



Elinvoimaa uutiskirje 11/2022

[Tilaa Uutiskirje tästä](#)

## Tässä uutiskirjeessä

- Hyvällä mielellä vuoteen 2023
- Paas poiketen -kampanjan vapaaehtoiset ilahduttivat ikäihmisiä
- Koulutuksista lisää elinvoimaa vapaaehtoistoimintaan
- Kysely HMKK- ja Nestorit-ohjaajille

## Rauhallista joulua ja hyvää mieltä uuteen vuoteen!

Vuosi 2022 alkaa olla lopussa ja on taas aika tehdä tilinpäätöstä menneestä ja suunnata katsetta uuteen vuoteen. Kiitos teille kaikille, jotka osallistuitte tänä vuonna Elinvoimaa-toimintaan, koulutuksiin sekä tapahtumiin ja tilasitte Elinvoimaa-materiaaleja! Toivottavasti jokainen saitte eväitä omaan hyvinvointiinne ja jaoitte niitä myös lähipiirillenne ja hyödynsitte yhdistyksen toiminnassa. Mielen hyvinvointi on voimavara, joka mahdollistaa kaiken muun toiminnan. Hyvällä mielellä jaksaa paremmin innostua ja innostaa toisiakin.

Elinvoimaakin starttaa hyvällä mielellä vuoteen 2023. Ensimmäiset koulutukset ovat maaliskuussa ja ilmoittautua saa vaikka heti. Ensi vuonna pyrimme mm. saamaan Nestorit liikkeelle ja lisäämään Paas poiketen-vierailuja sekä kehitämme Luotsi-toimintamallia, mutta ihan yhtä mielellään autamme kaikessa ikääntyneiden mielen hyvinvointia vahvistavassa toiminnassa.

Saa ja kannattaa siis olla yhteydessä matalalla kynnyksellä. Suunnitellaan yhdessä, miten teidän yhdistyksenne hyötyisi Elinvoimaa-toiminnasta. Toiveita ja hyviä kehittämissideoita otetaan myös ilolla vastaan.

Ensin kuitenkin rauhoitutaan joulun viettoon. Levätään, ladataan akut ja nähdään ensi vuonna.

Lämpimin jouluterveisin  
Paula





## Kiitos, Paas poiketen -vierailijat

Jämsänkosken Eläkkeensaajat voitti vierailukampanjan hurjalla loppukirillä ja Laukaan Eläkkeensaajat tuli hienosti toiseksi. Kumpikin yhdistys teki vierailuja enemmän kuin kaikki muut yhteensä. Näin ollen raati päätti, että kahvipalkinto tasataan näille kahdelle aktiiviselle yhdistykselle.

Kampanjan aikana kirjattiin 132 vierailua ja kohtaamisia oli arviolta yli 200. Uusia ikäihmisiä tapaamisissa oli nelisenkymmentä. Kommenteista saamme lukea, että vapaaehtoiset otettiin lämpimästi ja kiitollisina vastaan.

Kaikkien vierailut ja jokainen kohtaaminen ovat aina yhtä tärkeitä ja toivottavasti jatkatte kyläilyjä ja saatte yhdistyksestä muitakin mukaan. Keräämme edelleen tietoa vierailumääristä ja kokemuksista, joten käykää, uudet kyläilijät, ilmoittautumassa ja kertokaa kaikki kokemuksianne [Paas poiketen -sivuilla](#) olevien linkkien kautta. Pienin askelin tallataan isoja polkuja. Iso kiitos kaikille osallistuneille.

Keväällä pidetään uusi [Paas poiketen -koulutus](#), johon kaikki asiasta kiinnostuneet ovat tervetulleita jakamaan ja kuulemaan kokemuksia ja oppimaan lisää. Elinvoimaa auttaa tarvittaessa yhdistyksiä laajemmän Paas poiketen -yhteistyön käynnistämiseksi esim. kuntien kanssa, joten olkaa yhteydessä ja suunnitellaan, miten asiassa kannattaa edetä.

## Elinvoimaa-koulutuksiin voi jo ilmoittautua

Tässä ensi vuoden Elinvoimaa-koulutukset. Tarpeen mukaan pidetään myös muita koulutuksia.

Nyt erityisesti **miehet lähtekää Nestorit-koulutukseen**, jotta saadaan miestoimintaan vauhtia. Tulkaa tekin, joilla jo on omia "Ukko"- tms. kerhoja. Jaetaan osaaminen ja hyvät ideat ja polkaistaan ryhmät käyntiin.

Rajaniemen lomakeskus Virrat

- 6.–8.3. Elinvoimaa-peruskoulutus
- 8.–10.3. Nestorit-koulutus miehille
- 3.–5.4. Paas poiketen -koulutus
- 12.–14.4. Hyvän mielen kulttuurikerho® -ohjaajakoulutus
- 21.–23.8. Kesämieli, toiminnallisten menetelmien koulutus
- 13.–15.9. Paas poiketen -koulutus

Ilmoittautuminen koulutuksiin viim. 3 vkoa ennen koulutuksen alkua  
[www.ekl.fi/jasenille/ekl-elinvoimaa/koulutukset-ja-tapahtumat/](http://www.ekl.fi/jasenille/ekl-elinvoimaa/koulutukset-ja-tapahtumat/)

## Vastaamalla kyselyyn viet Elinvoimaa oikeaan suuntaan

Hyvän mielen kulttuurikerho®- ja Nestorit-koulutukseen osallistuneille on lähetetty kysely kerhojen toiminnasta ja Elinvoimaa-materiaalien hyödyntämisestä.

Vastatkaa ja antakaa meille eväitä, jotta osaamme Elinvoimaa-toiminnassa tehdä teidän toimintaanne tukevia kehittämistoimia. Tilatkaa myös kyselylomakkeet, joilla saadaan kerättyä kokemuksia kerhoihin osallistuneilta. Kiitos jo vastanneille!

**Hyvää Joulua kaikille uutiskirjeen lukijoille!**



Maksuttomat ja osallistavat  
KOULUTUKSET



Helppoja ja maksuttomia  
MATERIAALEJA



Lisätietoa: Paula Noresvuo 050 522 1946 tai [paula.noresvuo@ekl.fi](mailto:paula.noresvuo@ekl.fi)  
Verkko-osoite: [www.ekl.fi/jasenille/elinvoimaa](http://www.ekl.fi/jasenille/elinvoimaa)

*Hyvällä mielellä läpi elämän*

Osoitelähde: Asiakasrekisteri, Yhdistysten/Piirien aktiivitoimijat, Elinvoimaa-koulutuksiin osallistuneet, Kerho-ohjaajat  
(joiden osoite on lähetetty EKL:ään) sekä uutiskirjeen tilaajat. [Tietosuojaseloste](#)  
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.