

Naapuruuspiirin ohjaajan opas



Tämän oppaan on koontanut 6/2019
Yhdyskuntatyöntekijä Soile Atacocugu
Yhdyskuntatyöntekijä Hannele Åberg
Kulttuuriohjaaja Päivi Turunen
Kehittämisasiantuntija Meeri Kuikka

Sisällys

Tervetuloa mukaan toimintaan!	4
Mikä Naapuruuspiiri on?	5
Vapaaehtoinen Naapuruuspiirin ohjaajana.....	6
Vapaaehtoistoiminnan periaatteet	7
Sinun tehtäväsi Naapuruuspiirin vapaaehtoisena on	8
Vierailijat	9
Naapuruuspiirin käynnistämisen muistilista	10
Tutustumisharjoitteita.....	11
Ryhmän vaiheet.....	12
Meidän Naapuruuspiiri.....	13
Naapuruuspiirin yhteistyöntekijän ja vapaaehtoisen tehtävänjako....	14



Tervetuloa mukaan toimintaan!

Hienoa, että olet kiinnostunut Naapuruuspiireistä ja mahdollisuudesta toimia ohjaajana sellaisessa. Mukavaa saada lisää vapaaehtoisia mukaan toimintaan. Tämän oppaan tarkoitus on antaa sinulle tärkeää ja käytännön läheistä tietoa Naapuruuspiirin ohjaajana toimimisesta. Oppaaseen on koottu kokemuksia jo toiminnassa mukana olleilta henkilöiltä, sekä yhteystietoja tärkeisiin yhteystyötahoihin.

Opas lähtee liikkeelle Naapuruuspiirien toiminnan esittelystä, sen jälkeen sivutaan vapaaehtoistyön periaatteita ja lopussa keskitytään niihin käytännön asioihin, joita sinun olisi hyvä huomioida uutta Naapuruuspiiriä suunnitellessasi.

Antoisia hetkiä vapaaehtoistoiminnan parissa!

Mikä Naapuruuspiiri on?

Naapuruuspiiri on asuinalueella toimiva paikallinen olohuone, jota vapaaehtoiset ohjaavat. Naapuruuspiiri kokoontuu yleensä kerran viikossa noin kaksi tuntia kerrallaan.

Kokoontumispaikat etsitään asuinalueen maksuttomista tiloista, esimerkiksi kirjastosta, asukastiloista, kerhohuoneista tai järjestöjen tarjoamista tiloista. Naapuruuspiiriin voidaan kutsua maksuttomia vierailijoita. Ideoita vierailijoista on koottu lista oppaan loppuun.

Naapuruuspiiriin voi tulla kuka vain, mutta toiminnassa huomioidaan aina ikäihmiset. Tarkoitus on saattaa yhteen ihmisiä ja tuoda heille mielekästä yhdessäoloa ja tekemistä lähelle kotia. Vertaistuki ja ihmissuhteet vähentävät yksinäisyyden tunnetta. Naapuruuspiirissä tutustuu kahvikupin ääressä lähialueen ihmisiin.

Naapuruuspiiriin sovitaan aina yhteystyöntekijä, joka on vastuussa toiminnan käynnistämisestä ja vapaaehtoisen tukemisesta. Vapaaehtoisen tehtävänä on toimia Naapuruuspiirin käynnistäjänä. Hän yhteyshenkilönä varmistaa, että puitteet ryhmän toiminnalle ovat kunnossa. Käytännön tehtäviä kahvinkeittämisestä pöydänkattamiseen on suositeltavaa jakaa piiriläisten kesken. Näin kaikki

