

VINKKEJÄ JA IDEOITA VERKKORYHMÄTÄOIMINTAAN

Verkkoryhmätöimintää voidaan järjestää käytännössä lähes kaiken ikäisille ja mistä teemasta tahansa. Mahdollisuuksien mukaan teemat ja toiminta kannattaa valita osallistujien toiveiden ja mielenkiinnon kohteiden pohjalta. Osallistujilta voidaankin kerätä toiveaiheita ja kiinnostuksen kohteita kyselyn avulla. Netissä on erilaisia kyselyohjelmia, esimerkiksi Lyyti, jonne osallistuja pystyvät vastaamaan anonyymisti. Mikäli ryhmään tulee ilmoittautua, voidaan nämä kysymykset liittää ilmoittautumislomakkeen yhteyteen.

TUTUSTUMINEN JA OSALLISTUJIIEN ROHKAISEMINEN

Kuten kasvokkaisissa ryhmissä, myös verkkoryhmissä on tärkeää rohkaista osallistujia tutustumaan toisiinsa ja edistää osallistujien keskinäistä ryhmäytymistä. Tämä ei kuitenkaan ole aina helppoa, sillä verkkoryhmissä osallistujien aktiivisuuden ja sitoutumisen on havaittu olevan hyvin vaihtelevaa. Ohjaajien tulee kuitenkin tarjota erilaisia mahdollisuuksia tutustumiseen sekä rohkaista jokaista osallistumaan mukaan toimintaan.

Alla muutamia vinkkejä ryhmäytymisen edistämiseen.

- Discordissa voi toisiin tutustumisen toteuttaa luomalla esim. #kerro-itsestäsi -kanavan, jonne jokainen osallistuja voi kirjoittaa itsestään esittelyn. Kun ohjaajat kirjoittavat ensin omat esittelynsä, rohkaistuvat muutkin tekemään omansa.
- Teamsissa tai muulla alustalla esittely voidaan toteuttaa myös kirjoittamalla tai puhumalla. Tähän kannattaa varata erillinen aika, jotta ryhmän jäsenet tulevat toisilleen tutuksi ja ryhmäytyminen alkaa.
- Mikäli ryhmään tulee uusia jäseniä ryhmän käynnistymisen jälkeen, on tärkeää huomioida jokainen uusi osallistuja. Discordissa tämä onnistuu esimerkiksi osoittamalla uudelle osallistujalle @-merkillä henkilökohtainen tervehdys ja kannustamalla tätä kirjoittamaan esittely itsestään sille tarkoitettulla tekstikanavalla. Tapaamisen alussa voidaan myös käydä pikainen esittelykierros joko puhe- tai tekstikanavalla, mikäli ryhmään on tullut uusia osallistujia edellisen tapaamisen jälkeen.
- Discord-ryhmässä on mahdollista lähettää osallistujille myös yksityisviestiä ja joskus passiiviset osallistujat rohkaistuvat mukaan, jos ohjaaja käy ensin keskustelua yksityisviestinä. Tällöin voin tiedustella, miltä ryhmä on tuntunut ja rohkaista kirjoittamaan esittelyn itsestään.

Vinkki: Tutustuminen valokuvilla

Osallistujat ottavat kolme valokuvaa. Ensimmäisessä valokuvassa on jokin asia, josta pitää, toisessa jostakin josta ei pidä ja kolmannessa jotain, mikä kiinnostaa ja kiehtoo. Tämän voi toteuttaa joko niin, että kuvat esitellään yhteisellä kerralla tai julkaistaan ryhmän vapaassa keskustelussa. Ajatuksena on, että muut osallistujat kysyvät kuvista kysymyksiä.

