

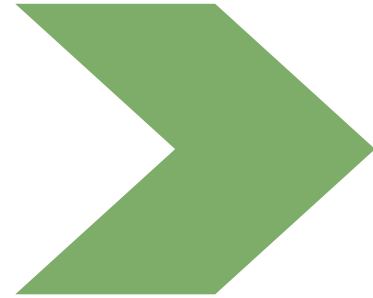
Satakunnan
vapaaehtoistoiminnan verkosto

Pohjois-Satakunnan
valikkoryhmä

Porin valikkoryhmä

Rauman valikkoryhmä

2026



Hyvinvointia vapaaehtoistoiminnasta!





**Miten kuvailisit
vapaaehtoistoimintaa?**



Vapaaehtoistoiminnan määritelmiä

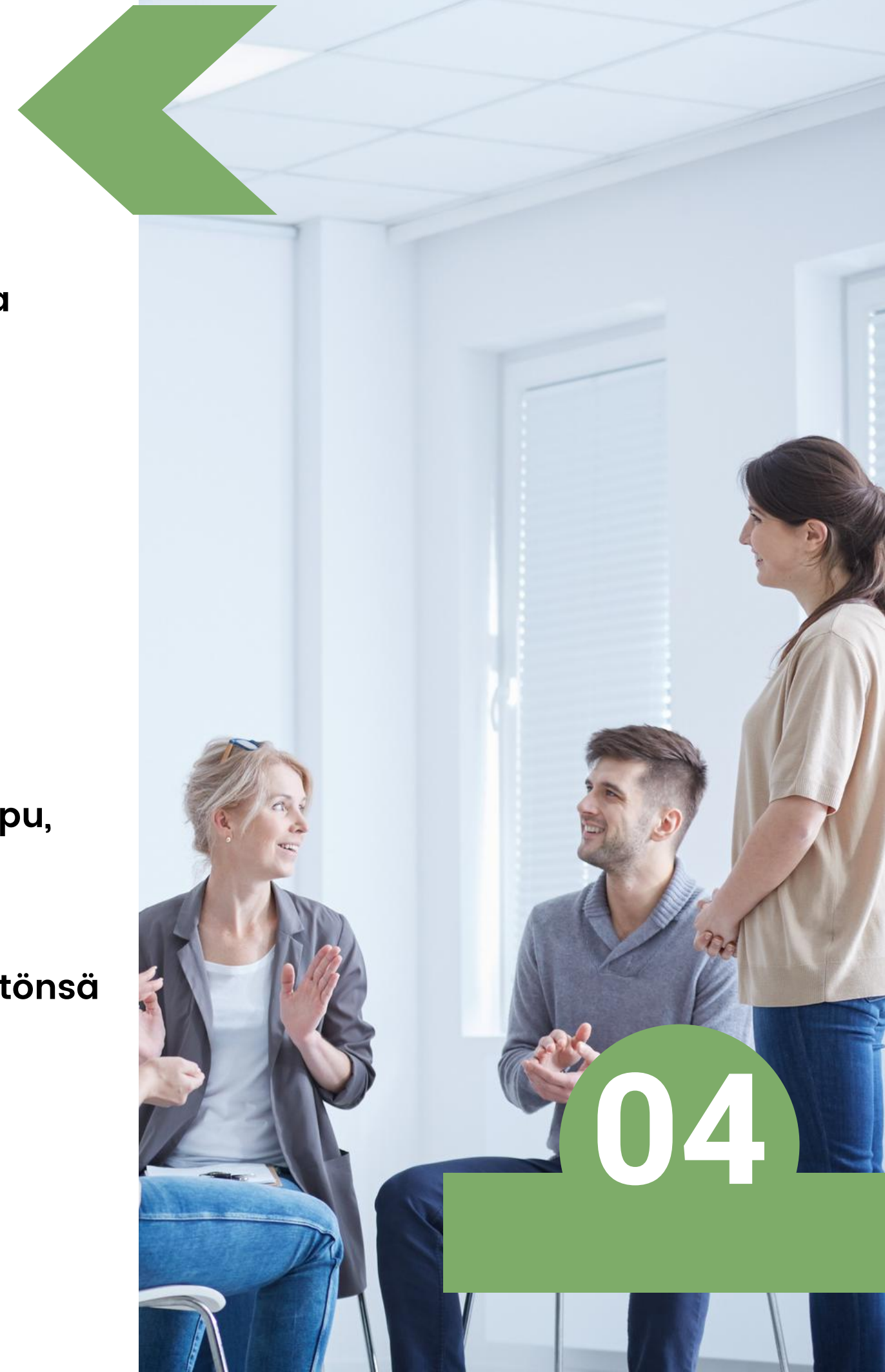
- Palkatonta ja kaikille avointa
- Tehdään omasta vapaasta tahdosta ja halusta, hyödyttää perheen ja ystäväpiirin ulkopuolella olevaa kolmatta osapuolta
- Yksittäisten ihmisten, eläinten tai yhteisöjen hyväksi tehtävää työtä
- Vapaaehtoistoiminnalla ei tule korvata työsuhteessa tai ammatinharjoittajana olevan henkilön työtä
- Vapaaehtoisella on usein halu osallistua ja vaikuttaa, olla aktiivinen kansalainen
- Vapaaehtoistoiminnan tulisi olla kaikkien kansalaisoikeus