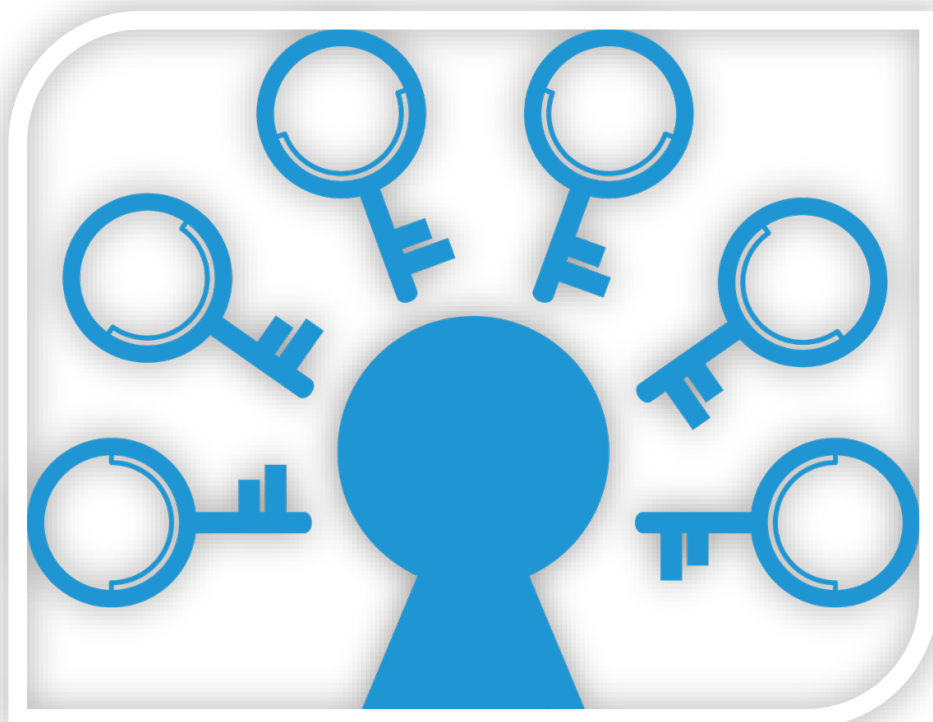
taakka ei jää ohjaajan harteille ja piiriläiset saavat osallisuuden kokemuksia.

Vapaaehtoinen Naapuruuspiirin ohjaajana

Naapuruuspiirin ohjaajana toimit Helsingin kaupungin vapaaehtoistoimija. Toiminnasta ei saa korvausta sen on vapaaehtoistoiminnan periaatteiden mukaista.

Vapaaehtoistoiminnan tulee olla tekijälleen mielekästä. Toiminnan tukena on aina yhteystyöntekijä, jonka puoleen voi kääntyä missä tahansa tilanteessa.

Vapaaehtoistoiminta antaa tekijälleen mahdollisuuden uusien asioiden opetteluun ja itsensä kehittämiseen.



Vapaaehtoistoiminnan periaatteet

- **Vapaaehtoisuus ja palkattomuus**
- **Vapaaehtoisen ja työntekijän roolien ero**
- **Luottamuksellisuus ja vaitiolovelvollisuus**
- **Luotettavuus ja sitoutuminen**
- **Tasa-arvoisuus ja vastavuoroisuus**
- **Suvaitsevaisuus ja yhdenvertaisuus**
- **Osallisuus ja yhteisöllisyys**
- **Merkityksellisyys ja toimijuus**
- **Helsingin kaupungin arvoihin, vapaaehtoistoiminnan ohjeisiin ja periaatteisiin sitoutuminen**
- **Vapaaehtoistoiminnasta apua saavan henkilön ja/tai tahon kunnioittaminen ja ohjeiden noudattaminen**
- **Oikeus tukeen ja ohjaukseen**
- **Toiminnan ilo**

Sinun tehtävänäsi Naapuruuspiirin vapaaehtoisena on

- **Huolehtia käytännön toimista:**
 - varmistaa, että kahvitarvikkeet on hankittu yhteisesti sovitulla tavalla.
 - tila on siistitty yhdessä ryhmän lopuksi
- **Pitää ryhmä toimivana**
 - Sopia aluksi yhteiset pelisäännöt kävijöiden kanssa
 - Säännöt luovat turvaa ja selkeyttä (esim. puhelimen käyttö, taukojen pitäminen)
 - Ottaa kaikki ryhmän jäsenet huomioon
 - Antaa kaikille osallistujille mahdollisuus puhua ja vaikuttaa ryhmän toimintaan tuomalla kunkin omaa osaamista esille
 - Yhteishenkeä voi luoda erilaisilla harjoitteilla ja rohkaisemalla kaikkia osallistumaan
 - Sitoutua toimintaan sovitulla tavalla ja ilmoittaa mahdollisista muutoksista yhteystyöntekijälle