YHTEISTEN PELISÄÄNTÖJEN LUOMINEN

Ryhmän käynnistyessä on hyvä luoda myös yhteiset säännöt, joilla voidaan jo alusta lähtien selkiyttää ryhmän toimintaa ja luoda ryhmään turvallinen ilmapiiri. Monilla on kokemusta verkkokiusaamisesta ja on tärkeä varmistaa, että Punaisen Ristin ryhmissä toimitaan järjestön arvojen mukaisesti. Ohjaajat voivat luoda säännöt etukäteen tai ne voidaan tehdä yhdessä ryhmän osallistujien kanssa. Yksinkertaisuudessaan säännöt voit olla seuraavat: Käytetään asiallista kieltä, kunnioitetaan muita palvelimen jäseniä, eikä jaeta henkilötietoja tai muuta yksityisyydensuojaa rikkovaa tietoa.

Vinkki: Säännöt yhteistyöllä osallistujien kesken

Sääntöjä voidaan miettiä yhdessä osallistujien kanssa ja Discordissa niitä varten voidaan luoda oma #säännöt-tekstikanava. Jokainen voi ehdottaa 1-3 sääntöä, joista äänestetään esim. kommentista tykkäämällä. Jokaista osallistujaa voidaan myös pyytää hyväksymään lopulliset säännöt esim. reagoimalla peukulla tai kirjoittamalla ”hyväksyn säännöt”.

TEEMOJA ERITYISESTI NUORTEN VERKKORYHMÄSSÄ KÄSITELTÄVÄKSI

- **Harrastukset ja kiinnostuksen kohteet**

Harrastukset on teema, johon kaikilla osallistujilla on varmasti jotakin jaettavaa. On kuitenkin hyvä pitää mielessä, että yksinäisyys ja mielenterveyden haasteet saattavat johtaa tilanteeseen, jossa mikään ei kiinnosta tai kodin ulkopuolisia harrastuksia ei ole ollenkaan. Niinpä tämä teeman käsittelyssä on hyvä puhua laajasti kiinnostuksen kohteista, joita varmasti jokaiselta löytyy. Osallistujat voivat kertoa kiinnostuksen kohteestaan tai harrastuksestaan vastaamalla valmiiksi annettuihin kysymyksiin. ”Kerro jostakin kiinnostuksen kohteestasi / harrastuksestasi seuraavat asiat: Kuinka kauan olet harrastanut? Miksi juuri tämä harrastus/laji kiinnostaa sinua? Mitä asioita tämä harrastus sinussa kehittää? Mikä on tavoitteesi tai unelmasi tämän harrastuksen parissa?”

Osallistujat voivat myös toivoa esittelyä jostakin harrastuksesta, joka heitä kiinnostaa. Ryhmälle voidaan myös antaa tehtäväksi testata viikon aikana jotakin itselle uutta harrastusta ja esitellä sen hyvät ja huonot puolet ryhmälle. Tätä tehtävää varten on hyvä antaa vinkkilista maksuttomista mahdollisuuksista ja pyrkiä huomioimaan osallistujien erilaisuus (introvertit/ekstrovertit, liikunnallisuus, taiteellisuus jne.).

- **Lemmikit**

Discordissa voi luoda oman kanavan lemmikeille, jossa voi käydä vapaata keskustelua ja jakaa kuvia. Aiheesta voidaan järjestää myös yhteinen keskustelu, jossa käydään läpi esimerkiksi etukäteen esitettyjä kysymyksiä aiheesta. Monelle yksinäiselle lemmikki tuo paljon iloa ja lohtua elämään; Tämä näkökulma on hyvä nostaa esiin teemaa käsiteltäessä.

- **Kuvaaminen ja piirtäminen**

Yhteisen kokoontumisen aikana jaetaan itse otettuja tai piirrettyjä kuvia sekä keskustellaan niistä yhdessä muiden kanssa. Kuvien teemaa voidaan myös rajata, jos niiden kautta halutaan käsitellä tiettyä aihepiiriä.

