



AIKA AUTTAA

Haluatko vähentää maailmantuskaa, löytää oman juttusi ja elämäsi merkityksellisyyttä? Niin kävi näille neljälle naiselle, kun he aloittivat vapaaehtoistyön.

ANNA KAUHALA KUVAT GETTY IMAGES JA HAASTATELTAVIEN KOTIALBUMIT



Taistelen öljyä vastaan

Saara Riipinen, 41, on WWF:n vapaaehtoisten öljyntorjuntajoukkojen joukkueenjohtaja ja kouluttaja.

”**VUONNA 2016** tein uraa bisnesmaailmassa, ja minulla oli hyvä työpaikka. Minusta kuitenkin tuntui, ettei työ ruokkinut tarpeeksi sydäntäni. Irtisanouduin, sillä halusin pohtia, kuka olen ja mitä haluan tehdä elämässäni. Tuolloin ymmärsin, että haluan tehdä jotain konkreettista luonnon ja eläinten hyväksi.

ALOIN OPISKELLA ammattikorkeakoulussa kestävää kehitystä ja ilmoitauduin WWF:n vapaaehtoisiin öljyntorjuntajoukkoihin. Kurssilla sain laittaa suojarusteet yleni ja harjoitella öljyntorjuntaa. Tunsin, että työllä oli todellinen merkitys.

Kävin seuraavien puoleentoista vuoden aikana kaikki öljyntorjuntakurssit sekä öljyntyneiden lintujen hoitokurssin.

Kesällä 2019 mökkiläiset ilmoittivat, että Sipoon saaristosta oli löytynyt öljyä. Vietimme viikonlopun puhdistamassa rantoja. Se on konkreettista ja fyysistä työtä: puhdistimme öljyä kivistä ja kaisloista ruokaöljyn ja imeytysmattojen avulla. Etsimme myös öljyisiä lintuja, mutta onneksi niitä ei ollut.

TYÖSSÄ PITÄÄ OLLA TERVE ja jaksaa raskasta työtä suojarusteet yllä. Rankinta on silti eläinten kärsimys. Ranta voisi olla kilometrien pituudelta öljyn peitossa ja linnut kuolemassa. Haluan kuitenkin tehdä tätä, sillä pystyn näin auttamaan monia eläimiä ja puhdistamaan pahoin tuhoutunutta luontoa.

Itämeri on luokiteltu erityisherkeksi alueeksi, ja öljykuljetuksia on paljon. Tilastojen mukaan suuronnettomuuden olisi pitänyt jo tapahtua, joten valmistautumista tarvitaan.

Olen oppinut vapaaehtoistyössäni, että on tärkeää kuunnella sisintään ja tehdä sitä, mihin sydän tuntee paloa. Tuntuu hyvältä, kun saa tehdä jotain merkityksellistä ja olla osa tiimiä, jolla on samat arvot.”



Haluan olla turvallinen aikuinen

Aino Salonen, 32, kokkaa ja yöpyy säännöllisesti SPR:n Nuorten turvatalossa.

”**KUUSI VUOTTA SITTEN** tuntui, että elämästäni puuttui palanen. Kaipasin lisää merkitystä elämään.

Olin pitkään miettinyt vapaaehtoistyötä ja hain SPR:n vapaaehtoiseksi Nuorten turvataloon. Minullakin oli nuorena vaikeaa. Siksi ymmärrän, että aikuistuminen voi olla rankkaa.

Apua tarvitsevat nuoret saavat tulla turvataloon yöpymään ja juttelemaan. Vapaaehtoisten koulutuksen aikana jokin lokahti paikalleen: tämä oli se puuttuva palanen.

PYRIN KÄYMÄÄN TURVATALOLLA kerran kuussa. Suuntaan sinne töiden jälkeen, käyn kaupassa ja laitan ruokaa. Syömme ja katsoimme telkkaria tai juttelemme. Jään myös yöksi. Yövuorossa on aina vapaaehtoisen kanssa sosiaalialan ammattilainen. Tehtäväni on olla turvallinen aikuinen, ei ratkaista ongelmia.

Välillä syntyy hyviä keskusteluja. Saatamme keskustella yhteiskunnallisista asioista, muodista, sarjoista tai ruuasta. Emme puhu kriiseistä vaan tavallisesta elämästä. Niin nuorikin saa hetken tauon raskaasta tilanteestaan.

