

TOIMINTARAJOITTEISUUS EI OLE ESTE VAPAAEHTOISTOIMINNALLE

Muutama sana hyvinvoinnin määrittelystä

Hyvinvointi on moninainen ilmiö, jota on vaikea määritellä pelkästään yhdellä tavalla. Erik Allardtin (1976, 17–21, 38; Ojanen 2009.) mukaan hyvinvointi on tila, jossa ihmisellä on mahdollisuus saada keskeiset tarpeensa tyydytetyksi. Tarpeet voidaan luokitella kolmeen luokkaan sen mukaan liittyvätkö ne elintagoon (having), yhteisyyssuhteisiin (loving) vai itsensä toteuttamisen muotoihin (being). Hyvinvointi määräytyy historiallisesti, ja se täytyy määritellä uudelleen, kun historialliset olosuhteet muuttuvat. Kolmannen sektorin yhteisöillä on vahva rooli hyvinvointivaltion palvelujärjestelmässä. Esimerkiksi terveyden edistämisen politiikkaohjelmaan (2007, 2, 15) on kirjattu tavoite järjestöjen toiminnan ja roolin vahvistamisesta terveyden edistämisessä, erityisesti osallisuuden ja yhteisöllisyyden tukena. Ohjelman mukaan järjestöillä on tärkeä rooli vertaistuen antajina, yhteisöllisyyden vahvistajina ja uusien toimintamuotojen kehittäjinä. Järjestöjen merkitys on kasvanut julkisen palvelujärjestelmän kumppanina ja niillä on kykyä joustavasti vastata uusiin, esiin nouseviin ongelmiin (www.kolmaslähde.fi).

Julkunen (2006, 105) toteaa, että hyvinvointivastuun suhteita voidaan tarkastella jakamalla hyvinvointipalvelujen tuottajat erilaisiin sektoreihin (welfare mix). Jako sektoreihin voidaan toteuttaa monella erilaisella mallilla. Yksi tapa on jakaa hyvinvoinnin tuottajat neljään sektoriin: yksityiseen sektoriin, julkiseen sektoriin sekä kolmanteen ja neljänteen sektoriin. Yksityistä sektoria edustavat hyvinvointipalveluja tuottavat yritykset. Julkisella sektorilla viitataan valtioon ja kuntiin. Kolmannella sektorilla tarkoitetaan yksityisen ja julkisen sektorin ulkopuolelle jääviä tai rinnalla olevia järjestäytyneitä toimijoita. Niitä ovat muun muassa yhdistykset, osuuskunnat ja säätiöt. Näiden kolmen sektorin rinnalla on lisäksi neljäs sektori johon sisältyy koti, perhe, suku, tuttavat ja muut lähipiirin ihmiset.

Palveluntarpeen kasvaessa joudutaan keskustelemaan julkisen sektorin ja muiden sektoreiden välisestä hyvinvointivastuusta sekä kansalaisten omasta vastuusta palvelujen tuottamisessa ja käyttämisessä. Julkisten palvelujen riittämättömyys korostaa järjestöjen vapaaehtoistyön merkitystä. Tämä näkyy muun muassa kuntien ja järjestöjen lisääntyneenä ja monipuolistuneena yhteistyönä. (Raunio 2009, 232; Julkunen 2006, 120.)

Julkisella hyvinvointivastuulla tarkoitetaan lakisääteisiä julkiselle vallalle säädettyjä velvollisuuksia turvata, tukea ja edistää yksilöiden sosiaalisia oikeuksia, toimeentuloa ja palveluja. Julkisen sektorin toiminta perustuu lakisääteisiin palveluihin, ja ne kuuluvat kansalaisten perusoikeuksiin.

Vapaaehtoistoiminnan lähtökohdat ovat hyvin erilaiset. Kun julkisten palveluiden voidaan sanoa olevan organisoituneita, ammatillisia ja alueellisesti yhteneväisiä, voidaan vapaaehtoistyötä kuvata maallikkomaiseksi ja kutsumukselliseksi auttamistyöksi. (Julkunen 2006, 16–18; Mykkänen-Hänninen 2007, 14; Karttunen, Kettunen & Piirainen 2013, 22.)

