

Vapaaehtoistoiminnan koulutuskalenteri, syyskausi 2026

Tervetuloa kehittämään osaamistasi vapaaehtoistoiminnan koulutusten ja tapahtumien avulla.

Koulutukset

Tietoa vapaaehtoistoiminnasta
21.8.2026 klo 9.30–11.00 Etäkoulutus.
23.9.2026 klo 17.00–18.45 Etäkoulutus.
21.10.2026 klo 17.00–18.30 Malmi.
17.11.2026 klo 16.45–18.30 Vuosaari.
9.12.2026 klo 17.00–18.30 Etäkoulutus.

Esittelyssä elokuussa mm. lasten ja nuorten tukihenkilötoiminta, syyskuussa Information on volunteering in English and easy-to-understand Finnish eli selkeällä kielellä sekä englanniksi. Lokakuussa Malmin alueellinen toiminta, marraskuussa vastaavasti Vuosaaren. Joulukuussa esittelyssä tehtävät ikäihmisen parissa.

Erikoiskoulutukset

Tukiperhevalmennus
Valmennusryhmä 1: 8.9., 13.9. ja 15.9.
Valmennusryhmä 2: 27.10., 31.10., 4.11.

Koulutukset ovat 2,5 h arki-iltaisin Hakaniemessä ja viikonloppukerrat etänä.

Naapuruuspiiri info
15.9.2026 klo 14.30–16.00 Stadin yhteisötila, Oulunkylän seurahuone

Tietoa Naapuruuspiiritöinnasta ja vapaaehtoisen roolista ja tehtävistä.

Lukulähettiläskoulutukset
17.9.2026 klo 9.30–11.15 Malmi ja etänä
3.12.2026 klo 17–19.30 Töölö
 Välitä lukuiloa lukemalla senioreille ääneen!

Lasten ja nuorten vapaaehtoisten tukihenkilöiden koulutus syyskuussa.
 Ajanvaraukset soveltuvuushaastatteluun:
tukihenkilotoiminta@hel.fi

Saattohoidon vapaaehtoisten koulutus
22.9. & 29.9.2026 klo 17.00–19.45
Roihuvuoren seniorikeskus.

Saattohoidon vapaaehtoisena toimitaan seniorikeskuksessa / palvelutalossa vanhuksen ystävänä elämän loppuvaiheessa ja saattohoitovaiheen tukena.

Toiminnalliset koulutukset

Liikuntaluotsi – vertaisohjaajakoulutukset
Ryhmä 1: 24.9.2026 ja 1.10.2026
Ryhmä 2: 29.10.2026 ja 5.11.2026
Kaksiosaisia, Vuosaarella, klo 12.00–16

Kiinnostaisiko toimia vapaaehtoisena ikääntyneiden liikunnan parissa?
 Jälkimmäinen koulutuskerta selkeällä suomen kielellä ja englannin kielellä/ in English and easy-to-understand Finnish

Äänenkäytön ja ilmaisutaidon koulutus. Lisäksi kirjavinkkaus
27.10.2026 klo 17.00–19.30 Töölö

Opetellaan mm. erilaisia ilmaisutapoja äänenkäyttöön. Lopuksi kirjavinkkausta.

Apuvälineet ja liikkumisen avustaminen
11.11.2026 klo 17.00–18.30 Malmi

Toiminnallinen koulutus vapaaehtoisille, Vinkkejä näkövammaisen ohjaamisesta, pyörätuolin ja rollaattorin käytöstä.

Lisää luentoja ja tapahtumia seuraavalla sivuilla.

Tapahtumat

Neighbourhood welcome Day events will be held in four areas in Helsinki.

Welcome Day Vuotalo on Friday 12 June at 15.00-18.00 in Vuosaari, Mosaiikkitori 2

Welcome Day Stoa on Thursday 20 August at 15.00-18.00 in Itäkeskus, Turunlinnantie 1

Welcome Day Malmitalo on Thursday 10 September at 17.00-20.00 in Malmi, Ala-Malmi tori 1

Welcome Day Kanneltalo on Wednesday 16 September at 16.30-19.00 in Kannelmäki, Klaneettitie 5

Info about volunteering opportunities also at these events. Would you like to learn more about your neighbourhood, local services, and leisure opportunities? Everyone is very welcome, even those who have lived in Helsinki for a longer period of time!

More info; <https://www.hel.fi/en/decision-making/information-on-helsinki/internationality-and-new-residents/welcome-day-events>

Vuosaaren vapaaehtoismessut
17.9.2026 klo 15.00–18.00
Vuotalon aula.

