



Syöpäjärjestöt

Hyvää elämää syövästä huolimatta

Tukihenkilönä Syöpäjärjestöissä





Sisältö

Tervetuloa mukaan Syöpäjärjestöjen tukihenkilötoimintaan!	5
Matka tukihenkilöksi	6
Periaatteet ohjaavat toimintaa	10
Kysymys avaa ovia	13
Voimavaroja toisen kokemuksista	14
Tukea elämän loppuvaiheessa	16
Ensin on tukipyyntö	19
Toiminnanohjaus tukee tukijaa	20
Vapaaehtoisille riittää tehtävää	21

Tukihenkilönä teet
arvokasta työtä.
Kiitos siitä!



Tervetuloa mukaan Syöpäjärjestöjen tukihenkilötoimintaan!

Syövän hoito on Suomessa huippuluokkaa, ja potilas saa luotettavaa ja ajantasaista tietoa sairaudestaan ja sen hoidoista hoitohenkilökunnalta.

Sairastuminen syöpään vaikuttaa koko elämään. Aluksi voi olla vaikeaa löytää toivoa tuovia näkökulmia. Sopeutuminen sairauteen ja sen kanssa elämiseen vaatii aikaa ja voimavaroja niin sairastuneelta kuin hänen läheisiltäänkin.

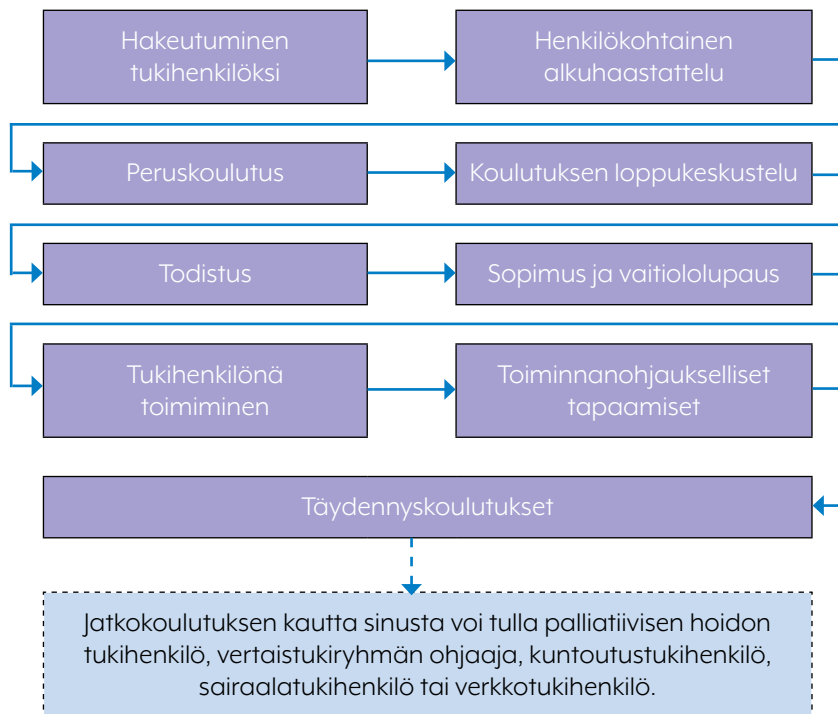
Syöpäjärjestöjen yksi merkittävimmistä tavoitteista on mahdollistaa syöpään sairastuneelle ja hänen läheisilleen hyvä elämä syövästä huolimatta. Tukihenkilötoiminta ja muu Syöpäjärjestöjen järjestämä vapaaehtoistoiminta ovat tärkeä osa tätä työtä.

Haluamme tukea syöpään sairastunutta toipumaan. Myös syöpään sairastuneen läheiset saavat halutessaan apua, jotta he jaksavat tukea sairastunutta ja säilyttävät omat voimavaransa muuttuneessa elämäntilanteessa.

Tukihenkilönä olet osa turvallista verkostoa, joka toimii syöpään sairastuneen ja hänen läheisensä parhaaksi. Teet arvokasta työtä sairastuneen ja hänen läheistensä tukena.