Vapaaehtoistoiminnan monet kasvot

Myös vapaaehtoistoiminnalla on useita erilaisia määritelmiä. Yhteistä kaikelle vapaaehtois-toiminnalle on, että vapaaehtoinen toimii aina omasta vapaasta tahdostaan ja ilman palkkaa tai palkkiota. Vapaaehtoistoiminta on myös yleistä hyvää tai lisäarvoa tuottavaa toimintaa, jonka hyöty kohdentuu muulle henkilölle kuin lähiomaiselle. Se voi olla esimerkiksi toimintaa yhteisön tai ympäristön hyväksi. Vapaaehtoistoiminnan ulkopuolelle jäävät esimerkiksi omaishoito, työhön tai opiskeluun liittyvä harjoittelu, äänestäminen sekä hyväntekeväisyyteen lahjoittaminen. Euroopan parlamentin vapaaehtoistoiminnan määritelmä vuodelta 2008 lisää vapaaehtoistoiminnan kriteeriksi, että se on kaikille avointa toimintaa. Vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan sekä järjestöjen tai muiden tahojen organisoimaa toimintaa että organisoimatonta ja epämuodollista vapaaehtoistoimintaa.

(www.kansalaisareena.fi/Selvityksia93.pdf; Lehtinen 1997, 20.)

Kolmannella sektorilla tarkoitetaan yleensä voittoa tavoittelematonta järjestötoimintaa erotukseksi yksityisistä yrityksistä ja julkisen sektorin toimijoista. Kolmas sektori kuvaa yleishyödyllistä kansalaistoimintaa erilaisissa järjestöissä tai yhdistyksissä, mutta kolmas sektori osallistuu yleisesti myös markkinoiden palvelutuotantoon. Kolmannen sektorin toimija voi olla mukana markkina-ehtoisesa toiminnassa tai se voi palvella jäsentensä tarpeita ja organisoida vapaaehtoistoimintaa osallistumatta markkinoiden toimintaan. Joskus organisoitunut kansalaistoiminta erotetaan kolmannelta sektorista neljänneksi sektoriksi ja siihen kuuluvat kotitaloudet, perheet sekä ystäväpiiri. (Kansalaisareena: Vapaaehtoistoiminnan työkalupakki. Osoitteessa

www.kansalaisareena.fi.)

Kun vapaaehtoinen tukee ja auttaa toista ihmistä, tehtäviä määrittelevät autettavan ja hänen läheistensä toiveet ja tarpeet sekä vapaaehtoisen oma näkemys sopivasta tehtävästä. Palvelukodin asukkaan toiveena voi olla päästä läheiselle kauppatorille, konserttiin, retkelle järven rantaan tai paistamaan muurinpohjalettuja. Vapaaehtoisen roolina on toteuttaa asukkaan toive yhteistyössä omahoitajan kanssa. Joku toinen taas voi kaivata ensisijaisesti seurana oloa ja kuuntelijaa, jos

hänellä ei ole läheisiä tai he asuvat kaukana. Vapaaehtoisten tehtävänä voi olla tukea ikäihmisiä tekemään normaalielämään kuuluvia asioita, joihin heillä ei omatoimisesti ole mahdollisuutta.

Kodeissa käyvät vapaaehtoiset avustavat useimmiten ikäihmisiä, jotka eivät kykene omin avuin hoitamaan asioitaan, käymään harrastuksissa tai lainkaan liikkumaan kodin ulkopuolella. Heiltä saattaa puuttua läheisiä ihmissuhteita tai he ovat muusta syystä jääneet eristyksiin. Vapaaehtoiset ystävät, ulkoilu- ja asiointiavustajat sekä kulttuuri- ja liikuntakaverit lievittävät yksinäisyyttä sekä mahdollistavat virkistytymisen ja kodin ulkopuolelle lähtemisen. He madaltavat kynnystä kaikenlaiseen osallistumiseen. (Lipasti - Raulus, H. 2012.)