Lähde:

Euroopan parlamentin mietintö 2018, Oikeusministeriö 2018, Laimio ja Välimäki 2011

Vapaaehtoistoiminnan monia muotoja

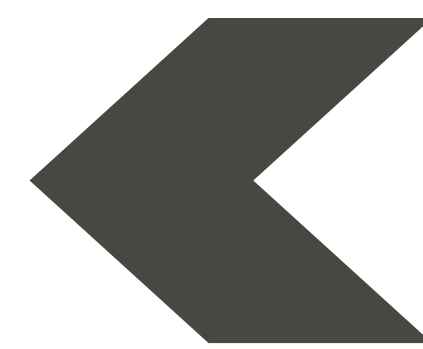
- Vertaistukitoiminta: Saman kokemuksen omaavien keskinäinen tuki
- Tuettu vapaaehtoistoiminta: Tuki erityistä tukea tarvitsevalle vapaaehtoiselle, jotta tasa-arvoisuus, yhdenvertaisuus ja aktiivinen toimijuus on mahdollista
- Muuttuva toimintaympäristö tuo uusia mahdollisuuksia:
 - Verkossa tapahtuva vapaaehtoistoiminta (esim. chat-vertaistukihenkilö)
 - Ajasta ja paikasta riippumaton vapaaehtoistoiminta (esim. Toivo-vertaistukisovellus)
 - Kertaluonteinen, lyhytaikainen pop up-vapaaehtoistoiminta (esim. keikka-apu, tempaukset, tapahtumat)
- Yhteiskuntavastuuta osoittava yritysvapaaehtoisuus (yritys mahdollistaa henkilöstönsä vapaaehtoistoiminnan työajalla)
- Vapaaehtoistoiminta nähdään useasti yhteiskunnallisena osallistumisena, kansalaisvaikuttamisena ja yhdistystoimintana



A man with a beard and blue eyes is leaning against a tree trunk in a forest. He is wearing a grey t-shirt. The background is a blurred green forest. A large, dark grey arrow points to the left in the upper right corner.