Matka tukihenkilöksi

Syöpäyhdistyksen työntekijä haastattelee tukihenkilöksi hakeutuvat ja valitsee heistä ne, jotka soveltuvat tukihenkilöiksi. Haastattelun yhteydessä käydään perusteellisesti läpi elämäntilanne ja mielen voimavarat sekä keskustellaan suhtautumisesta sairauteen.



Syöpäjärjestön tukihenkilönä olet tukena, kun sairastunut käsittelee hänelle merkityksellisiä asioita uudessa elämäntilanteessa. Tukihenkilönä osaat kuunnella ja asettua vuoropuheluun, joka tukee voimavarojen löytymistä ja lisääntymistä.

Tukihenkilönä voit myös tuoda hengähdystauon sairastuneen tai hänen läheisensä haastavaan tilanteeseen. Joskus sairastuneen voi

Voit auttaa sairastunutta
pääsemään välillä irti
syövän ympärillä kiertä-
vistä ajatuksista.



olla vaikea puhua mieltään painavista ajatuksista. Joskus hän voi puolestaan tarvita tukihenkilöä, jotta hän pääsee irti syövän ympärillä kiertävistä ajatuksista. Tällöin voitte keskustella kaikesta muusta, käydä kävelyllä tai tehdä yhdessä jotain muuta mukavaa. Tärkeintä on ottaa kiinni hetkestä.

Sairastunut ja hänen läheisensä voivat tarvita tukea eri vaiheissa sairautta. Osa tarvitsee tukea siinä vaiheessa, kun syöpää vasta epäillään tai kun diagnoosi varmistuu. Osa tarvitsee tukea arjessa sairauden kanssa ja osa puolestaan silloin, kun on toipumassa. Moni tarvitsee tukea myös saattohoidon aikana. Tuki sairauden eri vaiheissa on erilaista.

Tukihenkilönä sinun on hyvä muistaa, että sairastunut ja läheinen käsittelevät asioita ajoittain eri tahtiin. Tärkeitä ovat ne asiat, jotka herättävät tunteita juuri sillä hetkellä.

Koulutus antaa valmiudet

Syöpäjärjestöjen järjestämä peruskoulutus antaa sinulle hyvät valmiudet toimia vertaistukihenkilönä tai saattohoidon tukihenkilönä.

Peruskoulutuksessa keskustellaan motivaatiostasi ja voimavaroistasi, joita tarvitset tukihenkilönä. Koulutuksessa käsitellään myös ihmisten erilaisia reagointi- ja toimintatapoja sekä keinoja asettua vaikeiden ja muuttuvien asioiden äärelle. Lisäksi työstetään syöpään sairastuneen ja hänen läheisensä kohtaamiseen liittyviä teemoja sekä perehdytään Syöpäjärjestön toimintaan, tukihenkilötoimintaa ohjaaviin periaatteisiin ja käytäntöihin.

VERTAISTUKIHENKILÖN peruskoulutuksessa käsittelet omaa kokemustasi sairaudesta. Samalla harjoittelet kuuntelua ja kertomista tukihenkilön roolissa. Koulutuksessa käsitellään myös erilaisia mahdollisuuksia yhteiseen tekemiseen, jonka avulla voit auttaa tuettavaa elämään hyvää elämää syövästä huolimatta.

SAATTOHOIDON TUKIHENKILÖN peruskoulutuksessa käsitellään kuolevan ja hänen läheistensä kohtaamista, saattohoidon periaatteita ja jäljellä olevan elämän mahdollisuuksien kunnioittamista ja mahdollistamista.

Täydennyskoulutukset lisäävät ja syventävät tukihenkilön valmiuksia. Kaikki tukihenkilötoiminnassa olevat voivat osallistua täydennyskoulutukseen.

Jatkokoulutukset tuovat puolestaan uutta osaamista sekä motivoivat ja antavat mahdollisuuden kehittyä oman kiinnostuksen mukaisesti. Jatkokoulutukset ovat vapaaehtoisia.