Vierailijat

Vierailijat ovat pidetty osa Naapuruuspiirien ohjelmaa. Voit päättää yhdessä Naapuruuspiirin kävijöiden kanssa mitä tahoja pyydätte vierailulle. Alla olevasta listasta saat vinkkejä jo mukana olleista tai kiinnostusta herättäneistä ja tahoista.

Asumisneuvoja

Sydänliitto

Sosiaaliohjaaja

Etelä-Suomen syöpäyhdistys

Näkövammaisten keskusliitto

Pääkaupunkiseudun Hengitys
ry

Kotihoidon työntekijä

Kuuloliitto

Sydänliitto

Osteoporoosiliitto

Martat

Kela

Mielenterveyden keskusliitto

Lähipoliisi

Astma- ja allergialiitto

Diabetesliitto

Ravintoterapeutti

Suomen nivelyhdistys

Diakoni lähiseurakunnasta

Lähialueen oppilaitosten
opiskelijat (esimerkiksi
kauneudenhoito)

Maahanmuuttajayhdistykset

Muusikot, taiteilijat, esiintyjät

Apteekin työntekijä

Suvanto ry

UKK-instituutti

Sininauhaliitto

Suomen Parkinson liitto

Naapuruuspiirin käynnistämisen muistilista yhteystyöntekijä/vapaaehtoinen

1. Sopivan esteettömän tilan etsiminen ja käytöstä sopiminen
2. Aloitusajan sopiminen
3. Yhteystyötahojen selvittäminen
4. Mainostus ja tiedotus
5. Vieraskirja (kävijät, teema tai vierailijat)

Jatkossa:

1. Säännöllinen yhteydenpito vapaaehtoisen ja yhteystyöntekijöiden välillä
2. Ilmoitukset muutoksista, kesä- ja joulutauoista
3. Tehkää Naapuruuspiiristä kaikille mukava paikka ja iloinen hetki päivään ☺



Tutustumisharjoitteita

Tässä on muutama leikkimielinen tutustumisharjoitus, joita voitte halutessanne käyttää yhteishengen luomiseen.

”Olenko ainoa?”

Osallistujat istuvat piirissä tuoleilla. Aloittaja nousee ylös ja kertoo yhden asian joka on tehnyt lähiaikana. ”Olenko ainoa joka on tänään syönyt puuroa aamupalaksi?”. Jos joku toinenkin on tehnyt niin, hän sanoo ”Minä myös”. Aloittaja jatkaa niin kauan kunnes on ainoa kyseisen asian tehnyt, tämän jälkeen vuoro siirtyy seuraavalle. Harjoitus jatkuu kunnes kaikki ovat saaneet olla aloittajia.

”Tiina Tomera”

Ensimmäinen osallistuja sanoo nimensä ja samalla kirjaimella alkavan adjektiivin. ”Minä olen Tiina Tomera”. Toinen sanoo ääneen ensimmäisen nimen ja adjektiivin ja esittelee sitten itsensä. Kolmas kertaa ääneen ensimmäisen ja toisen ja esittelee samaan tapaan itsensä. Näin jatketaan kunnes viimeisen tehtävänä on muistaa kaikkien nimet ja adjektiivit sekä lopuksi esitellä itsensä. Kannattaa pitää auttamiskynnys matalana ja ottaa haaste yhteisenä muistileikkinä.