Esittelemässä vapaaehtoistoimintaansa järjestöt, seurakunta ja kaupungin toimijat.

Vapaaehtoisten kiitostilaisuus
10.9.2026 klo 15.00–18.00
Lapinlahden Lähde

Luentoja ja toiminnallisia pisteitä. Hyvinvointi, luonto ja liikunta teemoina. Mukavaa yhdessäoloa, lisäksi tarjolla suolaista ja makeaa tarjottavaa.

Aivoterveysmessut
29.10.2026 klo 10.00–14.30
Kampin palvelukeskus

Tietoa muistipalveluista ja aivoterveysten edistämisestä. Luentoja ja kymmeniä eri esittelijöitä, myös vapaaehtoistoiminnasta.

Luennot

Hyvinvointiluento vapaaehtoisille
30.9.2026 klo 17.00–18.30
Etänä Teamsin välityksellä

Aiheita, joista luennoitsija psykologi ja psykoterapeutti Pirkko Lahti puhuu ovat muun muassa tunteet, toisista välittäminen ja elämänhallinnan teemat.

Muistisairaahan ihmisen ymmärtäminen ja kohtaaminen
1.12.2026 klo 17.00–18.30
Etänä Teamsin välityksellä

Aiheina yleisimmät muistisairaudet ja niiden oireet sekä muistisairaahan ihmisen kohtaaminen. Lisäksi käytännön vinkkejä muistisairauteen sairastuneen ihmisen kanssa toimimiseen.

Tietoa vapaaehtoistoiminnasta –koulutus

pe 21.8.2026 klo 9.30–11.00

Etänä Teamsin välityksellä

Kiinnostaako vapaaehtoistoiminta? Tule mukaan!

Maksuton koulutus on kaikille kiinnostuneille. Käymme läpi vapaaehtoistoiminnan perusteet, käytännön asiat ja vuorovaikutustaitoja – saat hyvät valmiudet aloittaa. Koulutuksesta voi saada todistuksen.

Vapaaehtoisena toimit silloin kun sinulle sopii. Tarjolla on monenlaisia tehtäviä eri kohderyhmien parissa, ja niihin tutustutaan koulutuksessa.

Vapaaehtoisia tarvitaan esimerkiksi ikäihmisten seuraksi sekä lapsille ja nuorille turvallisiksi aikuisiksi. Tällä kertaa mukana myös asiantuntijoita kertomassa lasten ja nuorten tukihenkilötoiminnasta tarkemmin.

Ilmoittaudu oheisesta linkistä tai QR-koodilla, koulutusajankohtaan mennessä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/B99392F15B65E3DF>



Lämpimästi tervetuloa!

Uusia vapaaehtoisia tukihenkilöitä tarvitaan!

Helsingin sosiaali- ja terveystoimen lasten ja nuorten tukihenkilöt toimivat vapaaehtoisina aikuisystävinä lapsille ja nuorille. Tukihenkilöt mahdollistavat positiivisia kokemuksia. Heiltä edellytetään halua sitoutua toimintaan pitkäaikaisesti.

Tukihenkilöitä tarvitsevat 7–18-vuotiaat lapset ja nuoret, jotka ovat vailla perheen ulkopuolisen aikuisen seuraa ja tukea. Näiden lasten ja nuorten elämäntilanteet ovat haastavia

Koulutamme uusia tukihenkilöitä syyskaudellakaudella, ainakin syyskuun alussa. **Yhteydenotot, koulutusajankohtien kyselyt ja ajanvaraukset soveltuvuushaastatteluun:** tukihenkilotoiminta@hel.fi

Lue lisää: www.hel.fi/tukihenkiloksi

Kutsu vapaaehtoisten kiitostilaisuuteen Lapinlahteen to 10.9.2026 klo 15.00–18.00

Lapinlahden Lähde, auditorio, osasto 5 ja piha-alue.

Osoite: Lapinlahdenpolku 8, 00180 Helsinki.

Esteettömyys: Tilat sijaitsevat pääosin ensimmäisessä kerroksessa ja ovat lähes esteettömät, mutta sisältävät joitakin kynnyksiä ja portaita.