Syöpäjärjestöjen tukihenkilökoulutus

	PERUS-KOULUTUS	TÄYDENNYS-KOULUTUS	JATKO-KOULUTUS
KENELLE	Tukihenkilötoimintaan haluaville ja toimintaan sopiville henkilöille	Kaikille tukihenkilötoiminnassa mukana oleville	Vertaistukihenkilön tai saattohoidon tukihenkilön peruskoulutuksen käyneille henkilöille, jotka haluavat kouluttautua lisää
KOULUTTAJA	Syöpäjärjestöjen kouluttajakoulutuksen saanut henkilö	Jäsenyhdistys tai jokin ulkopuolinen taho	Suomen Syöpäyhdistys tai sen jäsenyhdistys, jossa on aiheeseen koulutettu kouluttaja
SISÄLTÖ	Syöpäjärjestöjen tukihenkilökoulutusmalli • Tukihenkilö (kaikille yhteinen) • Vertaistukihenkilö (valinnainen) • Saattohoidon tukihenkilö (valinnainen)	Suunnitellaan yhdistyskohtaisesti käytännön toiminnasta nousseiden tarpeiden ja toiveiden mukaan	Syöpäjärjestöjen tukihenkilökoulutusmalli • Vertaistukiryhmän ohjaaja • Kuntoutustukihenkilö Tulevia jatkokoulutuksia • Tukihenkilö verkkoon • Tukihenkilö sairaalaan • Tukihenkilö palliatiiviseen vaiheeseen • Tukihenkilö arjen avuksi
MILLOIN	Tarpeen mukaan	1–2 kertaa vuodessa	Tarpeen mukaan

Periaatteet ohjaavat toimintaa

Tukihenkilötoiminnan periaatteet ja ohjeet auttavat sinua, kun toimit tukihenkilönä. Niiden avulla pyritään myös varmistamaan, että tuen tarvitsijat saavat luotettavaa ja yhdenvertaista tukea omasta asuinpaikasta riippumatta.

Syöpäjärjestöt on sitoutunut toimimaan tukihenkilötoiminnan periaatteiden mukaisesti. Myös sinun tulee tukihenkilönä sitoutua seuraaviin periaatteisiin.

Tukihenkilötoiminnan periaatteet auttavat sinua, kun toimit tukihenkilönä.

Hienointa on tunne, kun voi tehdä jotakin merkityksellistä.

- Tukihenkilötoiminta perustuu haluun auttaa syöpään sairastunutta ja hänen läheisiään.
- Toiminta on palkatonta, määräaikaista ja organisoitua vapaaehtoistyötä.
- Tukihenkilö antaa kirjallisen vaitiololupauksen, joka jatkuu myös sen jälkeen, kun vapaaehtoistoiminta päättyy.
- Tukihenkilö tietää roolinsa ja vastuunsa sekä ymmärtää, että hän toimii tuettavan pyynnöstä ja hänen ehdoillaan.
- Tukihenkilö sitoutuu noudattamaan Syöpäjärjestöjen arvoja, sääntöjä ja periaatteita sekä tekemiään sopimuksia ja saamia ohjeita.
- Tukihenkilö toimii Syöpäjärjestöjen edustajana omana itsenään.
- Tukihenkilö arvioi omat kykynsä ja voimavaransa sekä sovittaa toimintansa niiden mukaiseksi.

A photograph of a man with a shaved head and a black and white striped shirt, smiling at a woman with long reddish-brown hair. The woman's hair is in the foreground, slightly out of focus. The man is in the background, looking towards the woman.

Et voi tietää toisen ajatuksia, tunteita tai suhtautumista sairauteen, vaikka sinulla itselläsi sama kokemus.

Kysymys avaa ovia

Tukihenkilötapaamisessa antaudut vuoropuheluun avoimesti, ilman omia ennakko-odotuksia. Tukihenkilönä sinä ymmärrät, että vaikka itselläsi on samanlainen kokemus, et voi tietää toisen ajatuksia, tunteita tai suhtautumista sairauteen.

Sinun tulee olla avoin ja myötätuntoinen sairastuneen kokemuksille. Näin hän tulee aidosti kuulluksi, nähdyksi ja kohdatuksi.

Kysymyksiä, joita voit käyttää

- Kuinka voit?
- Saisinko kuulla tarinasi?
- Mitä toivot minulta?
- Mitä toivot tapaamisiltamme?
- Mikä on juuri nyt tärkeää?
- Mikä auttaisi Sinua tällä hetkellä?

Tarvittaessa voit kannustaa sairastunutta pienillä välikysymyksillä puhumaan.

