



## Kogukonnatöö meistriklass

“Vabatahtlikud seltsilised Raplamaal”

16. mai ja 5. juuni

### Toimumiskoht: Rapla kultuurikeskuse kammersaal

**Koolituse eesmärk:** Anda kogukondadele nende töös eakatega teadmisi ja oskusi, mis võimaldab senisest teadlikumalt koos vabatahtlikega oma tegevusi korraldada ja läbi viia.

**Koolitusel osalejad:** Raplamaa Partnerluskogu tegevuspiirkonna kogukondade juhid, kaasajad, eakatega tegevuste korraldajad kogukonna liikmed jt seotud osapooled. Igale koolituspäevale ootame kogukonnast 2-3 osalejat, kes võivad meistriklassi lõikes vahetuda. Soovituslik on, et üks osaleja kogukonna esindajatest osaleb mõlemal päeval.

Koolituspäevade vahelisel ajal toimub iseseisev töö kogukonnaga ja vajadusel saab kasutada koolitajate poolset mentorlust kuni 2 ak/h ulatuses.

Registreeri oma kogukond osalema hiljemalt 12. maiks [SIIN](#).

Koolitus on osalejatele **tasuta**.

### Päevakava

#### 16. mai kell 10.00- 16.30

**Päeva teema: Töö vanemaealiste inimestega. Mida tuleks teada ja millega arvestada.**

9.30 Kogunemine

10.00 - 11.00 Saame omavahel tutvavaks, mis on meie tänased küsimused kogukondades töös eakatega. Natuke ka kogukonnast ja selle tähendusest. Lühidalt meie kahest koolituspäevast

11.00 - 12.30 Mis on heaolu, mida tähendab ennetus ja kuidas sellega seostub kogukondlik tegevus.

12.30- 13.00 Kerge lõuna

13.00- 15.00 Mis on üksildus / üksindus, kuidas seda märgata ning millist valmisolekut ja oskusi see eeldab kogukonnalt.

15.00- 15.15 Sirutuspaus

16.00- 16.30 Päeva kokkuvõte ja koduse harjutamise tutvustus

**5. juuni, kell 10.00- 16.30**

**Päeva teema: Vabatahtlike kaasamine ja rakendamine töös vanemaealistega**

- 9.30 Kogunemine  
10.00- 11.00 Päeva sissejuhatus ja kodutööde arutelu  
11.00- 12.30 Vabatahtlike seltsiliste tegevuse raamistik, tegevuspõhimõtted ja kogukonna tugi  
12.30- 13.00 Kerge lõuna  
13.00- 15.00 Seltsilise isikuomadused ja tegevusega kaasnevad eetilised normid, hoiakud ja motivatsioon  
15.00- 15.15 Sirutuspaus  
15.15- 16.30 Meistriklassi kokkuvõte ja jätkutegevused

Meistriklass viiakse läbi kasutades praktilisi harjutusi, arutelusid, grupitöid jt aktiivõppe meetodeid. Korraldajatel on õigus lähtuvalt koolitusgrupi vajadusest teha programmis täiendusi.

**Meistriklassi koolitajad:**

Krista Pegolainen-Saar. Krista juhib seltsiliste programmi tegevusi. Ta on pikaajaline kogukondade koolitaja ning mentor. Lisaks omab ta kogemusi koostööks nii kogukonna kui ka omavalitsuse tasandil.

Karin Talalaev. Karin juhib seltsiliste võrgustikku, kuhu kuulub üle 200 seltsilise üle-Eesti. Lisaks on ta seltsiliste koolitaja ja mentor.

Koolituse informatsioon:

Krista Pegolainen-Saar

MTÜ Vabatahtlikud Seltsilised

Tel: 555 33 900

e- post: [info@seltsilised.ee](mailto:info@seltsilised.ee)

Koolitused toimuvad projekti "Vabatahtlikud seltsilised Raplamaal" raames ja seda on kaasrahanud Euroopa Liit!

**Vabatahtlik  
SELTSILINE**