

Me Itse ry

Vapaaehtoisten toiminta





Tahdotko tukea kehitysvammaisten ihmisten itsenäistä elämää?

Me Itse ry

on kehitysvammaisten ihmisten oma
valtakunnallinen kansalaisjärjestö.
Sen jäsenet päättävät itse yhdistyksen
toiminnasta. Me Itse ry edistää
yhdenvertaisuutta, ihmisoikeuksia ja
vammaisten yhteiskunnallista asemaa.

Me Itse -ryhmiä

toimii useilla paikkakunnilla eri puolilla
Suomea. Me jäsenet päätämme myös
paikallisryhmien toiminnasta.

Meillä on sanottavaa elämästämme
muille ja kerrottavaa päättäjille.

Vapaaehtoinen taustatukihenkilö

on Me Itse -paikallisryhmän tukena.
Ryhmä voi keskustella ajankohtaisista aiheista,
tehdä opintoretkiä, vierailla toisissa
Me Itse -ryhmissä, tavata kuntapäättäjiä
tai vaikka kutsua vierailijoita luokseen.
Me Itse -ryhmä kokoontuu kerran kuussa
kotipaikkakunnallaan. Kesäaika on lomaa.

Ryhmän tarvitsema tuki

Me Itse -ryhmä voi tarvita tukea
myös esimerkiksi tiedottamisessa,
kokousmuistion kirjaamisessa,
pikkujoulun järjestelyissä tai
toimintakertomuksen kokoamisessa.

Oletko hyvä kuuntelija?

Haluatko jakaa osaamistasi meille?



Haluatko antaa aikaasi kokemuspuhujien tukena?

Me Itsen puhujapankissa

on joukko persoonallisia kokemuspuhujia. Heitä tilataan silloin tällöin puhekeikoille erilaisiin tilaisuuksiin ja oppilaitoksiin. Puhujat kertovat elämäntarinansa tai kokemuksiaan vammaisuudesta.

Kokemuspuhujan tarvitsema tuki

Puhuja voi tarvita käytännöllistä tukea esimerkiksi matkustaessaan oudolle paikkakunnalle, teknistä apua muistitikun käytössä tai taustatukea esiintymisensä sujumiseen.

Tule mukaan, kun sinulle sopii

Vapaaehtoisemme toimivat Me Itse -ryhmien ja kokemuspuhujien tukena. Voit kokeilla vapaaehtoistoimintaa tulemalla avuksi silloin, kun sinulle sopii.

Lyhytaikaista tukea voit tarjota esimerkiksi

- Kokousavustajana, palautteen kokoajana tai kahvihetken rakentajana,
- vaikkapa valokuvaajana tai videokuvaajana Me Itse -ryhmän retkellä tai
- lisätukena muussa toiminnassa taitojesi mukaan.

Tule mukaan kivaan vapaaehtoistoimintaan!

Saat ainutkertaisia kokemuksia

Tule mukaan meikäläisten tueksi, saat perehdytyksen ja koulutuksen, vertaistukea ja virkistystä, ainutkertaisia kokemuksia ja hyvää mieltä!

Vapaaehtoisuus on voimaa

Me Itse -ryhmän taustatukihenkilönä saat vielä enemmän: toimintaideoita muilta ryhmiltä, mukavia ja mielenkiintoisia vertaistapaamisia, päivitettyä tietoa ja sopivan säännöllistä yhteydenpitoa.



Yhdistyksen osoite on
Me Itse ry
Pinninkatu 51
33100 Tampere

Kotisivumme on osoitteessa
www.meitse.fi
Sähköpostia voit lähettää
meille osoitteeseen
meitse@meitse.fi

Meille voi soittaa
puhelinaikoina.
Toimiston numero on
0400 426 535.
Me Itse ry:n puhelinajat ovat
tiistaina, keskiviikkona ja torstaina
klo 9–13.

Yhdistyksen työntekijät



Merja Hakala
vammaistyön suunnittelija
puhelin 0400 426 535
merja.hakala@meitse.fi



Sirkka Nikulainen
suunnittelija
puhelin 050 4654 656
sirkka.nikulainen@meitse.fi



Facebookista löydät meidät
hakusanalla ”Me Itse -ryhmä”.
Yhdistyksen oma videokanava
on netissä osoitteessa
www.youtube.com/meitsery



Raha-automaattiyhdistys
tukee toimintaamme.