



TULE MUKAAN VAPAAEHTOISEKSI! OPAS LIETSUN JA LENTSUN VAPAAEHTOISILLE

**SOPIMUSVUORI RY, RIENTOLAN SETLEMENTTI RY
JA KANSALAISTALO MANSIKKAPAIKKA RY**

SISÄLTÖ:

1. Miksi mukaan vapaaehtoistoimintaan?
2. Löydä oma tapasi osallistua
3. Osallistu silloin kun sinulle sopii
4. Kokemuksia toimintaan osallistuneilta
5. Sopimusvuori ry
6. Rientolan Setlementti
7. Kansalaistalo Mansikkapaikka
8. Miten mukaan toimintaan?
9. Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet
10. Huoneentaulu – Turvallinen tila
11. Yhteystiedot

Teksti: Katri Leppisaari, Eija Mäkinen ja Ellinoora Tikkinen.

Kuvat: Katri Leppisaari, Eija Mäkinen, Ellinoora Tikkinen ja

Kirsi Tuuliniemi



**Rientolan
Setlementti**

KANSALAISTALO
Mansikkapaikka.ry

MIKSI MUKAAN VAPAAEHTOISTOIMINTAAN?

- Tutustut Lielahden ja Lentävänniemen alueen asukkaisiin.
- Kohtaat erilaisia ihmisiä ja löydät ystäviä.
- Asuinalue tulee tutummaksi.
- Autat järjestöjä tekemään asuinalueita tutuksi uusille asukkaille.
- Löydät mielekästä ajanvietettä – ehkä jopa uuden harrastuksen!
- Saat apua ideoiden toteuttamiseen.
- Tutustut järjestöjen toimintaan.
- Pääset tekemään yhdessä turvallisempaa asuinaluetta.



2.

LÖYDÄ OMA TAPASI OSALLISTUA

Vertaisapuna Digikahveilla.
Hyväntekeväisyysprojekteissa.



**TUKENA JA
APUNA.**



**YSTÄVÄ- JA
RYHMÄTOIMINNASSA.**

Varamummona tai -vaarina
perhekerhoissa.

Apuna kässä- tai keskus-
teluryhmissä.

Kasvihuoneella tai pienvilje-
lypalstalla.

Luontokävelyillä, roska-
ja vieraslajitalkoissa.



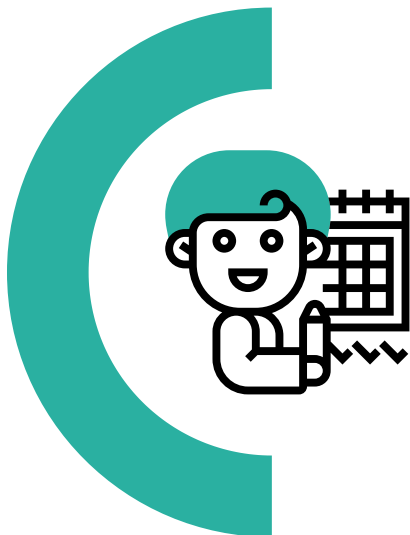
**LÄHILUONNOSSA JA
ASUINALUEELLA.**



**TALKOISSA JA
TAPAHTUMISSA**

Toteuttamassa talkoita
ja tapahtumia .

OLE MUKANA SILLOIN KUN SINULLE SOPII

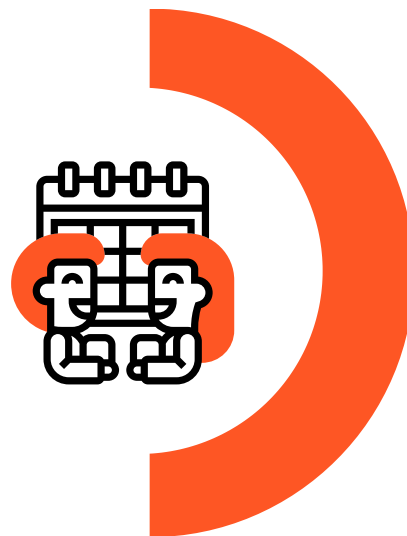


KERRAN VIIKOSSA:

- tukena ryhmissä, esimerkiksi Digikahvilassa, käsityötapaamisissa, keskusteluryhmässä
- kesäaikaan pienviljelytoiminnassa

KERRAN KUUSSA:

- talkoissa
- ideoimassa toimintaa
- varamummona tai -vaarina perhekerhossa



Pst. Osa ryhmistämme kokoontuu iltaisin ja tapahtumia järjestetään myös viikonloppuajkaan.