- Kertoisitko lisää tästä asiasta?
- Mitkä asiat sinua mietityttävät?
- Kenen läsnäolo tuo sinulle eniten turvaa?
- Mitkä muut asiat tuovat sinulle turvallisuuden tunnetta tässä tilanteessasi?
- Mikä helpottaisi oloasi tai auttaisi sinua?
- Miten olet selvinnyt pahimman yli?
- Mikä kaikki on sairauden myötä muuttunut?
- Mitä ajattelet itse? Voit esittää vastakysymyksen, jos tuettava kysyy sinulta jonkin yllättävän kysymyksen.
- Millaisia tunteita olet huomannut sairauden aikana?

Lopuksi voit vielä tehdä tarkistavia kysymyksiä.

- Olemmeko puhuneet sinulle tärkeistä asioista?

Voimavaroja toisen kokemuksista

VERTAISTUKIHENKILÖNÄ oleminen perustuu oman tai läheisesi sairauskokemuksen kautta saamiisi kokemuksiin, joilla pyritään helpottamaan saman kokevan elämäntilannetta.

Voit käyttää omia kokemuksiasi voimavaroja tuovina esimerkkeinä silloin, kun jokin asia esimerkiksi pelottaa tai mietityttää sairastunutta tai hänen läheistään. Se voi tuoda hänelle turvallisuuden tunnetta ja toivoa.

Kirjoita tiivistetysti oman kokemuksesi keskeiset muistot tai erityisen merkitykselliset kohdat, jotka vaikuttivat selviytymiseesi silloin, kun sairaus oli osa arkeasi.

Vertaistukihenkilönä olet esimerkki siitä, että syövän tuomista muutoksista huolimatta voi elää aktiivista ja hyvää elämää. Omasta sairaudesta on hyvä olla kulunut riittävästi aikaa ennen tukihenkilöksi ryhtymistä. Suosituksena on, että tukihenkilö ja sairastunut eivät ole toisensa sukulaisia tai ystäviä.

Vertaistukihenkilö ja tuen saaja tapaavat tuettavan tarpeen mukaan. Tavallisesti tapaamisia on 1–5, ja ne kestävät 1–2 tuntia kerrallaan. Tapaamisen keston rajaaminen auttaa varmistamaan, että molemmat jaksavat keskustelun ja keskustelu pysyy sellaisena, että se helpottaa tuettavan oloa.

Kohtaamiset voivat olla henkilökohtaisia tapaamisia, puheluita tai nettitapaamisia. Jotta tapaaminen olisi turvallinen, tukihenkilön tulee miettiä mahdollisia häiritseviä tekijöitä etukäteen ja pyrkiä välttämään niitä tai poistamaan ne. Esimerkiksi liian meluisa tai julkinen paikka ei sovi tapaamiseen tukihenkilön kanssa.

Levinnyttä tai pitkittynyttä syöpää sairastava vertaistukihenkilö voi olla hyvin tärkeä potilaalle, joka on palliatiivisen hoidon alkuvaiheessa. Tämän vuoksi voit toimia vertaistukihenkilönä, vaikka sinulla on itselläsi parantumaton syöpä. Tällöin tukihenkilötoimintaa on syytä sopeuttaa taudin vaihteluun ja omaan jaksamiseen sekä koordinoida sitä yhdessä yhdistyksen työntekijän kanssa.

Tukea myös ryhmässä

Vertaistukitoiminta voi olla myös ryhmämuotoista. Avoimeen ryhmään voivat tulla kaikki halukkaat, suljetun ryhmän osallistujat ovat puolestaan tiedossa jo etukäteen. Ryhmää ohjaa yleensä yksi tai useampi vertaistukihenkilö, joka on käynyt vertaistukiryhmän ohjaajakoulutuksen. Joskus vertaistukiryhmää ohjaavat sosiaali- tai terveydenhuollon ammattilainen ja vertaistukihenkilö yhdessä.

Tukisuhteen päätyminen

Tukisuhde päättyy, kun sairastunut kokee saaneensa tarvitsemansa tuen ja avun tai tukisuhde muuttuu ystävyssuhteeksi. Tukisuhteen päättymisestä ilmoitetaan myös syöpäyhdistykseen, jossa tukipyyntölomake hävitetään.