TULEN ILOISEKSI PIENISTÄ HETKISTÄ. Laitan aina kasvisruokaa, sillä en syö lihaa. Kerran eräs poika sanoi: 'Kerrankin hyvää kasvisruokaa.' Ajattelen, että ehkä olen muuttanut hänen käsitystään siitä, millaista kasvisruoka on.

Rankinta on, kun nuorten kohtalot sivuavat elämäni. Minulla on lähipiirissä nuoria, joilla on ollut vaikeaa. Talossa tapaa itsetuhoisia ja mielenterveyden kanssa kamppailevia.

Minua auttaa jaksamaan se, että tiedän, että nuoret saavat apua. Vapaaehtoistyö lievittää myös maailmantuskaani, kun yritän tehdä jotain asioiden eteen. Tulee hyvä mieli ja pääsen myös oman kuplani ulkopuolelle, kun tapaan nuoria, vapaaehtoisia ja työntekijöitä, joita en muuten kohtaisi.”



TARINAT TUOVAT MEIDÄT YHTEEN

HBO
NORDIC

SARJOJEN KOTI

KOKEILE ILMAISEKSI*

KILLING EYE



My Brilliant
Friend
THE STORY OF A NEW NAME



RUN



SUCCESSION



the good fight



TARINAT SAAVAT MEIDÄT SYTTYMÄÄN

HBO
NORDIC

SARJOJEN KOTI

KOKEILE ILMAISEKSI*

BILLIONS

*Kahden viikon ilmaisen kokeilujakson jälkeen 10,95 €/kk. Ei sitovuutta.
©2020 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and related channels and service marks are the property of Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and related channels and service marks are the property of Home Box Office, Inc. All rights reserved.

*Kahden viikon ilmaisen kokeilujakson jälkeen 10,95 €/kk. Ei sitovuutta.
©2020 Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and related channels and service marks are the property of Home Box Office, Inc. All rights reserved. HBO® and related channels and service marks are the property of Home Box Office, Inc. All rights reserved.



Olen paperittomien äitien apuna

Janita Tasa, 32, työskentelee kättilönä paperittomien klinikalla.

”MIELEENI ON JÄÄNYT Lähi-idästä kotoisin ollut nuori nainen, joka odotti ensimmäistä lastaan. Naisella ei ollut oleskelulupaa, ja poliisi etsi häntä. Siksi hän eli piilossa eikä uskaltanut mennä neuvolaan, vaikka raskaus oli jo pitkällä.

Hänen tuttavansa soitti Global Clinicille eli paperittomien klinikalle, jossa työskentelen kerran kuussa vapaaehtoisena kättilönä. Lopulta saimme naisen houkuteltua sinne. Hän pelkäsi, että ilmoitamme hänet poliisille.

Hän kävi klinikalla ja sain varattua neuvola-ajankin, mutta hän ehti synnyttää ennen sitä. Tarinalla on onnellinen loppu: nainen sai oleskeluluvan ja odottaa nyt toista lastaan. Pidän yhteyttä häneen edelleen.

OLEN TYÖSKENNELLYT KLINIKALLA seitsemän vuotta ja hoidan enimmäkseen raskaana olevia. Hoidan heitä hyvin samoin kuin neuvolassakin hoidettaisiin. Välineet ovat kuitenkin puutteellisia. Klinikalla ei ole mahdollisuutta ottaa verikokeita, ja käytössä on yksinkertainen laite, jolla kuunnellaan vauvan sydänääniä.

Useimmat eivät puhu suomea tai englantia, vaan keskustelemme tulkin avulla. Aina tulkkeja ei ole tarpeeksi. Silloin en välttämättä pysty antamaan täydellisiä ohjeita.

Suomessa on paljon paperittomia naisia. On laittomia maahanmuuttajia mutta myös raskaaksi tulleita vaihto-oppilaita ja oleskelulupaa odottavia naisia. Monet heistä ovat heikossa asemassa, riippuvaisia puolisostaan tai köyhiä.

”Vaikka menen klinikalle väsyneenä, saan sieltä voimaa ja innostusta.”

HAKEUDUIN PAPERITTOMIEN KLINIKALLE, sillä minulla oli ylimääräistä aikaa, jonka tahdoin täyttää tärkeällä ja hyödyllisellä tavalla. Saan vapaaehtoistyöstä paljon iloa. Vaikka menisin klinikalle väsyneenä, saan sieltä voimaa ja innostusta.