- **Elokuvat ja sarjat**

Verkkoryhmän jäsenet voivat sopia yhteisen elokuvaillan, jolloin elokuva katsotaan tismalleen samaan aikaan. Tärkeintä on varmistaa, että kaikilla osallistujilla on mahdollisuus elokuvan katsomiseen – mielellään maksutta. On myös olemassa erilaisia sovelluksia yhteiseen elokuvien katsomiseen (esim. Netflix party), mutta näiden käyttö ei ole välttämätöntä. Yhteinen hetki voi alkaa jakamalla kuvia leffa-eväistä ja elokuvan aikana sekä jälkeen voidaan käydä keskustelua siitä, mitä ajatuksia elokuva herätti. Teemaan sopii myös elokuva- ja sarjavinkkaukset.

- **Pelaaminen**

Pelihetket verkossa ovat helppo tapa järjestää toiminnallisuutta ryhmiin. Vapaamuotoinen pelaaminen voi myös olla yksi tapa lisätä ryhmän yhteisöllisyyttä ja edistää osallistujien tutustumista toisiinsa. Tärkeää on kuitenkin varmistaa se, että kaikilla halukkailla on mahdollisuus liittyä yhteiseen peliin, eikä kukaan joudu erikseen hankkimaan maksullista peliä. Osallistujia kiinnostavat todennäköisesti eri tyyppiset pelit ja heitä voisikin pyytää esittelemään lempipelinsä ja perustelemaan, miksi pitävät juuri kyseisestä pelistä. Yhteisissä pelihetkissä tulee huomioida se, että jokaisen ehdotukset tulevat huomioiduksi mahdollisuuksien mukaan. Yhteisiin pelihetkiin kannattaa kuitenkin valita yksinkertaisia ja helppoja pelejä, jotta kaikilla on mahdollisuus pysyä pelissä mukana. Yksi nuorten ryhmissä käytetty yhteispeli on piirrä ja arvaa -peli skribl.io. Pelatessa voidaan liittyä esim. Discordin puhekanavalle, jolloin voidaan samalla antaa neuvoja ja kannustusta sekä tietysti jutustella vapaasti eri aiheista.

- **Ystävyyys**

Ystävyyys-teemaa voi lähestyä vaikkapa seuraavalla kysymyksellä: Mitä asioita tai tekoja arvostat ystävyydessä? Mikä on paras kaveritaitosi? Entä missä haluaisit kehittyä? Teemaan sopii myös hyvin keskustelu siitä, miten helppoa / vaikeaa kunkin on tutustua uusiin ihmisiin ja olisiko vinkkejä siihen, miten keskustelun voi aloittaa.

- **Yökukkujen ilta nuorten aikuisten ryhmässä**

Kesällä 2020 toteutetussa nuorten aikuisten Discord-ryhmässä kokeiltiin muutaman kerran yökukkujen iltaa, jolloin yhteinen keskustelu ja peli-ilta toteutettiin viikonloppuaikaan klo 22-01. Keskustelussa oli mukana vapaaehtoisia, joille ”yökukkuminen” oli luontevaa 😊. Illat saivat hyvää palautetta osallistujilta.



Punaisen Ristin julkaisema [Kaveritaitoja-ohjelma](#) sopii hyvin nuorten ja nuorten aikuisten verkkoryhmien sisällöiksi. Ohjelman teemoja ovat mm. kaveritaidot, itsetuntemus, itsemyyötätunto yksinäisyys sekä vastuunkäymisen kohtaaminen. Valtakunnallisia Kaveritaitoja-verkkoryhmiä on toteutettu zoomia ja discordia hyödyntäen sekä alle 18-vuotiaille että täysi-ikäisille. Nuorempien kanssa teemojen käsittely on ollut ajoittain haastavampaa ja osallistujien ryhmään sitoutumisessa on ollut enemmän haasteita. Ryhmissä on kuitenkin todettu, että ohjelman kautta on mahdollista käsitellä vaikeitakin asioita. Kokoontuminen on hyvä alustaa teemavideon kautta, minkä jälkeen osallistujien pienryhmäkeskustelut on koettu toimiviksi. Kaveritaitojen treenaamisen on hyvä olla keskiössä ja tätä varten kannattaa järjestää teemojen välissä myös ns. vapaita juttu- ja pelikertoja. Lisää vinkkejä Kaveritaitoja-ryhmän ohjaamiseen löytyy ohjelman johdanto-osiosta.