SATUNNAISESTI:

- tapahtuma-avustajana
- talkoissa
- hyväntekeväisyystoiminnassa

4.

KOKEMUKSIA TOIMINTAAN OSALLISTUNEILTA:

"Toiminta auttaa ihmisiä kohtaamaan toisia ja mahdollistaa tapahtumien järjestämisen. Ehkä joltakin osin estää syrjäytymistä."

"Lisää yhteisöllisyyttä ja kiinnostusta omaan asuin ympäristöön."

"Alueen uudet asukkaat löytävät uusia ihmisiä, joiden kanssa harrastaa itselle tärkeitä asioita. Ystävyyssuhteita solmitaan."

"Vapaaehtoisena toimiminen antaa minulle mm. mielekästä sisältöä arkeen ja mukavia kohtaamisia. Varsinkin nyt korona-aikana toiminta on ollut varsinainen henkireikä. On saanut tavata uusia, mukavia ihmisiä, harrastaa asioita, joita ei ehkä muuten olisi liiemmästi tehnyt, ja tuntee oloni tarpeelliseksi."



SOPIMUSVUORI RY

Sopimusvuori ry järjestää Hiedanrannan tehtaiden suojsissa Lielahden kartanolla kasvihuonetoimintaa ja tapahtumia yhdessä kumppaneiden kanssa. Kartanokahvila Mieli-hyvin tiloissa kokoontuu mm. Keskenikäisten käsitöiden ryhmä ja lukupiiri. Kartanolla sijaitsee Sopimusvuori ry:n toimistotiloja ja järjestämme aulassa tapahtumia ja vapaaehtoisten tapaamisia.

Sopimusvuori ry:n toiminnassa kantava ajatus on edistää kokonaisvaltaista hyvinvointia erityisesti mielenterveyden näkökulmasta. Tuotamme Tampereella sosiaalisen kuntoutuksen ja kuntouttavan työtoiminnan palveluja neljässä yksikössä. Matalan kynnyksen jäsenyhteisöt, Klubitalot, toimivat sekä Tampereella että Hämeenlinnassa

www.sopimusvuori.fi



RIENTOLA

Järjestämme vuoden aikana monenlaista harrastustoimintaa eri ikäisille ja lukuisia tapahtumia. Entisöimme pihapiirimme vanhat rakennukset ja toivotamme kaikki tervetulleiksi talkoisiin! Lisäksi järjestämme paikalliseen historiaan, kulttuuriin ja luontoon liittyvää vapaaehtoistoimintaa. Kesäisin vapaaehtoiset osallistuvat pienviljelytoimintaan. Järjestämme Rientolan Pirtissä myös vapaaehtoisten tapaamisia ja kohtaamispaikkatoimintaa keväällä 2022.

Rientolan Setlementti ry on vuonna 1944 perustettu yhdistys, jonka toiminta pohjautuu kansainvälisen setlementtiliikkeen arvoihin, kuten paikallisuuteen, yhteisöllisyyteen ja yhdenvertaisuuteen.

www.rientola.fi



KANSALAISTALO MANSIKKAPAIKKA

Lähde mukaan avuksi perheryhmiimme, käsityöryhmiin, Digikahveille tai tapahtumiin! Osallistu hyväntekeväisyysprojekteihin tai tule kehittämään Lainaamon toimintaa! Järjestämme myös kestävään kehitykseen liittyvää toimintaa kuten roskakävelyjä.

