



Elinvoimaa uutiskirje 6/2022

[Tilaa Uutiskirje tästä](#)

## EKL Elinvoimaa on kymmenvuotias



Olemme 10 vuodessa tavanneet tuhansia ihmisiä, ikääntyvien syrjäytymisen ehkäisemistä ja vapaaehtoisten jaksamista tukevia tavoitteita eteenpäin vietäessä. Kohtaamiset ja ikääntyvien kehittämistyössä mukana oleminen ovat olleet meille erittäin tärkeitä hetkiä. [Lue kehitystarina kokonaisuudessaan.](#)

## Luotsi-ohjaus verkossa, uusi ryhmä kutsuu



Luotsi-ohjaus yhdistysten aktiivien ja vapaaehtoisten jaksamisen tukemiseen käynnistyy verkossa taas syksyllä. Ryhmä kokoontuu järjestöjohtaja Petra Toivosen ohjaamana joka toinen perjantai 2.9.2022 klo 10:00 alkaen, aina 9.12.2022 saakka. Ryhmään otetaan 12 osallistujaa. [Lue lisää](#) ja [Ilmoittaudu mukaan](#).

## Elinvoimaa-koulutukset

Eryteisesti Elinvoimaa-koulutuksien tarjonta on kymmenessä vuodessa kokenut muutoksia. Hanke-aikana keskityttiin vertaisohjaamiseen ja sitä kautta ikääntyvien mielen hyvinvoinnin tukemiseen. Kehittämistyön edetessä koulutustarjonnassa huomioidaan nyt, niin yksilöt kuin erilaiset ryhmät seuraavasti:

- [Elinvoimaa-peruskoulutus](#), jossa käydään läpi yleisiä ikääntyvien mielen hyvinvointiin liittyviä teemoja.
- [Elinvoimaa-peruskoulutus verkossa](#), joka mahdollistaa mielen hyvinvoinnin teemojen käsittelyn vaikka omalta kotisohvalta.
- [Kesämieli-koulutus](#), jossa harjoitellaan helppoja, yhdessäoloa tukevia toiminnallisia menetelmiä.
- [Hyvän mielen kulttuurikerho® -ohjaajakoulutus](#), jossa tuetaan ikääntyviä käynnistämään oma HMKkerho.
- [Hyvän mielen kulttuurikerho® -ohjaajien jatkokoulutus](#), joka tukee kerhotoiminnan jatkuvuutta ja ohjaajien jaksamista.
- [Nestorit-koulutus](#) miesten ryhmien käynnistämiseen, jolla tuetaan miestoimintaa.
- [Paas poiketen -koulutus](#) vapaaehtoistoimintaan, joka tukee vapaaehtoisten vierailuja yksinäiseksi itsensä kokevien ikääntyvien luona.

Lue lisää Koulutukset ja Materiaaleja linkeistä. Ne on tarkoitettu kaikille ikääntyville.

Maksuttomat ja osallistavat  
KOULUTUKSET

Helppoja ja maksuttomia  
MATERIAALEJA



Lisätietoa: Anu Kuikka 050 911 3247 tai [anu.kuikka@ekl.fi](mailto:anu.kuikka@ekl.fi)  
Verkko-osoite: [www.ekl.fi/jasenille/elinvoimaa](http://www.ekl.fi/jasenille/elinvoimaa)

*Hyvällä mielellä läpi elämän*

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