HYVINVOINTIAIHEINEN RYHMÄ TYÖIKÄISILLE

Kesällä 2020 toteutettiin hyvinvointiaiheinen ryhmä Discord-alustalla, jossa oli viikoittain vaihtuvat teemat. Koronatilanteen ajankohtaisuudesta johtuen päätettiin kaikkien teemojen ohessa pohtia myös sitä, kuinka poikkeustilanne on vaikuttanut osallistujien hyvinvointiin. Ryhmä oli suunnattu työikäisille ja ryhmään osallistujat olivat iältään 30-50 -vuotiaita. Ryhmän ohjauksessa oli mukana kuusi vapaaehtoista, jotka olivat iältään 30-60 -vuotiaita. Hyvinvointiteemojen alustajina toimivat joko vapaaehtoiset ohjaajat itse tai Punaisen Ristin kouluttajia. Alustukset toteutettiin kerran viikossa puhekanavalla, mutta teemaa käsiteltiin edeltävän viikon ajan tekstikanavalla. Alla on listattuna ryhmän viikkoteemat sekä niihin liittyvät etukäteistehtävät.

- **Harrastukset**
Kerro mitä harrastat ja mitä harrastuksesi antaa sinulle. Mistä harrastuksesta haluaisit kuulla lisää?
- **Koronan vaikutukset arkeen**
Kuinka Korona on vaikuttanut omaan arkeesi ja kerro kolme päälimmäistä tunnetta, jotka aihe herättää sinussa. Ne saavat olla negatiivisia tai positiivisia, kaikki tunteet ovat sallittuja. Jos haluat, voit vielä hieman kertoa tarkemmin omista fiiliksistä.
- **Mielenterveys**
kirjoita paperille 10 asiaa, joista olet elämässäsi kiitollinen. Ne voivat olla isoja tai pieniä asioita, esim. hyvä ateria, läheinen ihminen, uusi idea, hyvä kirja, että olet löytänyt elämäsi tarkoituksen, jonkun kohtaaminen tai kommentti lämmitti mieltä oikealla hetkellä, mitä vain. Lisäksi, kirjoita yksi asia, jonka olet oppinut koronakevään aikana itsestäsi. Teeman alustajan toimi aiheeseen perehtynyt kouluttaja.
- **Päihteet**
Päihteet ja päihteiden käyttö herättää meissä monenlaisia ajatuksia sekä puolesta että vastaan. Päihteiksi luetaan Suomessa mm. tupakka, nuuska, alkoholi, huumeet sekä lääkkeiden väärinkäyttö. Päihteisiin liittyy runsaasti sääntelyä maassamme ja nyt korona-aikana myös päihteiden käytöstä on noussut keskustelua. Keskustelen paljon ihmisten kanssa päihteiden ja erityisesti alkoholin käytöstä. Usein minulle sanotaan, että se on käyttäjän oma asia, jos haluaa käyttää päihteitä.

Oletko samaa mieltä? Kerro, mitä ajatuksia sinulle herää edellä mainitusta. Teeman alustajan toimi aiheeseen perehtynyt kouluttaja.

- **Kriisit ja elämänhallinta**

Tämän teeman alustus pohjautui erään vapaaehtoisen omakohtaiseen selviytymistarinaan. Vapaaehtoinen toimi myös kokemusasiantuntijana, joten oman tarinan sanallistaminen oli hänelle tuttu prosessi. Ennakoon osallistujille annettiin lyhyesti tietoa siitä, mitä tarkoitetaan mm. kriisillä, selviytymistaidoilla sekä elämänhallinnalla. Etukäteistehtäväksi annettiin seuraava: Kerro, millaisia kriisejä tai vastoinkäymisiä olet elämäsi aikana kohdannut ja millaisin keinoin olet niistä selvinnyt – vai onko selviytymisprosessi ehkä vielä kesken?

