

Vapaaehtois- ja vertaistoiminta

Samassa veneessä

Yhdessäolosta virtaa ja voimaa kaikille

Vapaaehtoistoiminta järjestössämme on valtaosin vertaistoimintaa. Tuhannet jäsenemme, itse jotakin reumasairautta sairastavina, järjestävät ja osallistuvat viikoittaiseen yhdistystoimintaan.

Toimintamuodot valikoituvat jäsenten tarpeiden ja kiinnostusten mukaan. Jäsenistön keskinäisissä tapaamisissa isommissa tai pienemmissä ryhmissä keskustelunaiheet nousevat jäsenistöstä, heitä askarruttavista ja ilahduttavista asioista.

Toisinaan keskusteluja virittävät tule-sairauksiin liittyvät asiantuntijaluennot, joihin kuulijoiden omat sairastamiskokemukset tuovat lisänäkökulmaa. Pitkään reumaa sairastaneiden omat kokemukset sairauden kanssa pärjäämisestä arjessa kannustavat ja tukevat toisia vastaavanlaisia sairauksia sairastavia.

Kaikille paikkansa

Yhdistysten toimintaryhmiä ohjaavat pääosin yhdistysten omat jäsenet. Toiminnan ja ryhmien pyörittäminen tarjoaa vapaaehtoisille mielekästä toimintaa. Aktiiviset vapaaehtoistoimijat tukevat toinen toistaan ja voivat näin jakaa keskenään vertaisuutta tässäkin roolissa. Järjestön koulutustoiminnassa tuemme myös aktiivitoimijoita heidän tehtävissään.

Kiinnostavat yhdistyksen toimintamuodot houkuttavat ja koukuttavat jäseniä osallistumaan ja toimimaan yhdessä mielekkäiden asioiden parissa. Toimintamuodot ovat valikoituneet kiinnostusten lisäksi sellaisiksi, että ne soveltuvat, ovat jopa hyväksi erilaisia nivelongelmia poteville. Esimerkiksi vesijumppaa sopii hyvin lähes kaikille reumasairaille ja ryhmämatkoja suunniteltaessa valikoidaan kohteet ja olosuhteet myös liikuntarajoitteisille soveltuviksi. Osallistuminen ja toimiminen suuntaavat ajatuksia myös sairastamisen ulkopuolelle. Näin mukavat kokemukset yhdessä olemisesta ja tekemisestä kantavat kaikkia arjessa eteenpäin.

Keikkalaiseksi tai pitkän linjan toimijaksi

Erilaisia ja erimittaisia vapaaehtoistoiminnan ja osallistumisen tilaisuuksia löytyy kaikille mahdollisuuksien ja kiinnostuksen mukaan. Kerro osaamisestasi ja kiinnostuksistasi sinua lähimpänä olevalle [yhdistykselle](#) tai [Reumaliiton toimistoon](#).

Katso myös nämä

- [Yhdistyksissä tapahtuu](#)
- [Liity jäseneksi](#)