Uutiskirje 5/2026 12.11.2026

- Syksy sujahtaa
- Muutoksia Paas poiketen -raportointiin 2026
- Paas poiketen -koulutus 26.-27.1. Tampereella
- Kevään webinaariaikataulu julki
- EKL kulttuuripiiri kokoontuu kerran kuussa!
- Keväällä aloittavaan Luotsi -keskusteluryhmään vielä tilaa
- Paas poiketen -toimijoiden verkkotapaamiset
- Nestorit
- Aamun sarastaessa

Syksy sujahtaa

Heippa taas!

Lokakuu ja marraskuu ovat olleet täynnä erilaisia Elinvoimaa-tapahtumia ja innostavia kohtaamisia. Elinvoimaa vapaaehtoiselle -koulutus kokosi Keuruulle luonnonläheisiin maisemiin innokasta väkeä eri puolelta maata. Seinäjoella puolestaan pidettiin koulutuspäivät joista ensimmäisen päivän teemana oli Paas poiketen -vierailutoiminta ja toisen Luotsi-tominta. Tämäkin oli oikein onnistunut tapa järjestää koulutuksia!



Ahkeraa keskittymistä Paas poiketen -koulutuksessa Oulussa. Kuva: Kerttu Mömmö

Kokemusvoimalla näkyväksi -hankkeen kanssa yhteisesti järjestetyt Hyvän mielen iltapäivät Imatralla ja Kouvolassa olivat myös oikein onnistuneita, sillä naurua ja hyvää mieltä riitti kummassakin tilaisuudessa rutkasti. Saattoipa jokin mahdollinen yhteistyökin yhdistysten välillä saada alkunsa, ken tietää.

Marraskuu käynnistettiin Elinvoimaa-toiminnan osalta Oulussa kaksipäiväisellä Paas poiketen -koulutuksella, jossa oli mukana osallistujia viidestä eri yhdistyksestä Oulun piirin alueelta.

Tässä ei kuitenkaan vielä kaikki, sillä **Paas poiketen -tapaamiset**, **Luotsi-ryhmät** ja **kulttuuripiiri** tapaavat vielä parikin kertaa ennen joulun taukoa.

Pian on kuitenkin taas aika Paas poiketen raportointien ja toiminnan vuosikyselyiden. Jos toimit Paas poiketen -vapaaehtoisena, sisältää tämä uutiskirje sinulle **tärkeää tietoa** vierailujen raportointia koskevista uusista muutoksista. Perehdythän alta löytyvään ohjeistukseen huolellisesti ja kysy tarvittaessa apua järjestösuunnittelijalta. Kiitos etukäteen!

Terveisin,
Jussi

Järjestösuunnittelija - Elinvoimaa
jussi.keranen@ekl.fi
0505221946

Muutoksia Paas poiketen -raportointiin 2026


Kuva: pixabay

Tärkeä vierailutoimintamme on kasvussa, kun mukaan on liittynyt uusia Eläkkeensaajia ja yhdistyksiä. Kiitos teille kaikille tekemästänne tärkeästä vapaaehtoistyöstä. Toiminta pyörii mainiosti ja raportointityökalut ovat olleet hyvin käytössä.

Vuodesta 2025 toiminnan rahoittaja STEA on kiristänyt avustustensa arviointikriteerejä ja Paas poiketen -toiminnan kohdalla se tarkoittaa tarkempaa kirjallista raportointia siitä, **kokevatko vierailuja vastaanottavat henkilöt osallisuutensa kasvaneen**. Aiheesta olen kysellyt teiltä jo aiemmin vuosikyselyssä, mutta rahoittaja vaatii tiedon tulevan vierailtavilta henkilöiltä itseltään. Tekemänne työn ahkeran raportoinnin vuoksi olemme pystyneet osoittamaan kuinka paljon yksinäisyyttä vähentävää työtä yhdistyksissänne tehdään (yli 5000 vierailua vuonna 2025) ja tarkoitus ei missään nimessä ole lisätä vapaaehtoisen työkuormaa tai osoittaa tyytymättömyyttä nykyiseen tilanteeseen. Lisäksi kertomanne tarinat vakuuttavat minut siitä, että yksinäisyys tosiaan vähenee ja vierailuja vastaanottavat henkilöt kokevat käyntinne tärkeänä sosiaalisena voimavarana. **Kokemusten lisäksi tarvitaan kuitenkin myös mitattavaa tietoa, jota toiminnan jatkuminen edellyttää.**

