



# Merkityksellistä vapaaehtoistoimintaa lasten, nuorten ja perheiden hyväksi



MANNERHEIMIN  
LASTENSUOJELULIITON  
*Järvi-Suomen piiri*

LAPSET ENSIN

# Vapaaehtoisen polku

## 1. Ota meihin yhteyttä

Voit olla suoraan yhteydessä alueesi koordinaattoriin tai täyttää yhteydenotto-lomakkeen nettisivuillamme.



## 2. Saat lisätietoa

Koordinaattorimme on yhteydessä sinuun ja saat täytettäväksi vapaaehtoisen perustietolomakkeen.

## 3. Osallistut koulutukseen

Koordinaattorimme kouluttaa tai perehdyttää sinut toimintaan.



## 4. Voit toimia tukihenkilönä

Yhdistämme vapaaehtoisen ja tuettavan sijainnin sekä toiveiden mukaan.



Haluatko tehdä hyvää ja tukea lapsen tai nuoren hyvinvointia tai antaa aikaasi lapsiperheen hyväksi? Tai haluaisitko toimia tärkeänä ihmisenä uuden ystäväsi kotoutumisessa? Vai olisiko kiusaamista kokoneiden lasten, nuorten tai kahden lapsen välisen ystävyyden tukeminen sinun juttusi?

Eriyistä osaamista ei vaadita, aito läsnäolo ja turvallinen seura riittävät.



Tapaamisia on pari kertaa kuukaudessa tai sinun elämäntilanteesi mukaan. Toivomme sinun sitoutuvan toimintaan vuodeksi.

Saat koulutuksen vapaaehtoistehtävässä toimimiseen. MLL:n työntekijä myös auttaa ja tukee sinua aina tarvittaessa. Järjestämme myös vertaistapaamisia, lisäkoulutuksia ja virkistyksiä vapaaehtoisillemme.

# Piirin vapaaehtoistoiminta

Ryhmät kokoontuvat livenä noin 5–10 viikon ajan, kerran viikossa iltopäivä- tai ilta-aikaan. Vapaaehtoisena toimit ryhmässä yhdessä MLL:n työntekijän sekä muiden vapaaehtoisten kanssa. Ohjaajana sitoudut koko ryhmäprosessiin eli ryhmän suunnitteluun, ohjaamiseen ja arviointiin.

## **Tuu mun kaveriksi -vertaisryhmän ohjaajaksi**

Vapaaehtoisena pääset tukemaan Tuu mun kaveriksi -vertaisryhmän lapsia sekä mahdollistamaan mielekästä tekemistä vapaa-ajalle turvallisessa ilmapiirissä. Ryhmät on suunnattu yksinäisyyttä kokeville 7–12-vuotiaille lapsille.

## **Selviytyjät-vertaisryhmän ohjaajaksi**

Vapaaehtoisena ohjaajana pääset tukemaan Selviytyjät-vertaisryhmän lapsia ja nuoria ja mahdollistamaan positiivisen vertaisryhmäkokemuksen. Ryhmät kokoontuvat livenä tai verkossa ja on suunnattu kiusaamista kokeneille 10–21-vuotiaille lapsille ja nuorille.



## Kaveriksi lapselle tai nuorelle

Kaveritoiminnassa vapaaehtoisena saat tilaisuuden olla osana lapsen tai nuoren elämässä mukavan tekemisen merkeissä. Kaveritoiminnassa saat antaa lapselle tai nuorelle hänen kaipaamaansa aikaa ja yksilöllistä huomiota. Vapaaehtoisena voit vahvistaa lapsen tai nuoren itsetuntoa, tuoda mielekästä tekemistä vapaa-ajalle, parantaa koulumenestystä ja annat arvokkaan kokemuksen aikuisen läsnäolosta.

## Heppakaveriksi lapselle tai nuorelle

Heppakaveritoiminnan vapaaehtoisena saat olla osana tuottamassa iloa ja onnistumisen kokemuksia lapselle tai nuorelle, jonka kanssa jaat kiinnostuksen hevosiin ja niiden hoitamiseen. Tallit voivat halutessaan aloittaa heppakaveritoiminnan myös ryhmämuotoisena. Vapaaehtoisena voit vahvistaa lapsen tai nuoren itsetuntoa sekä vuorovaikutustaitoja, tuoda mielekästä tekemistä vapaa-ajalle ja annat arvokkaan kokemuksen aikuisen läsnäolosta.

## Perhekummiksi lapsiperheelle

Perhekummina toimit rinnalla kulkijana lapsiperheelle, jolla ei ole tukiverkostoa lähellä. Olet osana perheen arkea mahdollistaen yhteisiä hetkiä ja toimit arjen kuuntelijana. Vapaaehtoisena voit helpottaa kummiperheen arkea ja vahvistaa vanhemmuutta.

## Ystäväksi maahanmuuttajaäidille

Maahanmuuttajaäidin ystävänä saat mahdollisuuden tutustua uuteen ihmiseen ja hänen kulttuuriinsa. Vapaaehtoiset ovat tavallisia luotettavia, suomea puhuvia naisia, jotka haluavat antaa aikaansa maahan muuttaneelle naiselle. Vapaaehtoisena edistät maahanmuuttajaäidin kototutustumista ja autat ennaltaehkäisemään yksinäisyyttä sekä saat mahdollisuuden tutustua uusiin ihmisiin.

## Lasten ystävyyttä edistäväksi aikuiseksi

Vertainen on ystävä -toiminta on suunnattu 7–12-vuotiaille lapsille, jotka ovat kokeneet olonsa yksinäiseksi, heillä ei vielä ole omaa hyvää ystävää tai vapaa-ajalla mieluisaa tekemistä. Vapaaehtoisena voit auttaa kahta lasta ystävyuden alkuun, vahvistaa lasten itsetuntoa ja kaveritaitoja sekä tuoda mielekästä tekemistä vapaa-ajalle turvallisuudessa ilmapiirissä.





## Paikallisyhdistysten vapaaehtoistoiminta

Onko sinulla hetki aikaa tärkeiden asioiden sekä lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin ja osallisuuden edistämiseen? Haluatko luoda yhteisöllisyyttä omalla asuinalueellasi?

Saat MLL:n työntekijältä perehdytyksen vapaaehtoisena toimimiseen ja tukea ja apua aina tarvittaessa omalta paikallisyhdistykseltäsi tai MLL:n Järvi-Suomen piirin työntekijöiltä. Paikallisyhdistysten vapaaehtoisille järjestetään eri teemaisia koulutuksia ympäri vuoden sekä seututapaamisia, joissa pääset tutustumaan muiden paikallisyhdistysten vapaaehtoiisiin.

## Paikallisyhdistyksen vapaaehtoiseksi

MLL:n paikallisyhdistyksen hallitus-toiminta on tarkoitettu kaikille lasten, nuorten ja perheiden asioista ja vaikuttamisesta kiinnostuneille. Lapset ovat myös tervetulleita mukaan kaikkiin kokouksiin ja toimintaan. Pääset suunnittelemaan, järjestämään ja toteuttamaan toimintaa sekä tapahtumia. Hallituksen jäsen sitoutuu toimintaan vuodeksi kerrallaan ja hallituksen kokouksia on noin kerran kuukaudessa. Paikallisyhdistyksellä on myös muunlaisia vapaaehtoistoiminnan muotoja: voit ohjata kerhoa tai vertaisryhmää tai olla pop up -vapaaehtoisena esimerkiksi tapahtumissa!

## Perhekahvilaohjaajaksi

Perhekahvilaohjaajana mahdollistat paikan, jossa pienten lasten vanhemmat pääsevät tutustumaan samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin sekä voivat jakaa arjen kokemuksiin ja kuulumisiaan. Huolehdi tilojen avaamisesta ja sulkemisesta, kahvitarjoilun järjestämisestä sekä etenkin kävijöiden vastaanottamisesta. Voit käyttää perhekahvilaohjaajana toimimiseen aikaa oman elämäntilanteesi mukaan noin 2-3 tuntia kerran viikossa, joka toinen viikko tai miten sinulle parhaiten sopii. Vastuuta voidaan jakaa useamman vapaaehtoisen kesken, voit lähteä toimintaan mukaan esimerkiksi ystäväsi kanssa.



# Tule vapaaehtoiseksi!



[jarvi-suomen.piiri.mll.fi/tule-mukaan](https://jarvi-suomen.piiri.mll.fi/tule-mukaan)

## Seuraa somessa

 @mlljarvisuomi

 @mlljarvisuomi



MANNERHEIMIN  
LASTENSUOJELULIITON  
*Järvi-Suomen piiri*

Valokuvat: Anna Autio, MLL

Taitto: Lotta Nurmi