**Millaisia muita
vapaaehtoistoiminnan muotoja?**

Vapaaehtoistoiminnan periaatteita



06

- Vapaaehtoisuus
- Tasa-arvoisuus
- Vastavuoroisuus
- Palkattomuus
- Luotettavuus ja sitoutuminen
- Luottamuksellisuus ja vaitiolo
- Suvaitsevaisuus
- Puolueettomuus
- Kohderyhmän/-henkilön ehdoilla toimiminen
- Yhteistyö
- Yhteisöllisyys
- Oikeus tukeen ja ohjaukseen
- Toiminnan ilo ja ihmisenä kasvaminen



Vapaaehtoistoimintaa järjestäviä tahoja

- **Organisoitu vapaaehtoistoiminta**
 - Kunnat
 - Seurakunnat
 - Yhdistykset (kansainväliset, valtakunnalliset ja alueelliset järjestöt, paikallisyhdistykset)
 - Muut esim. hyvinvointialueet
- **Itseohjautuva/-organisoituva, omaehtoinen vapaaehtoistoiminta (ns. yhteiskunnan neljäs sektori)**



Vapaaehtoistoiminta kunnissa

- Joitakin esimerkkejä vapaaehtoistoiminnasta kunnissa:
 - Ikäihmisten parissa: ulkoilukaveri, virikkeellisen ryhmätoiminnan ohjaaja, esiintyjä, laulattaja, tapahtumajärjestäjä
 - Lasten ja perheiden parissa: mummu- ja vaaritoiminta päiväkodeissa, lasten ja nuorten kesäruokailu
 - Maahanmuuttajien arjen apuna

Vapaaehtoistoiminta seurakunnissa

09

- Joitakin esimerkkejä vapaaehtoistoiminnasta seurakunnissa:
 - Kokoonumispaikat ja kahvilat
 - Kerhot ja virikkeellinen ryhmätoiminta
 - Lähimmäis- ja ystäväpalvelu
 - Kuoro- ja musiikkitoiminta
 - Tempaukset, tapahtumat, keräykset
 - Arkunkantaja
 - Leiriavustaja



Vapaaehtoistoiminta yhdistyksissä



Satakunnassa yli 4400
rekisteröitynyttä
yhdistystä

Vapaaehtoistoiminnassa kymmeniä eri
toimintamuotoja esim. lipaskerääjä,
vertaistukihenkilö, valmentaja,
ryhmänohjaaja, kriisipuhelinpäivystäjä,
ystävä, aikuiskaveri, avustaja,
luonnoneläinten auttaja...

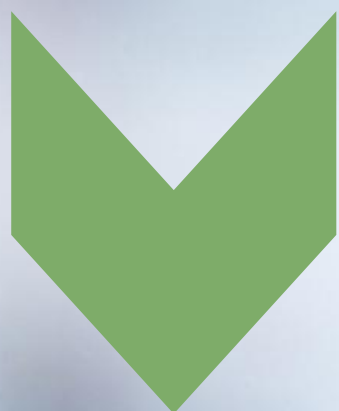
Muut esim. hyvinvointialueet

- **Joitakin esimerkkejä vapaaehtoistoiminnasta hyvinvointialueilla:**
 - **Sairaalavapaaehtoinen OLKA-toiminnassa esim. aula-avustaja, juttu- tai leikkikaveri**
 - **Kotisairaalan kautta saattohoidon tukihenkilö**
 - **Lastensuojelun tukihenkilö**
 - **Soittorinkitoiminta**



Itseohjautuva/-organisoituva, omaehtoinen vapaaehtoistoiminta

- Vapaaehtoisen ja toiminnan kohteen lisäksi ei ole kolmatta osapuolta organisoimassa toimintaa
- Esim. talkootyö, naapuriapu, tavaroiden lainaaminen, osaamisen jakaminen



**Mitä
vapaaehtoistoiminta
antaa muille ja itselle?**



Mitä

**vapaaehtoistoiminta
antaa muille ja
itselle?**

14



- Edistää sekä vapaaehtoisen että kohteena olevan hyvinvointia
- Merkityksellisyyttä
- Mahdollisuutta vaikuttaa
- Mielekästä tekemistä
- Paikkoja hyödyntää omaa osaamista
- Uusia ystäviä
- Yhteisöllisyyttä
- Mukavan harrastuksen
- Oman osaamisen kehittämistä ja uuden oppimista (kurssit, koulutukset)
- Hyvää mieltä
- Tunteen tarpeellisuudesta
- Kokemuksen osallisuudesta
- Vapaaehtoistoiminta antaa mahdollisuuden tehdä omien arvojen mukaisia hyviä tekoja ihmisille, eläimille tai yhteisöille!