Olen joutunut hyväksymään, etten voi auttaa kaikkia. Välillä kohtaan raskaita tilanteita, joista tulee toivoton olo. Kerran juuri ennen joulua klinikalle tuli nainen, joka oli raskaana ja

odotti oleskelulupaa. Hän ei ollut päässyt neuvolaan, ja edessä olivat pyhät. Hän kertoi, ettei heillä ollut rahaa ostaa ruokaa. Olin jäämässä joululomalle, ja tiedossa oli herkkuja ja lahjoja. Tuntui hirveältä. Niinpä otimme yhteyttä seurakuntaan, ja pariskunta sai ruokaa jouluksi.

Vaikka välillä on raskaita hetkiä, klinikalla työskenteleminen on mielekäästä. Neuvonkin etsimään sellaisen vapaaehtoistyön, joka tuottaa enemmän hyvää kuin huonoa myös itselle. Moni pohtii, ettei siihen ole aikaa, mutta ehtii silti harastaa eri asioita. Vapaaehtoistyötä voi ajatella harrastukseksi, niin minä teen.”



Lauluni piristää vanhusten arkea

Siru Kivi, 42, käy kerran viikossa laulamassa yksinäisille vanhuksille.

”OLIN MÖKILLÄ KESÄLLÄ 2015, kun soitto tuli. Olin aloittanut edellisen vuoden lopulla Laitoslaulajissa, joka välittää laulajia piristämään yksinäisiä vanhuksia. Nyt minua pyydettiin keikalle pitkäaikaissairaana luo sairaalaan. Hänellä ei ollut mitään virikkeitä, eikä hän pystynyt enää puhumaan.

Lähdin keikalle, ja siitä lähtien lauloin tuolle vanhukselle yli vuoden ajan kerran viikossa, kunnes hän kuihtui pois. Kohtaamisemme tuntui aina tärkeältä. Vaikka hän ei pystynyt puhumaan, hän hyräili mukana. Monesti hän hymyili ja nauroi, joskus itki. Meistä tuli ystäviä laulun kautta. Silloin tiesin, että tämä on minun juttuni.

Laulu on keino päästä yhteyteen sellaisenkin ihmisen kanssa, joka ei enää voi ilmaista itseään muuten. Se herättää tunteita ja muistoja. Moni vanhus laulaa mielellään mukana. Heille on iso juttu, että he saavat laulaa yhdessä jonkun kanssa.

”Lauluni voi katkaista yksinäisen arjen, joka on usein vuodesta toiseen samanlaista.”

RYHDYIN LAITOSLAULAJAKSI, sillä olen työskennellyt lähihoitajana kotihoidossa ja tiesin, miten virikkeetöntä monien iäkkäiden ja sairaiden arki on. Halusin tuoda heille iloa.

Laitoslaulajan tärkein ominaisuus onkin se, että on mukana sydämellään ja haluaa auttaa vanhuksia. Toki laulutaitoakin tarvitaan. Pitää osata laulaa monenlaisia kappaleita ja kuuluvalla äänellä, sillä moni vanhus on huonokuuloinen.

Laulukeikalle mennään yleensä yksin. Aloitan usein laulamalla jo ovelta ja laulan 45 minuuttia. Käyn laulamassa kerran viikossa.

Vanhukset toivovat kaikenlaisia lauluja, joskus jopa poppia. Eräs rouva toivoi aina musikaalisävelmiä. Hän asui palvelutalossa, ja hänestä oli tullut siellä passiivinen. Siksi hän usein nukkui, kun saavuin. Herätin hänet laululla, hän nousi ja kääriytyi aamutakkiin. Hänen huoneensa oli hyvin viehättävä. Istuin plyyysisohvalle laulamaan. Rouva virkistyi, kampasi hiuksensa ja lähti keikan jälkeen lounastamaan. Se oli herttaista.

MINULLE TULEE HYVÄ MIELI, kun näen onnenkipinän vanhuksen silmissä tai hymyn huulilla. Siitä tiedän, että lauluni on katkaisut yksinäisen arjen, joka on usein jopa vuodesta toiseen samanlaista. Minulla on uudistunut olo, kun lähdän keikalta.

Jokainen käynti voi myös olla viimeinen, sillä iäkkäiden kunto voi heikentyä nopeasti. Se on raskasta, mutta tekee laulamisen merkitykselliseksi. On valtavan hienoa saada osallistua ihmisen loppuelämään.”