- **Yksinäisyys**

Yksinäisyys-teemaa käsiteltiin omakohtaisten kokemusten kautta ja sekä pohtimalla yksinäisyyden taustatekijöitä eri näkökulmista. Osallistujille annettiin etukäteistehtäväksi tarkastella kokeensa yksinäisyyttä joko nykyhetken tai historian valossa. Löytyykö yksinäisyyden taustalta yksilöllisiä tekijöitä (esim. ujous, aiemmat pettymykset ihmissuhteissa jne.) vai onko yksinäisyys enemmänkin elämäntilanteen aiheuttamaa? Onko omasta elinympäristöstä löydettävissä yksinäisyyttä ylläpitäviä riskitekijöitä tai mahdollisuuksia, joilla omaa yksinäisyyttä voisi vähentää? Entä onko yhteiskunnastamme löydettävissä ilmiöitä, jotka saattavat altistaa yksinäisyydelle?

- **Stressi ja stressinhallinta**

Teemaa lähestyttiin omakohtaisten kokemusten kautta, sillä lähes jokainen ihminen on kokenut stressiä ainakin jossakin vaiheessa elämää. Alustuksessa tuotiin esiin se, että ihmisiä stressaavat hyvin erilaiset asiat ja he reagoivat stressiin yksilöllisesti; Kun toinen kokee stressiä harvoin, voi se toiselle olla päivittäinen kokemus. Alustuksessa käytiin myös läpi stressin fysiologiaa sekä erilaisia tapoja vähentää stressiä. Lisäksi pohdittiin, voiko stressistä olla joskus myös hyötyä. Tärkeää on, että osallistujat jakavat omia kokemuksiaan stressistä, sen herättämistä ajatuksista, stressinhallinnasta sekä stressin vaikutuksesta itseän ja lähimmäisiinsä.

VARTTUNEIDEN KOHTAAMISPAIKKA ZOOMISSA

Punaisen Ristin vapaaehtoiset ovat ohjanneet zoom-kohtaamispaikkatoimintaa myös varttuneelle väelle. Tiedottamisessa on hyödynnetty erityisesti facebook-markkinointia. Näin voidaan tavoittaa ne ikäihmiset, joille verkossa toimiminen on luonteva tapa osallistua. Toiminta on ollut valtakunnallista, mutta osallistujamäärä on silti pysynyt ns. maltillisena. Varttuneiden kohtaamispaikassa on toivottu erityisesti vapaata keskustelua, mutta alustuksia eri teemoista on tuotettu osallistujien toiveiden pohjalta. Teemoja ovat olleet mm. ikääntyminen, eläkeläisten edut, edunvalvontaan ja testamenttiin liittyvät asiat, yksinäisyys sekä harrastukset. Jouluna 2021 kohtaamisia järjestettiin myös aattona ja joulupäivänä, jolloin keskusteltiin vapaasti osallistujien toivomista teemoista. Kohtaamispaikassa on hyvä huomioida mm. seuraavat asiat:

- Vaikka zoom-alusta on helppokäyttöinen, kannattaa kuitenkin nimetä joku vapaaehtoinen/tukihenkilö, joka auttaa tarvittaessa puhelimitse zoomin käytössä. Yhteinen zoomin testauskerta voidaan sopia pidettäväksi ennen kohtaamispaikan virallista tapaamista.
- Jokaisen kerran alussa on hyvä käydä läpi ns. kuulumiskierros ja huomioida samalla mahdolliset uudet osallistujat. Osallistujat esittäytyvät tarpeen mukaan.

Suomen Punainen Risti, Keskustoimisto
Tehtaankatu 1 a, 00140 Helsinki, PL 168, 00141 Helsinki
Puhelin 020 701 2000 Faksi 020 701 2310

Finlands Röda Kors, Centralbyrån
Fabriksgatan 1 a, 00140 Helsingfors, PB 168, 00141 Helsingfors
Telefon 020 701 2000 Telefax 020 701 2310

Y-tunnus / FO-nummer 0116988-7



Suomen Punainen Risti kuuluu
Punaisen Ristin ja Punaisen
Puolikuun yhdistysten
kansainväliseen liittoon.