Minä vapaaehtoistyöntekijänä

– Hyvä pohtia

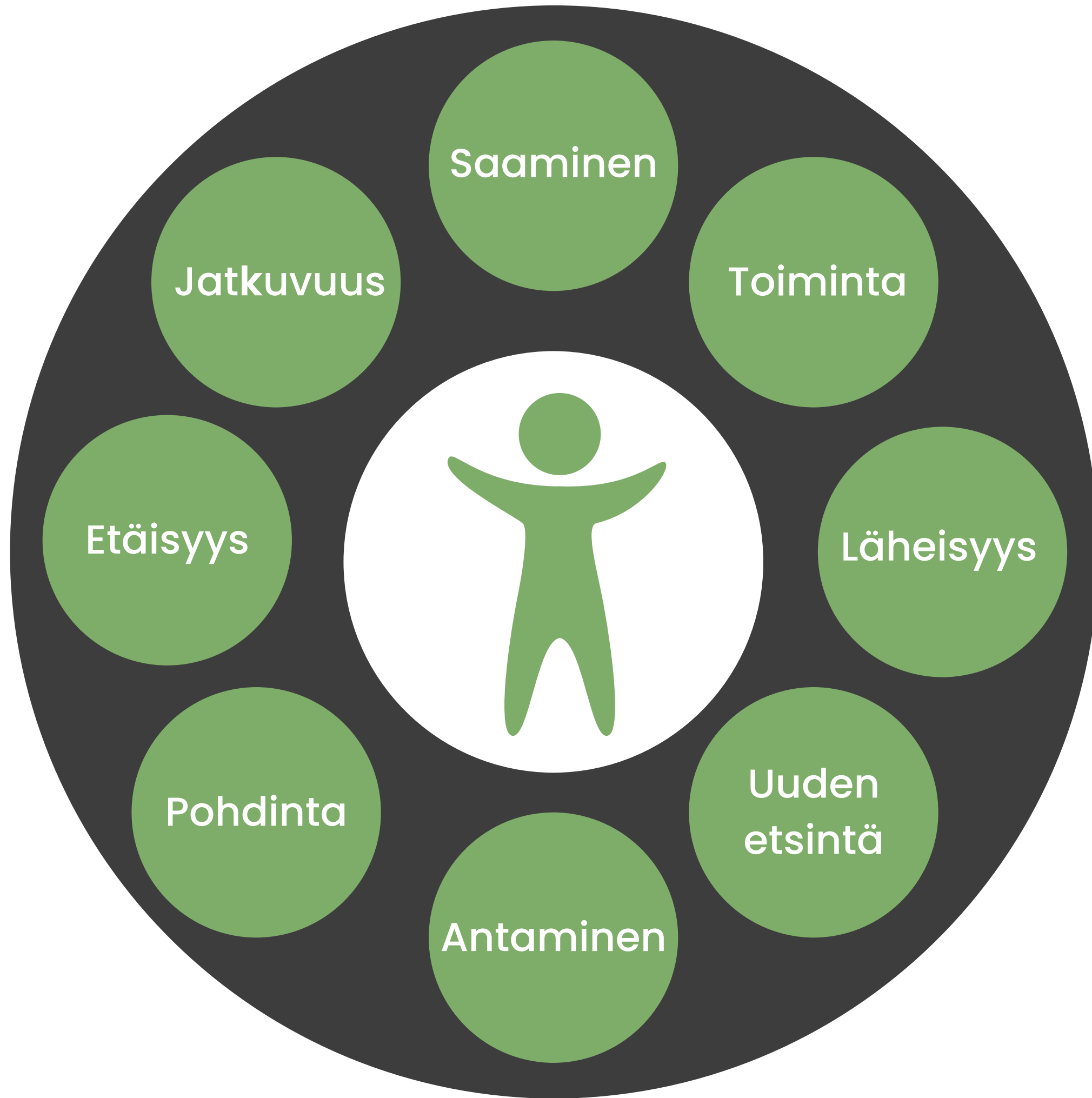
15

- **Omat motiivini**
- **Omat voimavarani**
- **Omat arvoni**
- **Oikeuteni ja velvollisuuteni**

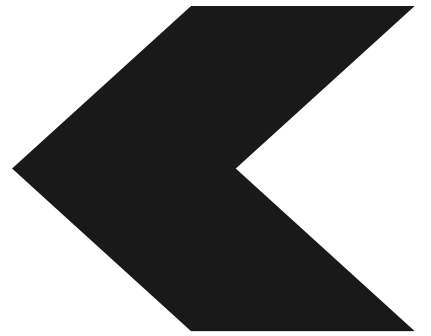
- **Millaista vapaaehtoistoimintaa haluan tehdä? Mitä odotan vapaaehtoistoiminnalta? Kuinka paljon aikaa haluan antaa vapaaehtoistoiminnalle?**
- **Pohdittavaksi järjestäjän kanssa:**
 - **Mikä olisi juuri minulle sopiva vapaaehtoistyötehtävä? Mitä minulta odotetaan? Mihin sitoudun? Mikä merkitys tekemälläni vapaaehtoistoiminnalla on, sekä minulle että muille?**

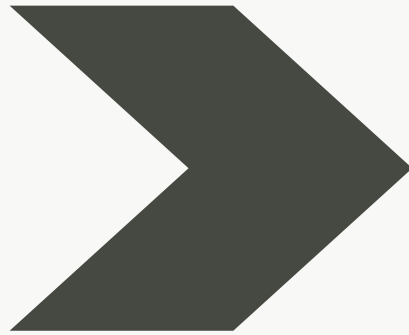


Minä vapaaehtoisena - Hyvä pohtia



16





- Vapaaehtoistoiminnan taloudellinen arvo Suomessa on yli 3 miljardia euroa vuosittain
- Vapaaehtoistoiminnassa tavallisen ihmisen tiedot ja taidot riittävät!
- Vapaaehtoistoiminta kartuttaa työelämävalmiuksia ja näyttää hyvältä ansioluettelossa!
- Itselle tärkeisiin asioihin vaikuttaminen on palkitsevaa
- Vapaaehtoistoiminnan kuuluu olla antoisaa! Vapaaehtoisen onkin tärkeä huolehtia omasta jaksamisestaan ja pyytää tukea, kun se on tarpeen
- Katsaus Satakunnan vapaaehtoistoimintaan 2026:
<https://www.yhteisokeskus.fi/wp-content/uploads/2026/06/Katsaus-Satakunnan-vapaaehtoistoimintaan-2026.pdf>

Haluatko vapaaehtoiseksi?



Etsi vapaaehtoistehtävää



Missä?

Kunta tai kaupunki

Sijainti



Valitse teemat

Valitse vapaaehtoistoiminnan teemat. Ketä haluat auttaa ja mitkä asiat kiinnostavat?

