



# SenioriKamu

**Luistaako juttu senioreiden kanssa?**

**Kaipaatko merkityksellistä tekemistä?**

**Kiinnostaako toivetapahtumien ideointi ja järjestäminen?**

**Jokainen vapaaehtoinen on tärkeä!**

**Miina Sillanpään Säätiön ja Harjulan Setlementin SenioriKamu-hanke vähentää ikäihmisten yksinäisyyttä ja turvattomuuden tunnetta vapaaehtoistoiminnan sekä toivetapahtumien keinoin Helsingin Kontulassa ja Malmilla sekä Lahdessa.**



Tarjoamme kattavan vapaaehtoisvalmennuksen ja yhdistämme seniorit ja vapaaehtoiset toisilleen sopiviksi Kamupareiksi. Kamu on puhelimitse yhteydessä senioriin ja lisäksi he sopivat tapaamisia lähinaapurustoon.

Kamupareille järjestetään kerran kuukaudessa toivetapahtumia, joiden sisältöön kamuparit pääsevät yhdessä vaikuttamaan.

Toivomme sinulta sitoutumista SenioriKamu-toimintaan kuudeksi kuukaudeksi, mutta voit osallistua toimintaan myös muulla tavalla, esimerkiksi toivetapahtuma-kummina. Voit myös itse ehdottaa vapaaehtoistoiminnan muotoa tai ideaa.

**Tervetuloa mukaan Seniorikamuksi!**

**Lisätietoa ja ilmoittautumiset vapaaehtoisvalmennukseen:**

**Hankekoordinaattori Johanna Kautonen-Abass, 044 772 5034**

**[johanna.kautonen-abass@harjulan.fi](mailto:johanna.kautonen-abass@harjulan.fi)**