Ohjelma: Iltapäivän aikana juhlistetaan vapaaehtoistoimintaa ja sen merkitystä yhdessä. Tilaisuus alkaa klo 15 avauksella ja juhlapuheella, jonka jälkeen ohjelma jatkuu vapaamuotoisempana. Auditoriossa järjestetään mielen hyvinvointia käsittelevä luento sekä dokumentin Taistelu Lapinlahdesta esitys, ja lisäksi ulkona toteutuu luontoaiheinen hyvinvointiosuus. Lapinlahden alueella on koko tilaisuuden ajan ohjattuja ja omatoimipisteitä sekä luovuuden seinä, johon voi jättää ajatuksia vapaaehtoistoiminnan merkityksestä. Ohjelma täydentyy vielä, ja tarkempi ohjelma lähetetään ilmoittautuneille elokuun aikana.

Tarjolla: Keitto sekä pulla ja kahvi/tee.

Ilmoittaudu linkistä:

<https://link.webropolsurveys.com/EP/724043204613F923>

tai skannaamalla QR-koodi:



Helsingin kaupungin kanssa yhteistyössä:



Tukiperhevalmennus

Kaksi iltaa etänä ja yksi läsnä Hakaniemessä.

Haluaisitko tehdä tärkeää vapaaehtoistyötä?

Tukiperheenä olet lapsen ja perheen tukena, kun perheen voimavarat ovat vähissä eikä perheellä ei ole omaa tukiverkostoa apuna. Lapsi viettää tukiperheessä tavallisesti yhden viikonlopun kuukaudessa tarjoten lapselle mielekästä tekemistä ja yhdessä oloa.

Tukiperheiden valmennus toteutetaan ryhmävalmennuksena, joka sisältää kolme noin 2,5 tunnin mittaista tapaamista. Kaksi tapaamisista toteutetaan arki-iltoina etänä Teamsilla ja yksi lähitapaamisena viikonloppuna Hakaniemessä. **Syksyn 2026 ryhmävalmennukset** toteutetaan seuraavasti: ensimmäisen valmennuksen päivät ovat ti 8.9., su 13.9. ja ti 15.9. ja toisen valmennuksen päivät ovat ti 27.10., la 31.10. ja ke 4.11. Voimme valmentaa perheitä myös räätälöidysti, aiempi koulutus ja osaaminen huomioiden.

Ole meihin yhteydessä, kerromme mielellämme lisää:

tukiperhe@hel.fi tai puhelimitse 050 3289976 / 040 7756964.

Naapuruuspiiri-info ti 15.9.2026 klo 14.30–16.00, Stadin yhteisötila Oulunkylän seurahuone, Charlotte-sali, Larin Kyöstin tie 7, 00650 Helsinki.

Mitä on Naapuruuspiiritoiminta? Kuinka perustaa oma Naapuruuspiiri? Vapaaehtoisen ohjaajan rooli ja tehtävät Naapuruuspiirissä.

Uusille Naapuruuspiireille on tarvetta erityisesti Jakomäessä, Laajasalossa, Malmilla, Oulunkylässä, Pukinmäessä, Tapanilassa, Tapulikaupungissa ja Vuosaarella. Naapuruuspiirejä pääsee myös vapaaehtoisena ohjaamaan eri puolilla Helsinkiä.

Lämpimästi tervetuloa! **Ilmoittaudu oheisesta linkistä ma 14.9. klo 15 mennessä:** <https://link.webropolsurveys.com/EP/1A2FE59D9F295578>

Tiedustelut: yhdyskuntatyöntekijä Soile, soile.atacocugu@hel.fi p.050 349 7611

Lukulähettiläskoulutus to 17.9.2026 klo 9.30–11.15

**Malmin kirjasto, Monitoimitila. Ala-Malmintori 1, 00700
Helsinki. Osallistua voi myös etänä Teamsin välityksellä.**

**Haluatko välittää lukuiloa muillekin? Järjestämme koulutuksen
uusille vapaaehtoisille, lähde mukaan!**

Vapaaehtoiset Lukulähettiläät tukevat lukuharrastuksen säilymistä lukemalla
ääneen ikääntyneille palvelutaloissa. Kirjastojen ammattilaiset tukevat
toimintaa. Koulutuksessa saat tietoa vapaaehtoistoiminnasta sekä tarkemmin
lukulähettilästoiminnasta ja vinkkejä sopivista kirjoista.

Lisätietoa ja ilmoittautuminen ti 15.9. mennessä: lukulahettilas@hel.fi
Ilmoitathan, osallistutko etänä vai tuletko paikan päälle!