Alta löytyvä verkkolomake on laadittu yhteistyössä vapaaehtoisten kanssa Paas poiketen verkkotapaamisissa, ja sen avulla mitataan/raportoidaan edellä mainittua osallisuuden kasvua. Lyhyt kolmen kysymyksen lomake **täytyy antaa vierailuja vastaanottavalle henkilölle täytettäväksi KERRAN (1) vuodessa.** Lomakkeen voi täyttää myös yhdessä, mikäli vierailtava

ei sitä itse pysty täyttämään. Kuulisin mielelläni myös tällaisista kokemuksista raportoinnin tueksi. Vastaaminen tapahtuu nimettömästi, eikä se lomakkeen täyttämisen ja lähetä-painikkeen painamisen lisäksi teetä muita toimenpiteitä vapaaehtoiselle. Mikäli teillä herää asiasta kysyttävää tai tarvitsette apua lomakkeen käyttöönotossa, olkaa rohkeasti yhteydessä minuun. Autan kaikenlaisissa tilanteissa. Kiitos paljon ymmärryksestä!

Lomake löytyy suoraan tästä: https://forms.cloud.microsoft/e/u6xcZqpfnN

ja verkkosivuiltamme: https://www.ekl.fi/toiminta/elinvoimaa/paas-poiketen/paas-poiketen-materiaalit/

Paas poiketen -koulutus 26.-27.1. Tampereella



Koulutuksessa tutustutaan Paas poiketen -toimintamalliin ja sen periaatteisiin, pohditaan yhdistystoiminnan ja mielen hyvinvoinnin yhteyttä, keskustellaan vuorovaikutuksesta sekä suunnitellaan oman **Paas poiketen -toiminnan** käynnistämistä, koordinointia ja markkinointia. Koulutus ei sido Paas poiketen -toiminnan käynnistämiseen. Koulutuspäivät ovat myös innostavaa ajanviettoa yhdessä muiden eläkkeensaajien kanssa!

Sijainti: Scandic Tampere Station Ratapihankatu 37, 33100, Tampere.

Tarkemmat tiedustelu jussi.keranen@ekl.fi, 050 522 1946. Mukaan mahtuu 20 osallistujaa.
Viimeinen ilmoittautumispäivä 11.1.

Ilmoittaudu tästä

Elinvoimaa koulutukset ovat kaikille avoimia, maksuttomia ja sisältävät majoituksen 2 hh sekä ateriat. Koulutus alkaa tulopäivänä lounaalla klo 12.00 ja päättyy lähtöpäivänä klo 16.00.

Kevään webinaariaikataulu julki



Kuva luotu generatiivisen tekoälyn avulla.

Webinaareista saa tietoa ja työkaluja omaan hyvinvointiin sekä mielen hyvinvointia vahvistavaan yhdistystoimintaan. Webinaarien sisältöjä on poimittu esimerkiksi **Elinvoimaa vapaaehtoiselle -koulutuksesta**.

Kevään 2027 webinaarit:

- Torstai 4.2. Miten yhdistys voi hyödyntää EKL Elinvoimaa -toimintaa (klo 13-14) Ilmoittautuminen
- Torstai 4.3. Eläkkeensaajan mielen hyvinvoinnin vahvistaminen (klo 13-14)
- Ilmoittautuminen
- Torstai 1.4. Voimavarat vaikeissa hetkissä (klo 13-14) Ilmoittautuminen
- Torstai 29.4. Tunteet pelissä (klo 13-14) Ilmoittautuminen
- Torstai 27.5. Hyvän vuorovaikutuksen askelmerkit (klo 13-14) Ilmoittautuminen

Tarvittaessa kysyä neuvoa verkkotapaamiseen liittymiseen jussi.keranen@ekl.fi

EKL kulttuuripiiri kokoontuu kerran kuussa!



Tervetuloa linjoille kerran kuussa keskustelemaan kulttuurista. Tämä avoin ja maksuton ryhmä toimii kirjapiirin tapaan. Keskustelemme osallistujien viimeaikaisista kulttuurikokemuksista ja jaamme näin toisillemme tietoa erinäisistä teoksista ja kulttuuritilaisuuksista. Ensimmäisellä kerralla teemaksemme valikoitui lukeminen ja kirjat.

Voit osallistua vapaasti niille kerroille, jotka sopivat aikatauluusi. Ryhmä on tarkoitettu kaikille EKL jäsenille sekä aiheesta kiinnostuneille.