Pohdi, mitkä ovat riskit, jos tukihenkilötoiminnan aloittaa liian pian oman sairastumisen jälkeen. Entä mitä riskejä siihen liittyy, jos tukihenkilön omasta sairaudesta on kulunut 15 vuotta tai enemmän?

Tukea elämän loppuvaiheessa

SAATTOHOIDON TUKIHENKILÖ on Syöpäjärjestöjen koulutuksen saanut henkilö, joka ymmärtää ja hyväksyy elämän rajallisuuden. Hän haluaa auttaa ja tukea kuolevaa ihmistä sekä hänen läheisiään elämän vaativimpina hetkinä.

Saattohoidon tukihenkilönä tuet arjen sujumista ja kunnioitat jäljellä olevan elämän merkityksellisyyttä. Tuot hengähdystaukoja sairastuneen ja läheisten vaikeaan elämäntilanteeseen. Osaat pysähtyä sen äärelle, mikä on juuri nyt sairastuneelle tärkeää. Tukihenkilönä tuet ihmistä, joka valmistautuu kuolemaan, sekä hänen läheisiään.

Tuet myös jäljellä olevaa elämää. Elämä tuntuu mielekkäältä, jos tässä ja tulevissa hetkissä pystyy näkemään jotain hyvää, olipa aikaa kuinka vähän tahansa. Elämä on elämistä loppuun asti.

Saattohoidon luonteesta johtuen saattohoidon tukihenkilöltä vaaditaan vahvaa sitoutumista. Sinun tulee olla käytettävissä joustavasti, joskus jopa päivystysluonteisesti.

Saattohoidon tukihenkilönä sinulla voi olla sovittuja tapaamisia tiheästi, myös lyhyellä varoitusajalla. Tapaamiset voivat olla joko sairaustuneen kotona, vuodeosastolla tai palveluasunnossa.

Kotisaattohoidon tuki

Saattohoidon tukipyynnöt koskevat usein kotisaattohoitoa, jolloin tukea tarvitsevat saattohoidossa olevan ihmisen lisäksi myös hänen läheisensä.

Kotisaattohoitoon liittyvät tukipyynnöt vaativat usein nopeaa reagointia, koska saattohoidossa tilanteet voivat muuttua nopeasti ja yllättäen. Tällöin myös tapaamisten kesto vaihtelee. Kotisaattohoidon tuki suunnitellaan aina saattohoitoa saavan ihmisen toiveiden ja tilanteen mukaan. Tarvittaessa on myös mahdollista koota tukihenkilöistä

rinki, jotta kuolemaa lähestyvä ihminen ja hänen läheisensä saavat riittävästi tukea ja apua.

Tuki sairaalassa tai saattohoitokodissa

Sairaalassa tai saattohoitokodissa toimiva tukihenkilö ei yleensä saa tukipyyntöjä etukäteen, vaan tukihenkilö on valmiina tukikohtaamisiin osastolla, odotustilassa ja kahvilassa.

Sairaalassa saattohoidon tukihenkilö toimii sairaalan käytäntöjen mukaisesti. Tukihenkilötoiminta on usein etukäteen suunniteltua, jolloin tukihenkilö on kaikkien sillä hetkellä osastolla olevien henkilöiden käytettävissä sovittuna aikana. Osastolla tukihenkilöllä ei ole yleensä tukisuhdetta vain yhteen saattohoidossa olevaan henkilöön, vaan hänellä on usein useampi tuettava työvuoronsa aikana.