Lue lisää: <https://vapaaehtoistoiminta.hel.fi/tehtavat/lukulahettilas/>

Vuosaaren vapaaehtoisuismessut to 17.9.2026 klo 15.00–18.00 Vuotalon aula

**Kiinnostaako vapaaehtoistoiminta?
Oletko miettinyt, miten voisit auttaa?**

Vuosaaren vapaaehtoisuismessut tarjoavat mahdollisuuden tutustua alueen
monipuoliseen vapaaehtoistoimintaan. Tule kuulemaan lisää ja tapaamaan
vapaaehtoistomijoita paikan päällä. Esittelemässä toimintaansa järjestöt,
seurakunta ja kaupungin toimijat.

Tervetuloa mukaan!

Lisätietoja: yhdyskuntatyöntekijä Minna Suoknuuti, Helsingin kaupunki
minna.suoknuuti@hel.fi

Saattohoidon vapaaehtoiseksi seniorikeskukseen / palvelutaloon ti 22.9.2026 alkaen.

Roihuvuoren seniorikeskus, juhlasali.
Punahilkantie 16, 00820 Helsinki.

Ensimmäinen osa: ti 22.9.2026 klo 17.00–19.45
Toinen osa: ti 29.9. klo 17.00–19.45

Haluaisitko toimia vanhuksen elämän loppuvaiheen tukena? Tervetuloa mukaan kaksiosaiseen koulutukseen!

Järjestämme koulutuksen täysi-ikäisille, tasapainoisessa elämäntilanteessa oleville vapaaehtoisille, jotka ovat kiinnostuneita toimimaan Seniorikeskuksessa / palvelutalossa vanhuksen ystävänä elämän loppuvaiheessa tai toimimaan saattohoitovaiheen tukena. Toimintapaikan voi valita useammasta vaihtoehdosta, tilanne ja tarve huomioiden.

Koulutuksessa käsitellään seuraavia teemoja: vanhukset ja vanhuus, kohtaaminen ja vuorovaikutus vanhuksen kanssa, vanhuksen elämän loppuvaihe ja kuolema, saattohoidon vapaaehtoistoiminta, myötätunto ja jaksaminen, sekä minä saattohoidon vapaaehtoisena.

Koulutus kestää kaksi iltaa, sisältäen välitehtävän ja on maksuton. Kouluttajina toimivat yksiköiden vapaaehtoistoimintaa ja saattohoitoa tunteva henkilökunta.

Ilmoittaudu pe 18.9. mennessä QR-koodilla tai oheisesta linkistä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/C8E15CAFCF92E17B>



Lisätietoa: Helsingin kaupunki vapaaehtoistoiminta@hel.fi tai
p.0931046940/0931052917

Information on volunteering in English and easy-to-understand Finnish

Wed, Sept. 23, 2026, 5:00–6:45 p.m., online via Teams.

Tietoa vapaaehtoistoiminnasta englanniksi ja selkeällä suomen kielellä ke 23.9.2026 klo 17.00–18.45, etänä Teamsin välityksellä.

Koulutus on selkeällä suomen kielellä ja englannin kielellä ja sopii kaikille vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille. Kerromme toiminnan tärkeistä asioista ja tavoista. Mukana esimerkkejä erilaisista vapaaehtoistehtävistä, kuten Leikkipuistojen monikulttuurisesta toiminnasta sekä Yhteisötalojen vapaaehtoistoiminnasta ja lisätietoa Kaveriohjelmasta. Osallistumisesta on mahdollista saada todistus.

This training, organised by the City of Helsinki, is in English and Finnish and is suitable for anyone interested in volunteering. We will explain the important issues and ways of volunteering. Includes examples of various volunteer opportunities, such as multicultural activities at playgrounds, volunteer work at community houses and Friend Program. You can get a certificate for the training.

Lämpimästi tervetuloa!

Ilmoittaudu oheisesta linkistä tai QR- koodilla koulutusajankohtaan mennessä.

A warm welcome! Please sign up via the link below or by scanning the QR code by the training date:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/42A982AE41B1B154>



Kiinnostaisiko toimia vapaaehtoisena ikääntyneiden liikunnan parissa?

Vertaisohjaaja eli Liikuntaluotsi-koulutus järjestetään:

To 24.9.2026 ja to 1.10.2026 klo 12–16 (kaksiosainen),
Vuosaaren kirjastossa, Vuotalo, Mosaiikkitori 2, 00980 Hki.

Maksuton Liikuntaluotsi-koulutus on tarkoitettu kaikille liikunnan vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille. Et tarvitse aiempaa kokemusta liikunnan ohjaamisesta tai vapaaehtoistoiminnasta, pelkkä innostus liikuttaa muita riittää.

