

Pulmu etsii vakkareita

Pulmussa alkoi viime syksynä Vakka-projekti. Sen nimi tulee sanoista vapaaehtois- ja kansalaistoiminnan kehittäminen. Projektin avulla käynnistetään Pulmun vapaaehtoistoimintaa. Kolmivuotinen projekti toteutetaan Raha-automaattiyhdistyksen tuella.

– Käyn säännöllisesti mummolassa, on Vakka-projektin kantava tunnus. Tarkoituksena on, että vanhuksella olisi joku turvallinen ja luotettava tuttava, joka kävisi säännöllisesti vanhusta tapaamassa. Mukaan lähteviä vapaaehtoisia kutsutaan vakkareiksi. Vakkari voi olla ikäihmisen tukena ulkoilussa, lukea tai pitää seuraa, projektityöntekijä **Kaisa Laitinen** kuvailee.

–Kotihoidosta olemme saaneet viestiä, että vakkareita kaivataan kentällä. Kaksi kolmesta ikäihmisestä voi kohtuullisen hyvin, mutta yhden hyvinvointi horjuu. Taustalla on monia syitä, esimerkiksi apea mielia. Masennus on vanhusten yleisin itsemurhien syy, todetaan Suomen Potilasliiton raportissa.

Ikäihmisten yksinäisyys on huomattu myös Pulmun kenttätöissä koti- ja kauppapalvelussa. Kauppatilauksen toimitus tai kodinhoitajan käynti ovat joillekin asiakkaille viikon ainoa kohokohta ja mahdollisuus keskustella toisen ihmisen kanssa. Yksin elävät ikäihmiset jäävät usein vaille huomiota. - Seuran tarvetta tuntuu olevan niin vaateostoksille kuin ulkoiluunkin, mutta ylipäättään seurusteluun. Yksinäisen päivät ovat välillä pitkiä, projektia vetävä **Päivi Rönkkö** kertoo.

– Yksinäisyyteen on monia syitä. Lapset ja vanhemmat asuvat usein kaukana toisistaan ja vierailut mummolasan saattavat tapahtua vain muutaman kerran vuodessa. Hissittömät talot vaikuttavat osaltaan myös ikäihmisten syrjäytymiseen. Naapurit eivät välttämättä ole tuttuja, joilta apua pyytäisi.

Palvelutaloon muutto on myös saattanut jättää vanhat ystävät eri asuinalueelle, eikä enää jakseta kyläillä toisten luona. Vaikka palvelutalossa olisi vertaisryhmään kuuluvia, saattaa tutustuminen olla vaikeaa.. Tällä hetkellä teemme yhteistyötä Maunulan Helander-kodin kanssa, Rönkkö kertoo.

Usein on keskustellaan siitä, mikä on vapaaehtoistoiminnan paikka ammattityön rinnalla. Pulmussa kotipalvelu ja vapaaehtoistoiminta toimivat rinnakkain. Rajan veto on kuitenkin tarkkaa sen suhteen, mitä vapaaehtoisena toimimiseen kuuluu, mitä ei. Vakkarit eivät koskaan korvaa ammattityöntekijöitä ja päävastuu on aina ammattilaisilla.

Vapaaehtoistoiminta on palkatonta, luottamuksellista ja vanhukselle maksutonta. Kaikki vakkarit koulutetaan ja perehdytetään toimintaan. Aiempaa kokemusta vanhustyöstä ei tarvita. Lisäksi vakkareiksi ryhtyville tarjotaan asiantuntijaluentoja, työnohjausta sekä virkistystoimintaa.

Jos tunnet kiinnostusta vakkari-toimintaan, ota yhteyttä ja kysy lisätietoja. Projektityöntekijä Kaisa Laitinen, puh. 050-3007276 ja projektipäällikkö Päivi Rönkkö, puh. 045-1121072