- ☐ KANSAINVÄLISYYS JA GLOBAALI VASTUU
- ☐ SEURAKUNTATOIMINTA
- ☐ ALSO FOR ENGLISH SPEAKERS
- ☐ SOPII ALLE 18-VUOTIAILLE
- ☐ TUETTU VAPAAEHTOISTOIMINTA
- ☐ MONIKULTTUURISUUS JA MAAHANMUUTTAJAT
- ☐ ETÄTYÖ PUHELIMITSE TAI VERKOSSA
- ☐ JÄRJESTÖTOIMINTA
- ☐ POP UP ELI KERTALUONTOISET TEHTÄVÄT
- ☐ ILMASTO, YMPÄRISTÖ JA ELÄIMET
- ☐ VAMMAISET JA MUUT ERITYISRYHMÄT
- ☐ TAPAHTUMAT JA TALKOOT
- ☐ IKÄIHMISET
- ☐ URHEILU, LIIKUNTA JA ULKOILU
- ☐ KIRPPUTORIT JA MYYJÄISET
- ☐ YSTÄVÄ- JA KAVERITOIMINTA
- ☐ PÄIHDE- JA MIELENTERVEYSTYÖ
- ☐ YHTEISKUNNALLINEN VAIKUTTAMINEN
- ☐ LAPSET, NUORET JA PERHEET
- ☐ UKRAINA
- ☐ DIGITUKI
- ☐ PÄIVYSTYS, ENSIAPU, PELASTUS JA KRIISITYÖ
- ☐ MUSIIKKI, TAIDE JA KÄSITYÖT

Näytä tehtävät

Vapaaehtoisten ajatuksia:

Mikä sai innostumaan ja miksi olen mukana vapaaehtoistoiminnassa?

Vapaaehtoiset ovat kertoneet, että ovat lähteneet mukaan toimintaan, koska:

- Ovat kokeneet, että eläkkeelle jäämisen jälkeen on aikaa
- Työssäkäyvät vapaaehtoiset haluavat vastapainoa omalle työlle
- Erilaista sisältöä omaan elämään, "harrastus"
- Halu auttaa toista samassa tilanteessa olevaa (kokemus, että on annettavaa)
- Halu lisätä merkityksellisyyttä omaan elämään

Vapaaehtoisten ajatuksia:

Mikä pitää kiinni toiminnassa?

- Toisen ihmisen auttaminen koetaan merkitykselliseksi
- "Samalla kun antaa, niin saa myös itse"
- On tapahtunut henkistä kasvua ihmisenä
- Uusien ihmis- ja ystävyssuhteiden muodostumisia
- Kiitollisuus saadusta luottamuksesta ja kohtaamisista

Vapaaehtoisten ajatuksia:

Mitä vapaaehtoistoiminnan kohde ja hänen läheisensä saavat?

- Luotettava keskustelukumppani vapaaehtoisesta
- Joku, joka tarjoaa aikaa ja on läsnä
- Ihminen, jolla on aikaa kuunnella elämäntarinaa tai keskustella vaikeiksi koetuista asioista
- Voi tarjota myös tavallisen yhteisen hetken, ilman syvällisempää keskustelua
- Vapaaehtoinen tuo myös iloa ja irtiottoa vaikeaan elämäntilanteeseen
- Joskus on syntynyt jopa ystävyssuhteita
- Vapaaehtoinen antaa läheiselle mahdollisuuden omaan aikaan (on asiakkaan luona, jolloin läheinen pääsee omille asioilleen)
- Tuki ja turva myös läheiselle

**"On ilo olla
tukihenkilö ja
rinnallakulkija"**

**"Antaessa saa
enemmän ja tulee
hyvä mieli
auttaessa"**

**"Saan olla
osa yhteisöä"**

**"Ystävien ja läheisten
kanssa tavatessa
itketään, mutta
vapaaehtoisen
kanssa nauretaan"**

**"Vapaaehtoistyö on
minulle
sydämen asia"**

**"Haluan kehittää niin
itseäni kuin yhteisöäni"**

Kiitos!

Satakunnan vapaaehtoistoiminnan verkosto. Lisätietoa:

www.yhteisokeskus.fi/satakunnanvapaaehtoistoiminnanverkosto

Pohjois-Satakunnan valikkoryhmä

Porin valikkoryhmä

Rauman valikkoryhmä

Lisätietoa valikkoryhmistä:

www.yhteisokeskus.fi/vapaaehtoistoimintaajarjestavattahot