Lämpimästi tervetuloa mukaan!

Kysy lisää tai Ilmoittaudu:

Ilmoittautuminen to 17.9.2026 mennessä liikuntakoordinaattori Helille
liikunta.vapaaehtoistoiminta@hel.fi tai p. 09 310 32594

Helsingin kaupunki, liikuntapalvelut.

<https://vapaaehtoistoiminta.hel.fi/tehtavat/liikuntaluotsi/>

Huomioithan:

Tulossa on myös 29.10. ja 5.11. selkeällä suomen

kielellä ja englannin kielellä järjestettävä Liikuntaluotsikoulutus!

Lue siitä lisää koulutuskalenterista ja / tai tiedustele lisää, yhteystiedot yllä.

Hyvinvointiluento vapaaehtoisille ke 30.9.2026 klo 17.00–18.30 Etänä Teamsin välityksellä

Minkälaisia tunteita ja ajatuksia vapaaehtoisena toimiminen sinussa herättää? Mietityttääkö myös oma jaksaminen välillä?

Illan hyvinvointiluennon tarkoituksena on herätellä ajatuksia hyvinvoinnista ja myös tukea vapaaehtoisen omaa jaksamista. Aiheita, joista luennoitsija Pirkko Lahti puhuu ovat muun muassa tunteet, toisista välittäminen ja elämänhallinnan teemat.

Luennoitsija Pirkko Lahti on psykologi, psykoterapeutti, filosofian lisensiaatti, joka oli Suomen Mielenterveysseuran pitkäaikainen toiminnanjohtaja. Koko kansan terapeuttina tunnettu Lahti on arvostettu puhuja, joka on tehnyt mielenterveystyötä tunnetuksi monenlaisissa yhteyksissä.



Lämpimästi tervetuloa!

Ilmoittaudu oheisesta linkistä tai QR- koodilla koulutusajankohtaan mennessä: <https://link.webpolsurveys.com/EP/B8F0B1E7B46ACC74>



Lisätietoa/tiedustelut: Helsingin kaupunki vapaaehtoistoiminta@hel.fi

Kyseinen koulutus järjestetään vapaaehtoistoimintaan painottuvan Välittäjät- verkoston yhteistyönä, ja usean tahon vapaaehtoiset voivat ilmoittautua mukaan. Mukana verkostossa mm. Helsingin kaupunki, Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry, HelsinkiMissio, SPR, VTKL, Suvanto ry, Helsingin Muistiyhdistys ja Omakotisäätiö.

Tietoa vapaaehtoistoiminnasta –koulutus ke 21.10.2026 klo 17.00–18.30

**Malmin kirjasto, Monitoimitila
Ala-Malmin tori 1, 00700 Helsinki.**

Olisiko vapaaehtoistoiminta sinun juttusi? Oletko juuri jäänyt eläkkeelle ja mietit mitä merkityksellistä voisi tehdä?

Maksuton koulutus on kaikille kiinnostuneille. Käymme läpi vapaaehtoistoiminnan perusteet, käytännön asiat ja vuorovaikutustaitoja – saat hyvät valmiudet aloittaa. Koulutuksesta voi saada todistuksen.

Vapaaehtoisena toimit silloin, kun sinulle sopii. Tarjolla on monenlaisia tehtäviä eri kohderyhmien parissa, ja niihin tutustutaan koulutuksessa.

Koulutuksessa mukana asiantuntijoita esittelemässä erityisesti Malmin kirjaston, Syystien seniorikeskuksen ja Malmin yhteisötalon vapaaehtoistoimintaa sekä alueen nuorisotyön vapaaehtoistoimintaa.

Lämpimästi tervetuloa!

Ilmoittaudu oheisesta linkistä ti 20.10.2026 mennessä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/3F9B05C83BFCA99F>

tai QR- koodilla



Äänenkäytön ja ilmaisutaidon koulutus vapaaehtoisille. Lisäksi kirjavinkkausta.

Ti 27.10.2026 klo 17.00–19.30

Töölön kirjasto, Tapahtumatila 4krs.

Tervetuloa äänenkäytön ja ilmaisutaidon koulutukseen!

Koulutuksessa opetellaan terveitä äänen tuottamistapoja, saadaan vinkkejä äänenhuoltoon ja opetellaan erilaisia ilmaisutapoja äänenkäyttöön ja puheeseen. Lisäksi tehdään erilaisia ilmaisutaidon harjoituksia tukemaan itsensä ilmaisua.