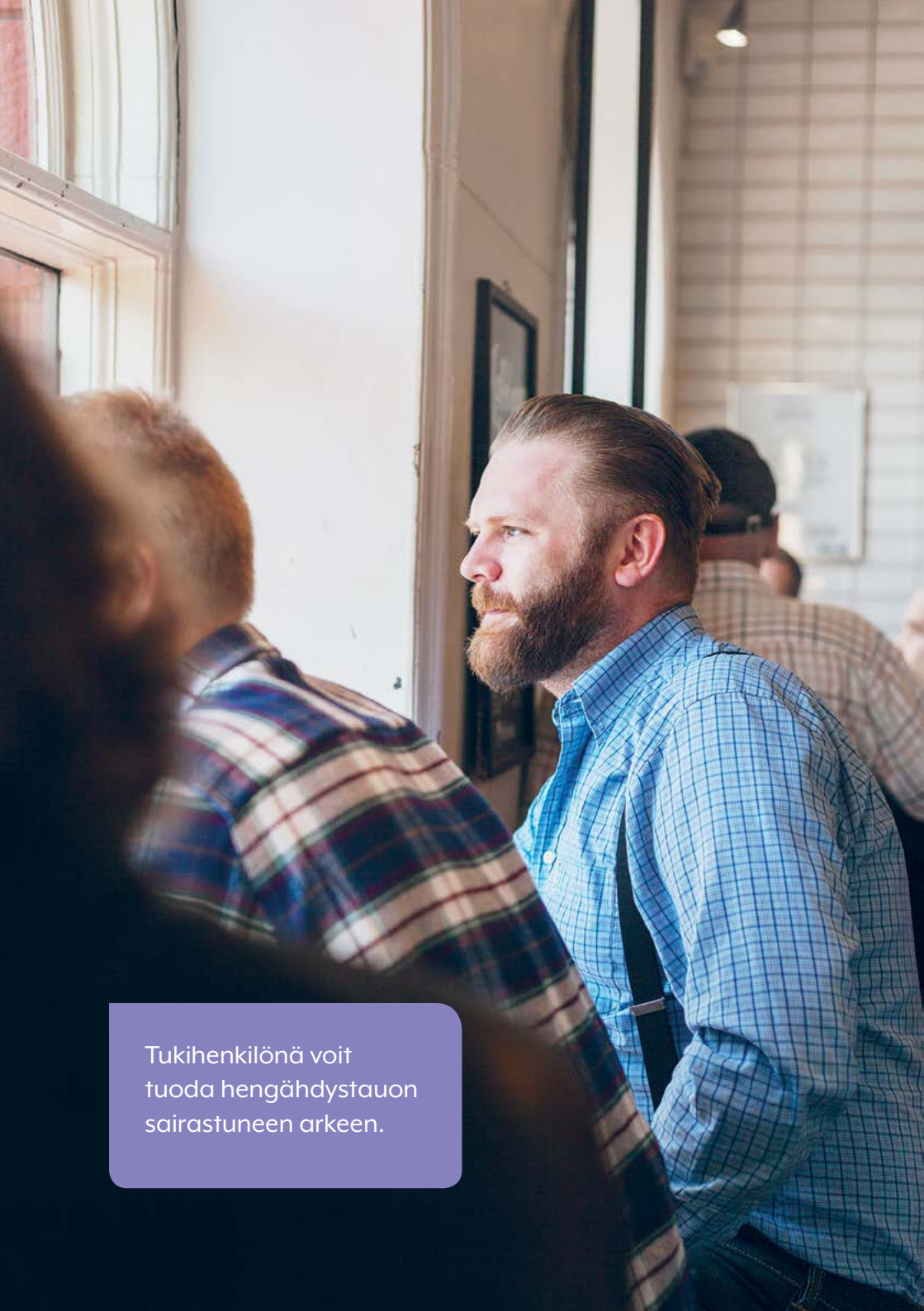
Saattohoidon tukihenkilönä voit keskustella ja kuunnella, olla kuolevan vierellä, luoda pieniä piristyshetkiä, lohduttaa tai tuoda läheisille hengähdystaukoja ja aikaa hoitaa asioita.

Kuoleman jälkeen

Tukisuhde voi jatkua tarvittaessa potilaan kuoleman jälkeen, jolloin tukihenkilö voi tavata läheisiä vielä kerran tai kaksi.

Mieti, minkälainen tuki ja toiminta auttavat elämään hyvää elämää myös elämän viimeisinä viikkoina. Entä läheisiä?

Pohdi, kuinka mahdollistaisit tällaista tukea. Kuinka tukihenkilö voi luoda edellytyksiä hyviin hetkiin elämän loppuvaiheessa?

A photograph of a man with a full brown beard and short brown hair, wearing a blue and white checkered button-down shirt. He is looking out of a window on the left side of the frame. In the foreground, the back of a person's head and shoulders are visible, wearing a multi-colored plaid shirt. The background shows an interior space with a white wall, a framed picture, and another person in a plaid shirt standing further back.