Tapaamiset ovat torstaisin klo 13-14, päivämäärät ovat 3.9., 15.10., 19.11. ja 17.12.
Ilmoittaudu tästä

Kevään 2027 tapaamiset 28.1., 25.2., 25.3., 22.4 ja 20.5.
Ilmoittaudu tästä

Tapaamiset ovat Microsoft Teamsissa, apua sen käyttöön Jussilta jussi.keranen@ekl.fi tai 050 5221 946. Lisätietoa kulttuuripiiristä verkkosivuilla.

Keväällä aloittavaan Luotsi -

keskusteluryhmään vielä tilaa



Kuva luotu generatiivisen tekoälyn avulla

Ryhmän tarkoitus on tarjota paikka luottamukselliselle keskustelulle muiden eläkkeensaajien kanssa ja tukea osallistujien jaksamista. Ryhmässä vaihdetaan kuulumisia, jaetaan vinkkejä sekä keskustellaan haasteista ja onnistumisista. Ryhmä tapaa yhteensä kuusi kertaa kuukauden välein tai tarvittaessa harvemmin, eikä ryhmään oteta käynnistymisen jälkeen uusia jäseniä. Tapaamisten aikataulut sovitaan osallistujien toiveiden mukaisesti. **Ilmoittautuminen tuleviin ryhmiin on aina auki!**

Muutamia palautteita ryhmiin osallistuvilta:

"Opin ryhmässä aina jotain uutta ja kuulen muilta ryhmäläisiltä hyviä vinkkejä omaan elämään tai yhdistykseen vietäväksi"

"Ryhmässä on saanut vahvistusta omille ajatuksilleen ja rohkeutta ottaa asioita esille omassa yhdistyksessä"

"Olen saanut ryhmässä todella paljon intoa ja tukea kun jaksamiseni on ollut koetuksella"

Lisätietoja ja ilmoittautuminen jussi.keranen@ekl.fi tai 050 522 1946

Paas poiketen -toimijoiden verkkotapaamiset

Paas poiketen -toimintaa koordinoiville tai toiminnasta kiinnostuneille tarjotaan verkkotapaamisissa tietoa ja mahdollisuus kokemusten jakamiseen. Täällä kuulet ajankohtaiset Paas poiketen -asiat ja saat kertoa omista onnistumisista ja haasteista sekä esittää toiveita Elinvoimaa-toiminnasta saatavalle tuelle. Kehitetään yhdessä toimivia ratkaisuja ja iloitaan onnistumisista!

Syksyn tapaamiset

- Torstai 3.9. klo 9.30-10.30
- Torstai 15.10. klo 9.30-10.30
- Torstai 19.11. klo 9.30-10.30
- Torstai 17.12. klo 9.30-10.30

Syksyn tapaamisen ilmoittautuminen, ota yhteyttä jussi.keranen@ekl.fi

Kevään 2027 tapaamiset

- Torstai 28.1. klo 9.30-10.30

- Torstai 25.2. klo 9.30-10.30
- Torstai 25.3. klo 9.30-10.30
- Torstai 22.4. klo 9.30-10.30
- Torstai 20.5. klo 9.30-10.30

Ilmoittautuminen kevään tapaamisten kutsulistalle täältä.

Teams-kutsun linjoille saat Jussilta, mutta mikäli linkkiä ei ole tullut, ota ihmeessä yhteyttä jussi.keranen@ekl.fi Voit myös tarvittaessa kysyä neuvoa verkkotapaamiseen liittymiseen

Nestorit

Ensi kevään Nestorit-koulutustamme olemme
suunnittelemassa huhtikuulle Mikkeliin ja
vuoden Nestorit-tapahtumaa lokakuulle Järvenpäähän. Vahvistamme tapahtumatiedot myöhemmin.

Nestorit verkossa: Nestorit-miestoiminta | Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry

Jarkko Utriainen, Järjestösuunnittelija
Elinvoimaa-toiminta
Nestorit
050 436 3449
jarkko.utriainen@ekl.fi

Aamun sarastaessa

Aamun sarastaessa auringon kajossa
katselin metsän ilmettä.

Alkavan syksyn saapuessa
lataan mieltäni
iloitsen
ensi lumen leijuntaa.

Marjatta Salminen

Runo on julkaistu Elinvoimaa-antologiassa (toimi. Petra Toivonen) 2017.

Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry / Elinvoimaa
Haapaniemenkatu 14, PL 168, 00531 Helsinki
Sähköposti ja puhelin
jussi.keranen@ekl.fi
050 522 1946

Linkit
www.ekl.fi/toiminta/elinvoimaa/



Osoitelähde: Elinvoimaa-toimintaan osallistuneet, uutiskirjeen tilaajat.
Jos et halua Elinvoimaa-uutiskirjettä, poistu postituslistalta.
Tietosuojaseloste