Suomen kansallisessa ja EU:n lainsäädännössä on tapahtunut muutoksia, jotka vaikuttavat myös kolmannen sektorin toimintaan. Muutoksia aiheuttavat muun muassa palvelujen järjestämistä koskevat lainsäädännön muutokset ja rahoittajien kuten RAY:n avustuslinjausten muutokset. Kolmannen sektorin nykytilaa kuvaa suuri hämmennys. Toisaalta toiminnan mahdollisuuksia rajoitetaan, mutta toisaalta kolmannen sektorin odotetaan osallistuvan palveluntuotannon kysymysten ratkaisemiseen.

Vapaaehtoistoiminnan ja yhdistysten olemassaoloa ja roolia hyvinvoinnin lisääjänä voidaan perustella muun muassa sillä, että hyvinvoinnin tuotannossa on sellaisia tehtäviä, joita julkinen sektori ei mielellään ota hoitaakseen. Tällaisia tehtäviä ovat yhteisöllisyyden vahvistaminen ja syrjäytyneiden tai heikkojen ryhmien hyvinvoinnista huolehtiminen. Suomessa on myös alueita ja palveluita, joissa julkiset palvelut ovat riittämättömiä eikä yrityspohjaiselle toiminnalle ole edellytyksiä. Järjestöjen palvelutoiminta keskittyykin usein paikkoihin ja tilanteisiin, joissa kansalaisten perusoikeuksien ja yhdenvertaisuuden toteutuminen on kyseenalaista. (Pihlaja 2010, 10 – 11.)

Julkisen sektorin resurssit ja palkkatyönä tehty auttaminen eivät riitä kaikkiin tarpeisiin, joten vapaaehtoistyötä tarvitaan nyt ja tulevaisuudessa. Sosiaalipalveluihin kohdistuvat leikkaukset lisäävät vapaaehtoisen auttamisen arvoa. Vapaaehtoistyöllä ei ole tarkoitus korvata ammattilaisten tekemää työtä, mutta sen avulla voidaan kuitenkin täydentää erilaisia palveluita ja vähentää ammatti-ihmisten työpaineita.

Vapaaehtoistyöntekijöille on tarjolla erilaisia koulutuksia, mutta ne eivät ole aina edellytys toiminnalle. Vapaaehtoistyön kentällä toimii useita järjestöjä, jotka valitsevat ja kouluttavat vapaaehtoistyöntekijöitä erilaisiin tehtäviin. Tehtävästä riippuen valinta voidaan tehdä koulutuksen, tehtävään sopivien ominaisuuksien, sitoutumismahdollisuuden tai esimerkiksi vertaisuuden

perusteella. Vapaaehtoistyöntekijöiden koulutukset ovat kestoaltaan hyvinkin vaihtelevia niin pituudeltaan kuin sisällöltään tehtävästä riippuen. Toisinaan ne voivat olla muutaman tunnin pituisia, mutta toisaalta vapaaehtoistyöntekijän peruskoulutus voi olla myös kattava. Koulutuksen käyminen voi olla myös edellytys toimintaan osallistumiselle. Koulutuksen sisällön tulisi olla vapaaehtoistyötä tukevaa, käytännönläheistä ja painotus tulisi olla asiakkaan kohtaamisessa ja vuorovaikutuksessa. Vapaaehtoistyöntekijöille järjestettävät koulutukset ovat usein ammattilaisten suunnittelempia ja järjestämiä. (Mykkänen-Hänninen 2007, 55–57.)

Pirkko Lahtinen on tutkinut vapaaehtoistyöhön lähtemisen motiiveja. Lahtisen (2008,19–24) mukaan tärkeimmät motiivit vapaaehtoistyöhön lähtemiseen ovat: elämään tulleen tyhjän tilan täyttäminen, entiset kokemukset auttamistyöstä, halu oppia ja kutsumuksellisuus. Eläkkeelle jääminen, lasten muuttaminen pois kotoa, työajan lyhennykset tai työttömyys ja niiden aiheuttama tyhjän tilan tunne voivat myös toimia motiivina vapaaehtoistoimintaan lähtemiselle. Aikaisemmat kokemukset kuuntelemisesta ja ihmisen lähellä olemisesta voivat olla syynä vapaaehtoistoimintaan hakeutumiselle. Kun auttamistyö ja ihmisen lähellä oleminen on tuttua, on helpompi lähteä mukaan auttamistyöhön. Tärkeä motiivi on myös halu oppia uutta ja kasvaa ihmisenä.