Harjoituksista on hyötyä vapaaehtoisena toimiessa esimerkiksi ryhmien ohjaamisessa, ääneen lukemisessa, ystävöitymisessä, neuvottelutilanteissa tai vaikkapa saattohoidon tilanteissa tapahtuvassa vapaaehtoistoiminnassa. Harjoitukset ovat helppoja ja mukavia tehdä.

Opettajana toimii äänenkäyttöön ja puheilmaisuun perehtynyt teatteri-ilmaisun ohjaaja ja erikoiskirjastonhoitaja Elisa Makkonen.

HUOM! Lopuksi klo 19.00–19.30 on vielä kirjaston henkilökunnan toteuttamaa kirjavinkkausta halukkaille.

Lämpimästi tervetuloa! Huomioithan, että max. 45 hlöä mahtuu mukaan.

Ilmoittaudu oheisesta linkistä tai QR- koodilla pe 23.10. mennessä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/C37489D60CDE703C>



Lisätietoa/tiedustelut: Helsingin kaupunki vapaaehtoistoiminta@hel.fi

Come join us as a volunteer peer instructor in physical activity groups for older adults!

Lähde mukaan vapaaehtoiseksi Liikunta-luotsiksi ikääntyneiden liikunnan pariin!

The free training is open to anyone interested in volunteering in physical activity. You don't need any prior experience in leading physical activities or volunteering—all you need is a passion for getting others active! **The training is in English and simple Finnish.** The training course is limited to the first 15 people to register. **Welcome!**

Maksuton Liikuntaluotsikoulutus on tarkoitettu kaikille liikunnan vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille. Et tarvitse aiempaa kokemusta liikunnan ohjaamisesta tai vapaaehtoistoiminnasta, pelkkä innostus liikuttaa muita riittää. **Koulutus on selkeällä suomen kielellä ja englannin kielellä.** Koulutukseen mahtuu 15 ensimmäisenä ilmoittautunutta. **Tervetuloa!**

The two-part peer instructor training is held on Thursday 29th of October and on Thursday 5th of November at 12.30 p.m. - 16 p.m. at the Vuosaari library, Vuotalo, Mosaiikkitori 2. Registration deadline is Thursday 22th of October.

Kaksiosainen Liikuntaluotsi koulutus järjestetään to 29.10. ja to 5.11 klo 12.30 – 16 Vuosaaren kirjastossa, Vuotalossa, Mosaiikkitori 2. Ilmoittautuminen viimeistään to 22.10.

Feel free to ask more or sign up/ Lisäkysymykset ja ilmoittautuminen:

liikunta.vapaaehtoistoiminta@hel.fi or/tai tel/p. 09 310 32594

Helsingin kaupunki, liikuntapalvelut.

<https://vapaaehtoistoiminta.hel.fi/tehtavat/liikuntaluotsi/>

Apuvälineet ja liikkumisen avustaminen - toiminnallinen koulutus vapaaehtoisille ke 11.11.2026 klo 17.00–18.30, Vanhustyön keskusliiton tilat, Malmin kauppatie 26, 3krs.

Kyseessä on toiminnallinen koulutus ikääntyneen liikkumisen avustamisesta, jossa tehdään käytännönharjoituksia. Tämä koulutus on suunnattu vapaaehtoisille ja toteutetaan Malmilla.

Tule mukaan harjoittelemaan tai saamaan uusia vinkkejä mm. näkövammaisen ohjaamisesta, pyörätuolin ja rollaattorin käytöstä tai kysy mieltäsi askarruttavasta avustamistilanteesta. Asiantuntijana fysioterapeutti ja näkövammaisten liikkumis- ja näönkäytönohjaaja Sanna Törrönen.

Lämpimästi tervetuloa!

Ilmoittaudu oheisesta linkistä tai QR- koodilla

pe 7.11. mennessä: <https://link.webpolsurveys.com/EP/72F16FF3693E1639>



Lisätietoa/tiedustelut: Helsingin kaupunki vapaaehtoistoiminta@hel.fi

Kyseinen koulutus järjestetään vapaaehtoistoimintaan painottuvan Välittäjät- verkoston yhteistyönä, ja usean tahon vapaaehtoiset voivat ilmoittautua mukaan. Mukana verkostossa mm. Helsingin kaupunki, Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry, HelsinkiMissio, SPR, VTKL, Suvanto ry, Helsingin Muistiyhdistys ja Omakotisäätiö.

Tietoa vapaaehtoistoiminnasta –koulutus ti 17.11.2026 klo 16.45–18.30

Vuosaaren kirjaston Stage, Mosaiikkitori 2, 00980 Hki.

Oletko juuri jäänyt eläkkeelle ja mietit mitä merkityksellistä tehdä? Olisiko vapaaehtoistoiminta sinun juttusi?

Maksuton koulutus on kaikille kiinnostuneille. Käymme läpi vapaaehtoistoiminnan perusteet, käytännön asiat ja vuorovaikutustaitoja – saat hyvät valmiudet aloittaa. Koulutuksesta voi saada todistuksen.

Vapaaehtoisena toimit silloin kun sinulle sopii. Tarjolla on monenlaisia tehtäviä eri kohderyhmien parissa, ja niihin tutustutaan koulutuksessa.

Koulutuksessa mukana asiantuntijoita esittelemässä erityisesti kirjaston, yhteisötilan, nuorisotalon, Vuotalon ja liikuntaluotsitoiminnan alueellisia vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia. Vapaaehtoisia kaivataan mm. tapahtumiin avuksi, innostamaan liikkumaan, nuorisotalon arkeen, ryhmiä ohjaamaan, läksyavuksi ja kirjojen hyllytykseen ym.

Lämpimästi tervetuloa!

Ilmoittaudu oheisesta linkistä tai QR- koodilla ma 16.11.2026 mennessä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/4BE0EF3509C45810>



Muistisairaahan ihmisen ymmärtäminen ja kohtaaminen

ti 1.12.2026 klo 17.00–18.30, etänä Teamsin välityksellä

Tämä luento on suunnattu ensisijaisesti vapaaehtoisina toimiville henkilöille ja/tai heitä ohjaavalle henkilökunnalle. Käymme läpi yleisimmät muistisairaudet ja niiden oireet sekä puhumme muistisairaahan ihmisen kohtaamisesta.

Pohdimme myös, millaista on arki muistisairauden kanssa. Lisäksi osallistujat saavat käytännön vinkkejä muistisairauteen sairastuneen ihmisen kanssa toimimiseen.

Luennoitsija Helsingin Muistiyhdistyksestä.

Lämpimästi tervetuloa!

Ilmoittaudu mukaan tästä linkistä koulutusajankohtaan mennessä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/AD8E1F780FBFEB58>



Lisätietoa: Helsingin kaupunki vapaaehtoistoiminta@hel.fi

Kyseinen koulutus järjestetään vapaaehtoistoimintaan painottuvan Välittäjät- verkoston yhteistyönä, ja usean tahon vapaaehtoiset voivat ilmoittautua mukaan. Mukana verkostossa mm. Helsingin kaupunki, Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry, HelsinkiMissio, SPR, VTKL, Suvanto ry, Helsingin Muistiyhdistys ja Omakotisäätiö.

Lukulähettiläsilta

to 3.12.2026 klo 17.00–19.30

Töölön seniorikeskus, juhlasali, Töölönkatu 33.

Haluatko välittää lukuiloa muillekin?

Tervetuloa mukaan lukulähettiläiden iltaan!

Tilaisuudessa uudet ja jo toiminnassa mukana olevat tapaavat. Saat vinkkejä sopivista kirjoista ja voit keskustella lukemiseen liittyvistä kysymyksistä ja kokemuksista. Lukulähettiläät tukevat lukuharrastuksen säilymistä lukemalla ääneen ikääntyneille palvelutaloissa.

Illan aluksi pidetään uusille lukulähettiläille tarkoitettu koulutus vapaaehtoistoiminnan perusteista sekä lukulähettilästoiminnasta.

Tauko klo 18.15–18.30.

Tauon jälkeen jatkamme vertaistapaamisella, joka on sekä uusille ja vanhoille lukulähettiläille tarkoitettu. Tällä kertaa teemana on **pikkujoulut**.

Lämpimästi tervetuloa!

Lisätietoa ja ilmoittautuminen ti 1.12.2026 mennessä:

lukulahettilas@hel.fi Ilmoitathan, osallistutko koko iltaan vai osaan!

Lue lisää: <https://vapaaehtoistoiminta.hel.fi/tehtavat/lukulahettilas/>

Tietoa vapaaehtoistoiminnasta –koulutus ke 9.12.2026 klo 17.00–18.30 Etänä Teamsin välityksellä

Oletko miettinyt vapaaehtoistoimintaan mukaan lähtöä? Tule kuulemaan lisää aiheesta!

Maksuton koulutus on kaikille kiinnostuneille. Käymme läpi vapaaehtoistoiminnan perusteet, käytännön asiat ja vuorovaikutustaitoja – saat hyvät valmiudet aloittaa. Koulutuksesta voi saada todistuksen.

Vapaaehtoisena toimit silloin kun sinulle sopii. Tarjolla on monenlaisia tehtäviä eri kohderyhmien parissa, ja niihin tutustutaan koulutuksessa.

Vapaaehtoisia tarvitaan esimerkiksi ikäihmisten pariin, erilaisiin tehtäviin, kuten juttukavereiksi ja ulkoiluseuraksi. Koulutuksessa on mukana asiantuntijat esittelemässä Töölön Seniorikeskuksen vapaaehtoistoimintaa sekä Kivelän seniorikeskuksen (joka sijaitsee, useamman vuoden, remontin takia, Oulunkylässä Kustaankartanon yhteydessä) vapaaehtoistoimintaa.

Lämpimästi tervetuloa!

Ilmoittaudu oheisesta linkistä tai QR- koodilla koulutusajankohtaan mennessä: <https://link.webpolsurveys.com/EP/537A88E5281C38E8>



Tervetuloa mukaan!

Lisää vapaaehtoistoimintaan osallistumisen mahdollisuuksia, löydät vapaaehtoistoiminnan verkkosivuilta

<https://vapaaehtoistoiminta.hel.fi/tule-vapaaehtoiseksi/>

Voit suorittaa Helsingin kaupungin vapaaehtoistoiminnan perusteet Helvi-verkkosivustolla.

Helvi-verkkosivusto on Helsingin kaupungin tuottama virtuaalifasilitaattori. Vapaaehtoistoiminnan Helvi ohjeistaa toiminnan perusteisiin sekä pohtimaan eri teemoja muutaman kysymyksen kautta.

Lopputuloksena syntyy Vapaaehtoistoiminnan perusteet -todistus, jonka voi tallentaa itselleen myöhempää käyttöä varten. Työskentely kestää n. 60 min.

Sähköpostiosoite kysytään taustatiedoksi Helvi sivulle siirtyessä.

Tästä pääset **Helvi -verkkosivuille**: <https://helvi.hel.fi/vapaaehtoistoiminnan-perusteet-todistus/>.

Puistokummitoiminta

Haluaisitko puistokummiksi? Puistokummitoiminta on Helsingin kaupungin järjestämään vapaaehtoistoimintaa. Puistokummit toimivat Helsingin yleisillä viheralueilla vapaaehtoisesti ympäristön viihtyvyyden ylläpitämiseksi ja lisäämiseksi mm. roskia keräämällä.

Voit ilmoittautua puistokummiksi kaupunkiympäristön asiakaspalvelussa, osoitteessa: Työpajankatu 8. Tarkista aukioloajat sivustolta: www.hel.fi/kaupunkiymparisto/fi/yhteystiedot/

Poikkeustilanteissa ota yhteyttä vapaaehtoistyön koordinaattoriin,

puistokummit@hel.fi tai puh. 040 7190824. Lisätietoa:

<https://vapaaehtoistoiminta.hel.fi/tehtävä/puistokummit/>

Seuraa meitä ja tilaa vapaaehtoisen uutiskirje

Vapaaehtoistoiminnan verkkosivut:

<https://vapaaehtoistoiminta.hel.fi/>

Tilaa vapaaehtoisen uutiskirje:

gruppoo.fi/tilauslomake/vapaaehtoisenuutiskirje.html

Seuraa meitä Facebookissa:

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

Teamsin käyttöohjeet etäluennoille ja -koulutuksiin:

Järjestämme luentoja ja koulutuksia etänä Microsoft Teams-sovelluksen välityksellä. Laitamme Teams-linkin avoimiin tapahtumiin, josta voit suoraan liittyä mukaan luennolle tai koulutukseen. Mikäli luento tai koulutus vaatii ennakkoilmoittautumisen, lähetämme linkin sähköpostitse ennen tilaisuutta.

Valitse: Liity Microsoft Teams Meeting -kokoukseen ja sinut siirretään sivulle, jolla voit liittyä mukaan selaimen kautta tai ladata Microsoft Teams-sovelluksen.

Jos sinulla on jo Teams-tili, kokous avautuu automaattisesti. Jos sinulla ei ole Teams-tiliä, voit liittyä mukaan vieraana kirjoittamalla nimesi kokoukseen. Kun liityt kokoukseen, tulet sähköiseen odotusaulaan, josta kokouksen järjestäjä hyväksyy sinut mukaan kokoukseen.