



Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry / Sippe-hanke

## Sippe-vapaaehtoisten kouluttaminen



### Miksi

Moni ikäihminen kokee arjessaan yksinäisyyttä, osattomuutta ja merkityksettömyyttä. Vapaaehtoistyö luo elämään sosiaalisia suhteita, kokemuksen oman osaamisen arvostamisesta ja vertaistukea muilta vapaaehtoisilta. Ennakoiva työ tuo taloudellisia säästöjä myöhentämällä raskaampien palveluiden tarvetta ja mahdollistamalla asumisen omassa kodissa. Osattomuus on riski; senioreille on tarjottava konkreettisia mahdollisuuksia oman elämänhallinnan vahvistamiseen.

### Kenelle

Kotona asuvat yli 60-vuotiaat, joilta puuttuu merkityksellinen tekeminen tai jotka ovat muutostilanteessa, esim. leskeytyminen tai eläköityminen. Sippe-vapaaehtoistoiminta sopii monen kuntoisille, ja sitä voi tehdä verkossa kotoa tai sitten ihan livenä.

### Miten

- Vapaaehtoisia haetaan mm. löytävän vanhustyön kautta. Kun vapaaehtoinen on löytynyt, hän tutustuu kutsuihin. Tämän jälkeen hän osallistuu koulutukseen, joita järjestetään tarpeen mukaan eri paikkakunnilla tai verkossa.

### Mitä

Sippe-hankkeessa koulutetaan vapaaehtoisia pitämään Sippe-hyvinvointikutsuja. Kutsuilla ikääntynyt vapaaehtoinen virittelee keskustelua muille ikääntyneille jostain hyvinvoinnin teemasta. Koulutukseen kuuluu kutsuihin tutustuminen ja osallistuminen, varsinainen koulutustilaisuus, perehtyminen itseä kiinnostavaan teemaan, testikutsut ja valmis Sippe! Vapaaehtoinen valitsee itselleen sopivan teeman oman mielenkiinnon mukaan.

- Koulutuksessa läpikäydään Sippeilyn perusteita, kutsujen rakennetta ja nettikutsuja, ryhmäohjausta sekä ideoidaan sisältöä itseä kiinnostavasta teemasta. Koulutuksen jälkeen vapaaehtoinen pitää testikutsut turvallisessa ympäristössä. Ammattilaisen kanssa käydyn palautekeskustelun jälkeen vapaaehtoinen alkaa pitämään kutsuja itsenäisesti.

### Kenen kanssa

Sippe-toimintaa koordinoidaan Turusta, jossa kutsuja järjestetään yhteistyöverkostojen kautta. Jokaisella Sippe-paikkakunnalla on taustaorganisaatio, jota tuetaan paikallisessa koordinoinnissa. Sippe-toimintaa on käynnistetty tai suunnitella 20 paikkakunnalla.

### Millä resursseilla

Vapaaehtoisten löytämiseen on hyvä olla verkostoja valmiina. Perinteisen löytävän työn lisäksi voidaan hyödyntää lehtimainoksia, infotilaisuuksia, verkko- ja printtiartikkeleita, uutiskirjeitä ja somea. Itse koulutustilaisuus kestää 1–2 päivää riippuen, onko kyseessä live- vai verkkokoulutus. Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry järjestää koulutuksia useilla paikkakunnilla, ja tarkoituksena on saada Sippe-toimintamalli juurtumaan valtakunnallisesti.

