



Tiesitkö, että noin kolmannes iäkkäistä ihmisistä kärsii yksinäisyydestä? Esimerkiksi leskeys, masentuneisuus, yksin asuminen ja muutto palvelutaloon voivat aiheuttaa yksinäisyyttä.

Yksinäisyyden tiedetään olevan kielteisesti yhteydessä hyvinvointiin, toimintakykyyn ja terveyteen. Monet ikävät tunteet, kuten suru ja ahdistus, voivat olla seurausta yksinäisyydestä.

Vanhustyön keskusliiton Ystäväpiiri-toiminnassa yli 90 % osallistujista kokee yksinäisyyden tunteen lievittyneen. Mukava yhdessä tekeminen, hyvä yhteishenki ja huumori ovat tärkeitä syitä sille, että 98 % osallistujista suosittelee toimintaa muille.

Ystäväpiiri-ryhmiä on ympäri Suomea ja niihin on osallistunut jo useita tuhansia iäkkäitä ihmisiä. Vanhustyön keskusliitto kouluttaa uusia Ystäväpiiri-ryhmänohjaajia.

Lisätietoja sekä ryhmistä että koulutuksista Vanhustyön keskusliiton vaihteen kautta puh. 09 350 8600.

www.vtkl.fi

Tule mukaan!



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄLRY



