



Rohkeasti eläkkeelle

Työelämän kiire ja haasteet lisäävät monenlaisia paineita, joista toivotaan päästävän eroon, kunhan eläkeikä saavutetaan. Työelämän paineista kyllä eläkkeelle siirryttäessä päästään, mutta mitä tulee tilalle. Työ ja työkaverit jäävät, ja tilalle tulee vapaus tehdä mitä ja milloin haluaa. Lepo, lenkkeily ja lastenlapset antavat sisältöä uuteen elämäntilanteeseen. Vaikka monella muutkin harrastukset jatkuvat, riittääkö se?

Rohkeasti Seniori on Kansallisen senioriliiton toteuttama ja Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen (STEA) tukema hanke, joka on suunnattu eläkeikää lähestyville ja hiljattain eläkkeelle siirtyneille henkilöille. Hankkeen tavoitteena on kannustaa työuran ja eläkeiän taitekohdassa olevia ihmisiä aktiiviseen vapaaehtois- ja senioritoimintaan.

Tarkoituksena on torjua esimerkiksi yksinäisyyden tunnetta sekä antaa näkökulmia lisääntyneen vapaa-ajan hyödyntämiseen. Hankkeen avulla muistutetaan myös välittämään jo pidempään eläkkeellä olleista tai yksin asuvista lähimmäisistä kutsumalla heitä mukaan yhdessä tekemiseen, pois yksinäisyydestä.

Eri puolilla Suomea järjestettävät Rohkeasti Eläkkeelle -kurssit tarjoavat osallistujilleen yhteisöllistä kokemuksen jakamista, sosiaalista kanssakäymistä ja vertaistukea siihen, kuinka eläköitymiseen kannattaa suhtautua. Pohjalaisille tällainen kurssi järjestetään helmikuun alkupuolella Seinäjoella.

Hankkeen keulahahmona on professori Jorma Uotinen, jota kuullaan puhujana Rohkeasti Eläkkeelle -kursseilla. Uotinen kannustaa elämän taitekohdassa olevia positiiviseen asenteeseen, aktiiviseen kansalaisuuteen ja kohtaamaan rohkeasti huomisen toteamalla: ”Jokainen päivä on lahja!”

Pohjanmaan kansallinen senioripiiri ry