Finlands Röda Kors hör till
Internationella rödakors- och
rödahalvmånefederationen.

punainenristi.fi
rodakorset.fi

- Koska oman puheenvuoron ottaminen voi tuntua monista haastavalta, on tärkeää huomioida jokainen osallistuja ja kannustaa puheenvuoron käyttämiseen kohdentamalla kysymyksiä jokaiselle osallistujalle. On tietysti tärkeää mahdollistaa myös pelkkä kuuntelijana toimiminen.
- Jos mahdollista, voidaan osallistujia pyrkiä saamaan mukaan seuraavan kerran teeman valintaan ja tapaamisen suunnitteluun. Osallistujia voi kannustaa ottamaan ns. alustajan roolia itselleen tuttujen teemojen käsittelyssä.

NUORTEN TORSTAIKAHVIT TEAMSISSA

Varsinais-Suomen piirissä järjestettiin alkukesästä 2020 viiden tapaamiskerran laajuinen Nuorten torstai- kahvit -ryhmä, joka kokoontui Teams-alustalla. Ryhmän ohjaamisesta vastasi nuoria vapaaehtoisia. Jokai- selle tapaamiskerralle oli kutsuttu vierailija, jolle nuoret esittivät listan kysymyksiä (kysymykset lähetettiin vierailijalle jo etukäteen tutustuttavaksi). Vierailijoina oli mm. edustaja paikallisesta jalkapalloseurasta, nuorten ilmastovaikuttajien ryhmän jäsen sekä pintapelastuksen ammattilainen. Torstai- kahveja mainos- tettiin valtakunnallisesti ja Teams-linkki oli vapaasti jaossa. Niinpä paikalle oli helppo hypätä ilman erillistä ilmoittautumista. Jokaisella kokoontumiskerralla käytiin ensin vierailijan haastattelu vapaaehtoisten ve- tämänä ja osallistujat saivat esittää kysymyksiä. Tämän jälkeen oli aina varattu aikaa vapaalle keskustelul- le. Keskustelua vetävät vapaaehtoiset sekä vierailijat käyttivät videoyhteyttä.

RYHMÄ VASTA KAUPUNKIIN MUUTTANEILLE NUORILLE AIKUISILLE

Punaisen Ristin Jyväskylän osastossa perustettiin vuonna 2018 ryhmä vasta kaupunkiin muuttaneille nuo- rille aikuisille. Ryhmän tarkoituksena oli tutustua yhdessä kaupunkiin ja sen mahdollisuuksiin sekä löytää tietysti uusia tuttavuuksia. Ryhmä oli onnistunut ja se jäikin elämään osaston nuorten aikuisten ryhmänä. Syksyllä 2020 on suunnitteilla perustaa uusi vastaava ryhmä, mutta kokoontumiset käynnistetään Dis- cord-alustalla. Näin ryhmään mukaan tulevat voivat tutustua ja ideoida ryhmän toimintaa verkossa jo ennen kuin järjestetään ensimmäinen kasvokkainen kokoontuminen. Tämä toivottavasti madaltaa kyn- nystä lähteä mukaan ryhmään. Verkkoalusta mahdollistaa osallistumisen myös heille, joille kasvokkainen ryhmätoiminta ei syystä tai toisesta ole mahdollinen vaihtoehto. Verkkoalustalla jaetaan vinkkejä siitä, mitä kaupungissa voi tehdä sekä sovitaan yhteisistä tutustumiskohteista. Lisäksi osallistujien on mahdol- lista löytää ryhmän kautta harrastusseuraa. Ryhmään rekrytoidaan sekä vapaaehtoisia että osallistujia erityisesti alueen oppilaitosten kautta.