Tukihenkilönä voit
tuoda hengähdystauon
sairastuneen arkeen.

Ensin on tukipyyntö

Pyynnöt vertaistuesta tulevat yhdistykselle sairastuneelta itseltään, läheiseltä tai hoidossa mukana olevalta ammattihenkilöltä. Syöpäyhdistyksen tukihenkilötoiminnasta vastaava työntekijä vastaanottaa ja kirjaa tukipyynnön. Samalla hän selvittää, kuinka sairastunut tai läheinen toivoo saavansa ensimmäisen kontaktin tukihenkilöön.

Jos tukipyyntö tulee paikallisosastojen vapaaehtoisille tai tukihenkilölle itselleen, heidän tulee välittää tieto tukipyynnöstä ja mahdollisesti jo alkaneesta tukisuhteesta yhdistykselle. Näin varmistetaan, että tuen saaja ja tukihenkilö ovat vakuutuksen piirissä ja tukisuhde tulee kirjatua.

Vuodeosastoilla on usein omia alueellisia käytäntöjä, jotka yhdistyksen työntekijä tuntee. Vuodeosastoilla tukihenkilötoiminta on usein etukäteen suunniteltua, ja paikalle pyritään saamaan tukihenkilö sovitusti aikoina potilaita ja läheisiä varten.

Toiminnanohjaus tukee tukijaa

Toiminnanohjauksellisten tapaamisten tarkoituksena on tukea sinua tukihenkilönä ja auttaa sinua kehittymään tukihenkilönä. Tapaamisissa huolehditaan myös siitä, että voimavarasi riittävät.

Toiminnanohjauksellisista tapaamisista vastaa yhdistyksen työntekijä, joka voi toimia itse toiminnanohjaajana tai käyttää ulkopuolista ammattilaista. Toiminnanohjaus on käytännössä usein ryhmämuotoista tai tarvittaessa kahdenkeskistä keskustelua. Ryhmämuotoisia, ennalta sovittuja keskusteluja järjestetään vuodessa kahdesta neljään.

Toiminnanohjauksellisissa ryhmätapaamisissa voidaan käsitellä ennalta sovittuja aiheita tai sillä hetkellä esiin nousevia käytännön tilanteita. Tapaamisiin voi kuulua myös täydennyskoulutusta. Tukihenkilötoimintaa järjestävä yhdistys on sitoutunut tukemaan tukihenkilöä myös äkillisissä tilanteissa. Yhdistys järjestää tukihenkilöille myös vuotuisen virkistystapahtuman.

Tukihenkilöt sitoutuvat käymään säännöllisesti täydennyskoulutuksissa ja toiminnanohjauksellisissa tapaamisissa.

Toiminnanohjauksen lisäksi sinun on hyvä huolehtia omasta jaksamisestasi kaikilla elämän eri osa-alueilla.

Pohdi, mistä saat voimavaroja toimia tukihenkilönä.

Vapaaehtoisille riittää tehtävää

Vertaistukitoiminnan ja saattohoidon tukihenkilötoiminnan lisäksi on muitakin tapoja toimia vapaaehtoisena Syöpäjärjestöissä. Erilaisista vapaaehtoistehtävistä saat lisätietoa omasta alueellisesta syöpäyhdistyksestä tai valtakunnallisista potilasyhdistyksistä. Alla esitellään tällä hetkellä Syöpäjärjestöissä olemassa olevia tukihenkilötoiminnan muotoja.

Kokemustoimijatoiminta

Kokemustoimijakoulutuksen käynyt syöpään sairastunut tai sairastuneen läheinen voi olla mukana kokemustoimijatoiminnassa. Kokemustoimijan tehtävänä on kuvata sairastuneen tai läheisen näkökulmaa kertomalla omaa tarinaa opiskelijoille, ammattilaisille ja medialle sekä toimia kokemusasiantuntijana kehittämis- ja arviointityöryhmissä.

Arjen Ystävä

Arjen Ystävä on koulutettu vapaaehtoinen, joka haluaa olla tuke-
massa toisen ihmisen arjen sujuvuutta ja tasapainoa sairaudesta
huolimatta. Hän voi lähteä sairastuneen kanssa esimerkiksi kävelylle
tai sairaalakäynnille. Vertaistukitoiminnasta on luontevaa siirtyä Arjen
Ystäväksi.