Mansikkapaikka on vuodesta 1994 asti toiminut kaiken kansan kohtaamispaikka Lentävänniemessä. Mahdollistamme toimintaa, kohtaamisia, ohjausta ja tukea perheille, aikuisille ja ikääntyville erilaisten ryhmien ja toiminnan, yhteisen tilan ja tekemisen kautta.

www.mansikkapaikka.net

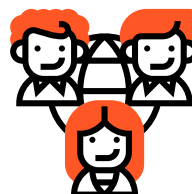


MITEN MUKAAN TOIMINTAAN?

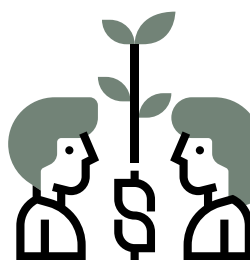
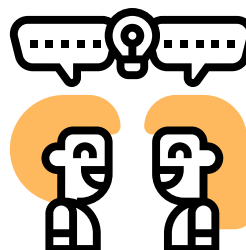
Ota yhteyttä Kansalaistalo Mansikkapaikkaan, Rientolan Setlementtiin tai Sopimusvuori ry:n ja kerro toiveistasi.



Keskustellaan tarkemmin vapaaehtoistehtävästä ja tutustut samalla tiloihimme.



Tule tapahtumaan tai toimintaan mukaan. Työntekijät ja pidempään mukana olleet vapaaehtoiset ovat tukenasi.



Pst. Voit tulla avuksi tapahtumiin myös kertaluontoisesti!

OIKEUDET JA VELVOLLISUUDET:

Vapaaehtoisena sinulla on oikeus:

- saada toiminnasta iloa ja mielekästä tekemistä
- perehdytykseen, ammattilaisen tukeen ja ohjaukseen
- olla mukana toiminnassa oman aikataulun ja elämäntilanteen mukaan
- kieltäytyä tarjotusta vapaaehtoistehtävästä
- lopettaa vapaaehtoistoiminta tai pitää siitä taukoa
- kertoa toiveita ja antaa palautetta

Vapaaehtoisena sinulla on velvollisuus:

- toimia päihtettömänä
- noudattaa vaitiolovelvollisuutta
- ilmoittaa ajoissa muutoksista
- noudattaa huoneentaulun (s.11.) periaatteita
- muistaa edustavasi toimintaa järjestävää tahoa ja sen arvoja
- ilmoittaa, jos haluat lopettaa toiminnassa
- huolehtia jaksamisestasi ja kieltäytyä tehtävästä, jos ei voi tai halua siihen sitoutua
- pitää poliittiset, hengelliset, kaupalliset tai vakaukselliset keskustelut toiminnasta erillään



HUONEENTAULU -TURVALLINEN TILA

- Suunnittelemme Lielahdessa, Lentävänniemessä ja lähialueella järjestettävää vapaaehtoista kansalaistoimintaa yhdessä asukkaiden ja alueen järjestöjen kanssa.
- Toimintamme on voittoa tavoittelematonta ja uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumatonta.
- Järjestämme vapaaehtoisille perehdytystä.
- Järjestämissämme tapaamisissa ja vapaaehtoistoiminnassa kunnioitamme toisia ihmisiä ja heidän ihmisarvoaan.
- Luomme yhdessä turvallisen tilan osallistua: Emme syrji emmekä häiritse toisia.



YHTEYSTIEDOT

Sopimusvuori ry, Rientolan Settlementti ry ja Kansalais-talo Mansikkapaikka ry järjestävät vapaaehtoisille pe-rehdytystä ja virkistystä.

Vastuu toiminnan suunnittelusta on järjestöjen työntekijöillä. Järjestämme vapaaehtoisilla mahdollisuuksia osallistua kehittämiseen. Suosittelemme osallistumaan vapaaehtoisten tapaamisiin, joissa keskustelemme ajan-kohtaisista asioista.

Jos joku asia askarruttaa, ole yhteydessä:

Tule!_hankkeen verkkosivut:
www.lietsulentsu.fi

Lisätietoja:

mervi.matswetu@mansikkapaikka.net

p. 040 756 6542

www.mansikkapaikka.net

sanna.natunen@rientola.fi

p.041 3149721

www.rientola.fi

christa.rajanti@sopimusvuori.fi

p. 044 4554 701

www.sopimusvuori.fi