NAISTEN KV-KESÄKLUBI

Kesällä 2021 Punaisen Ristin vapaaehtoiset järjestivät zoomin välityksellä naisille suunnatun kansainväli- sen kesäklubin. Viikoittain kokoontuvassa zoom-ryhmässä käytiin läpi kulttuuriin, ihmissuhteisiin ja suo- men kieleen liittyviä teemoja. Vapaaehtoiset kiinnittivät huomiota erityisesti selkokielisyyteen ja teemo- jen alustuksessa käytettiin myös dioja. Teemaan liittyvää keskeistä sanastoa sekä yhteisiä kysymyksiä

Suomen Punainen Risti, Keskustoimisto
Tehtaankatu 1 a, 00140 Helsinki, PL 168, 00141 Helsinki
Puhelin 020 701 2000 Faksi 020 701 2310

Finlands Röda Kors, Centralbyrån
Fabriksgatan 1 a, 00140 Helsingfors, PB 168, 00141 Helsingfors
Telefon 020 701 2000 Telefax 020 701 2310

Y-tunnus / FO-nummer 0116988-7



Suomen Punainen Risti kuuluu
Punaisen Ristin ja Punaisen
Puolikuun yhdistysten
kansainväliseen liittoon.

Finlands Röda Kors hör till
Internationella rödakors- och
rödahalvmånefederationen.

punainenristi.fi
rodakorset.fi

kannattaakin näyttää dioilla, jotta varmistetaan kaikkien pysyminen keskustelussa mukana. Yksi ryhmän haasteista liittyi suuriin eroihin osallistujien kielitaidossa. Puutteellinen kielitaito oli varmasti syynä myös siihen, että monet ryhmään ilmoittautuneista eivät kuitenkaan osallistuneet tapaamisiin. Kirjallinen ohjeistus zoomiin liittymiseksi ei ehkä aina ole riittävä vaan tarvittaisiin myös muuta opastusta tietotekniikan käyttöön. Toiminnalle olisi kuitenkin varmasti tarvetta ja ryhmää perustettaessa kannattaa tehdä yhteistyötä niiden tahojen kanssa, jotka toimivat maahanmuuttajien parissa.

OSAAJIA ERI TEEMOJEN ALUSTAMISEEN

Mikäli verkkoryhmään kaivataan alustajia, kannattaa miettiä, kenellä on kohderyhmän ja teeman kannalta oleellista tietoa sekä osaamista. Mikä verkkoryhmä toimii tietyllä alueella, kannattaa hyödyntää paikallisia toimijoita ja jakaa näin osallistujille tietoa alueelta löytyvistä harrastuksista, palveluista ja toimijoista.

Punaisen Ristin sisältä löytyy osaamista mm. seuraavista aihepiireistä.

- yksinäisyys / kaveritaidot
- muistisairaahan kohtaaminen
- omaishoitajuus
- henkinen tuki
- monikulttuurisuus / rasismi
- ensiapu
- tapaturmat
- hätätilanteisiin varautuminen
- päihteet
- seksuaaliterveys
- terveyden edistäminen

Vinkkejä sopivan alustajan löytämiseen saa esimerkiksi omasta osastosta tai piiritoimistosta.

Suomen Punainen Risti, Keskustoimisto
Tehtaankatu 1 a, 00140 Helsinki, PL 168, 00141 Helsinki
Puhelin 020 701 2000 Faksi 020 701 2310

Finlands Röda Kors, Centralbyrån
Fabriksgatan 1 a, 00140 Helsingfors, PB 168, 00141 Helsingfors
Telefon 020 701 2000 Telefax 020 701 2310

Y-tunnus / FO-nummer 0116988-7



Suomen Punainen Risti kuuluu
Punaisen Ristin ja Punaisen
Puolikuun yhdistysten
kansainväliseen liittoon.

Finlands Röda Kors hör till
Internationella rödakors- och
rödahalvmånefederationen.

punainenristi.fi
rodakorset.fi