Äkkiarvauksella

Jokainen ottaa parin vieressään istuvasta. Ohjaaja kysyy: ”Onko parisi ilta- vai aamuvirkku?” Kumpikin pari arvaa mitä toinen tähän vastaisi. Tämän jälkeen voidaan käydä läpi oikeat vastaukset. Kysymyksiä voi olla esimerkiksi ”Juoko parisi kahvia vai teetä?” tai ”Tykkääkö parisi ristikoiden tekemisestä?” Lopuksi voidaan keskustella ensivaikutelmasta ja sen synnystä.

Ryhmän vaiheet

Ryhmän elinkaarella tulee vastaan erilaisia vaiheita, joista jokaisella on omat piirteensä. Vaiheiden kesto vaihtelee ja etenemisnopeus on aina ryhmäkohtaista.

Alkavassa ryhmässä ohjaajan merkitys on suuri ja osallistujat kiinnittyvät häneen. Ryhmän tavoitteet, normit ja roolit alkavat muodostua ja ryhmän tavoitteena on sitoutuminen toimintaan. Ryhmän toimintaan halutaan liittyä.

Rakentuva ryhmä toimii jo itsenäisemmin. Ohjaajan rooli heikkenee ja vuorovaikutus ryhmäläisten kesken lisääntyy. Erilaiset näkemyksen alavat nousta pintaan ja syntyy alaryhmiä/kuppikuntia. Ryhmän tavoitteet ja toimintamallit muodostuvat.

Vakiintuneessa ryhmässä yhteistoiminta on syntynyt ja ryhmäläiset ovat sitoutuneita. Toimintamallit ovat sitoutuneita ja ryhmällä on pyrkimys tavoitteen mukaiseen toimintaan.

Kypsän toiminnan vaiheessa yhteistyö sujuu hyvin ja ryhmä on saavuttanut myönteisiä päämääriä. Perustehtävät sujuvat ongelmitta ja ryhmä on luova ja tuottelias.

Ryhmän päättyminen on hyvä tehdä selväksi jo hyvissä ajoin etukäteen. Vaikka ryhmä jatkuisi, on tärkeää päättää meneillään oleva kausi ennakkoidusti.

Lähde: Kopakkala, A. (2008). Porukka, jengi, tiimi: Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita. S. 49–51.

Meidän Naapuruuspiiri

Kerää tälle sivulle Naapuruuspiirin tarpeelliset yhteystiedot

Tila _____

Vapaaehtoinen _____

Sponsori _____

Naapuruuspiirin yhteystyöntekijä

Kokoontumistila _____

Yhteistyökumppanit _____

Tiedustelut ja lisätiedot:

Yhdyskuntatyöntekijä Soile Atacocugu: soile.atacocugu@hel.fi, p. 050-3497611

www.vapaaehtoistoiminta.hel.fi

<https://www.facebook.com/VapaaehtoistoimintaHelsinki>

vapaaehtoistoiminta@hel.fi



Naapuruuspiirin yhteistyöntekijän ja vapaaehtoisen tehtäväjako

Yhteistyöntekijä ja vapaaehtoinen voivat sopia yhdessä työnjaon asioiden hoitamisesta. Pääsääntöisesti vapaaehtoinen huolehtii kaikista käytännön toimista ja saa tarvittaessa tukea yhteistyöntekijältä.

	Yhteistyöntekijä	Vapaaehtoinen	Ryhmä yhdessä	Muu taho, kuka
Tilan käytöstä huolehtiminen				
Tilan avaaminen & sulkeminen				
Siisteydestä vastaaminen				
Tarjoiluiden hoitaminen				
Vieraskirjan täyttäminen (kävijät, vierailijat ja teema)				
Mainoksen laatiminen/ tekeminen				
Mainosten levittäminen/ jakaminen				
Ilmoittaa ryhmän muutoksista tiedotteella/ mainoksella				
Vierailijoiden hankkiminen				
Naapuruuspiirin ohjelman suunnittelu				
Yhteydenpito kumppaneihin ja sponsoreihin				
Muuta sovittavaa:				

Päivämäärä:

Yhteistyöntekijä:

Vapaaehtoinen/vapaaehtoiset: