المكالمات ودعم الأقران من رواة القصص الآخرين
- المشاركة الأسبوعية للأخبار على المنصات الرقمية
- دعم يومي - كلما دعت الحاجة
- شهادة تدريب حكواتي

اتصل! سنكون سعداء لإخبارك بالمزيد!

معلومات الاتصال

Ann-Ly Palosaari

ann-ly.palosaari@mukes.fi

هاتف +358 40 025 1222

Kulttuurinen
Moninaisuus
-Muistikeskus ry

MUKES.fi