



Monimuotoinen ystävätoiminta

Yksinäisyys on moninaista. Se voi koskettaa ketä tahansa ikään, sukupuoleen, etniseen taustaan tai varallisuuteen katsomatta. Sosiaalinen kanssakäyminen on merkityksellistä ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille. Yksinäisyyden lievittämiseksi tarvitsemmekin vapaaehtoisia ystäviä ja yhä monipuolisempia tapoja tarjota sosiaalista tukea. Ystävätoimintaan pääsee mukaan osallistumalla ystäväkurssille.

Toimintamuodot

Ystävätoiminta lähtee alueellisista ja paikallisista tarpeista. Se voi olla kahdenvälistä tai ryhmämuotoista, pitkäaikaista tai kertaluonteista, kasvokkaista tai verkossa tapahtuvaa.

Ystävätoiminta tuo ihmisten elämään kaivattuja myönteisiä ihmissuhteita. Tärkeintä toiminnassa on läsnäolo. Yhdessä voidaan myös esimerkiksi kahvitella, pelailla, ulkoilla tai käydä asioilla. Vapaaehtoiset voivat koota paikkakunnallaan ryhmiä, kuten nuorten ystäväryhmiä tai ikäihmisten virkistystoimintaa.

**Noin 45 400 ihmistä sai tukea
ystävätoiminnan kautta &
noin 9 000 toimi ystävätoiminnan
vapaaehtoisena vuonna 2025**

Toiminnan tavoitteet

- Vastata toimintaan hakeutuvan tarpeeseen kasvokkain eri puolilla Suomea ja valtakunnallisesti verkossa.
- Lievittää yksinäisyyttä.
- Vähentää syrjäytymistä ja osattomuuden kokemusta.
- Vahvistaa ihmisten hyvinvointia lähiyhteisöissään.
- Tarjota vuorovaikutuksen mahdollisuuksia ja sosiaalista tukea niille, jotka ovat vaarassa jäädä yksin ja kaipaavat yhteyttä.
- Tuoda toivoa ja iloa yksinäisten ikääntyneiden, nuorten, maahan muuttaneiden, omaishoitajien, vammaisten, laitoksissa asuvien, vankien ja mielenterveys-kuntoutujien arkeen.
- Mahdollistaa sukupolvien kohtaaminen ja kannustaa kaikkia huomioimaan ihmisiä ympärillään.
- Olla tärkeä osa Suomen Punaisen Ristin auttamisvalmiutta.