Tärkeimpiä ovat ne
asiat, jotka herättä-
vät tunteita juuri
sillä hetkellä.



Vertaistukiryhmän ohjaaja

Vertaistukiryhmän ohjaaja on käynyt vertaistukihenkilökoulutuksen ja toiminut vertaistukihenkilönä. Hän on sen jälkeen kouluttautunut vertaistukiryhmän ohjaajaksi.

Kuntoutustukihenkilö

Kuntoutustukihenkilö on tukihenkilöperuskoulutuksen saanut vapaaehtoinen, joka on suorittanut jatkokoulutuksen kuntoutustukihenkilöksi. Kuntoutustukihenkilö toimii ammattilaisten rinnalla yhtenä ohjaajan esimerkiksi sopeutumisvalmennuskursseilla.

Palliattiivisen hoidon tukihenkilö

Palliattiivisen hoidon tukihenkilö on tukihenkilöperuskoulutuksen saanut vapaaehtoinen, joka on suorittanut jatkokoulutuksen palliattiivisen hoidon tukihenkilöksi. Tämä tukihenkilömuoto voi olla pitkäkestoisempi kuin vertaistukisuhde, sillä sairastunut saattaa haluta saman ihmisen tukihenkilökseen myös saattohoitovaiheessa.

Sairaalatukihenkilö

Sairaalatukihenkilö on tukihenkilöperuskoulutuksen saanut vapaaehtoinen, joka on suorittanut jatkokoulutuksen sairaalatukihenkilöksi ja saanut perehdytyksen sairaalan toimintatapoihin. Hän toimii sairaalaympäristössä niiden potilaiden ja läheisten tukena, jotka ovat juuri sillä hetkellä sairaalassa. Sairaalatukihenkilö voi toimia esimerkiksi tukihenkilölle varatussa tilassa päivystysluonteisesti tai kiertää potilaiden ja läheisten luona ennalta sovittuina aikoina.

Verkkotukihenkilö

Verkkotukihenkilö on tukihenkilöperuskoulutuksen saanut vapaaehtoinen, joka on suorittanut jatkokoulutuksen verkkotukihenkilöksi. Verkkotukihenkilö toimii verkkoympäristössä ja käyttää apunaan voimavaroja suuntautunutta viestintää. Toimintaympäristönä ovat esimerkiksi chatit, yhdistyksen keskustelupalstat ja erilaiset sovellukset.

Jäsenyhdistysten yleinen vapaaehtoistoiminta

Tilaisuuksissa ja varainhankinnassa avustaminen, virkistystoiminnan järjestäminen ja yhdistysten toimintaa tukevissa tehtävissä avustaminen ovat myös tapoja tehdä vapaaehtoistyötä syöpäyhdistyksissä. Erilaisiin vapaaehtoistoiminnan muotoihin on luontevaa siirtyä esimerkiksi vertaistukitoiminnan jälkeen.

Lämmin kiitos, kun olet mukana
Syöpäjärjestöjen tukihenkilötoiminnassa.
Laitetaan yhdessä hyvä kiertämään!

Muistiinpanoja

Hyvää elämää syövästä huolimatta

Tukihenkilönä Syöpäjärjestöissä

Työryhmä Riikka Koivisto, Hannele Arvekari ja Liisa Pylkkänen

Toimitus Marika Javanainen

Ulkoasu ja taitto Sisko Honkala

Valokuvat Carina Gran / Kuvatoimisto Gorilla (kansi, s. 22),

Atte Tanner (sisäkannet, s. 7, s. 12),

Vesa-Matti Väärä (s. 4),

Astrakan / Kuvatoimisto Gorilla (s. 18)

Kustantaja Suomen Syöpäyhdistys

Painopaikka Star-Offset Oy 2018



Oletko sairastanut syövän ja mietit nyt
ryhtymistä Syöpäjärjestöjen tukihenkilöksi?
Haluatko olla mukana tukemassa syöpään
sairastuneita ja heidän läheisiään?

Tukihenkilöoppaassa perehdytään
Syöpäjärjestöjen tukihenkilötoiminnan
periaatteisiin ja käytäntöön.

www.kaikkisyovästä.fi



Syöpäjärjestöt