Tukipolkuja 2013 – 2016 – hankkeen pilotointi: oppimisperimetodin hyödyntäminen vapaaehtoiskoulutuksessa

Suomessa on jo pitkään koulutettu vapaaehtoisia eri järjestöjen yhteistyönä. Koulutukset ovat selkeästi suunnattu ns. peruskansalaisille, jotka pystyvät nopeasti omaksumaan paljon tietoa ja siirtymään tarvittaessa suoraan koulutuksen jälkeen vapaaehtoistoimintaan. Haasteena on, että jokaisessa koulutuksessa on ollut osallistujia runsaasti, mutta koulutuksen jälkeen vain muutamat osallistuvat aktiivisesti vapaaehtoistoimintaan eri muodoissaan. Vapaaehtoistyöhön ei välttämättä enää haluta sitoutua kuten aiemmin ja kertaluonteiset ns. pop up – tyyppiset vapaaehtoistapahtumat näyttävät tässä ajassa sopivan kiireisten ihmisten arkeen paremmin kuin perinteinen pitkäaikainen sitoutuminen esimerkiksi jonkin järjestön toiminnan puitteissa.

Toisaalta on virinnyt ajatuksia siitä, että osatyökykyisiä henkilöitä voitaisiin riittävän ohjauksen ja koulutuksen avulla saada mukaan vapaaehtoistyöhön, luonnollisesti huomioiden heidän voimavaroja ja mahdolliset rajoituksensa. Myös osatyökykyiset henkilöt itse ovat esittäneet toiveita tällaisesta mahdollisuudesta. Niinpä olemme meneillään olevan Tukipolkuja terveyden ja

sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseen 2013 – 2016 – hankkeen puitteissa pilotoineet vapaaehtoiskoulutuksen toteuttamista oppimispiirimetodia hyödyntäen ja kohderyhmänä ovat nimenomaan eri tavoin toimintarajoitteiset henkilöt. (www.yhdistysverkosto.net/tukipolkuja-hanke)

Kehittämistyö lähti liikkeelle syksyllä 2015 idean havainnollistamisella ja avaamisella kohderyhmien ohjaajille ja esimiehille (Järvenpään kaupungin työ- ja päivätoiminta ja sosiaalinen kuntoutus, Validia ammattiopisto ja Keski - Uudenmaan Klubitalot ry) ja kohdistettuna tiedottamisena oppimispiirin alkamisesta syyskuun alussa 2015.



1. Oppimispiiritoiminnan prosessointi

Yhteistyökumppaneilla oli aikaa aktivoida asiakkaitaan osallistumaan oppimispiiriin koko syyskuun ajan. Oppimispiiriin liittyvä koulutusmateriaalin kokoaminen tapahtui elo- ja syyskuun aikana ja siinä hyödynnettiin vapaaehtoiskoulutuksen perusmateriaalia, joka saatiin hankkeen hallinnoija-organisaatiolta eli Keski – Uudenmaan Yhdistysverkosto ry:ltä ja muokattiin soveltaen käytettäväksi erilaisten oppijoiden ohjaamiseen.

Ensimmäinen oppimispiirin kokoontuminen tapahtui 8.9.2015 ja samalla oppimispiiritoiminnan esittely osallistujille. Osallistujia oli ensimmäisellä kerralla kaksi henkilöä - toisella seitsemän henkilöä. Oppimispiirin osallistujamääräksi vakiintui kahdeksan henkilöä. Kokoontumisia pidettiin koko oppimispiiritoiminnan aikana kaksitoista (12) kertaa, joilla käytiin läpi kaikki koulutus-

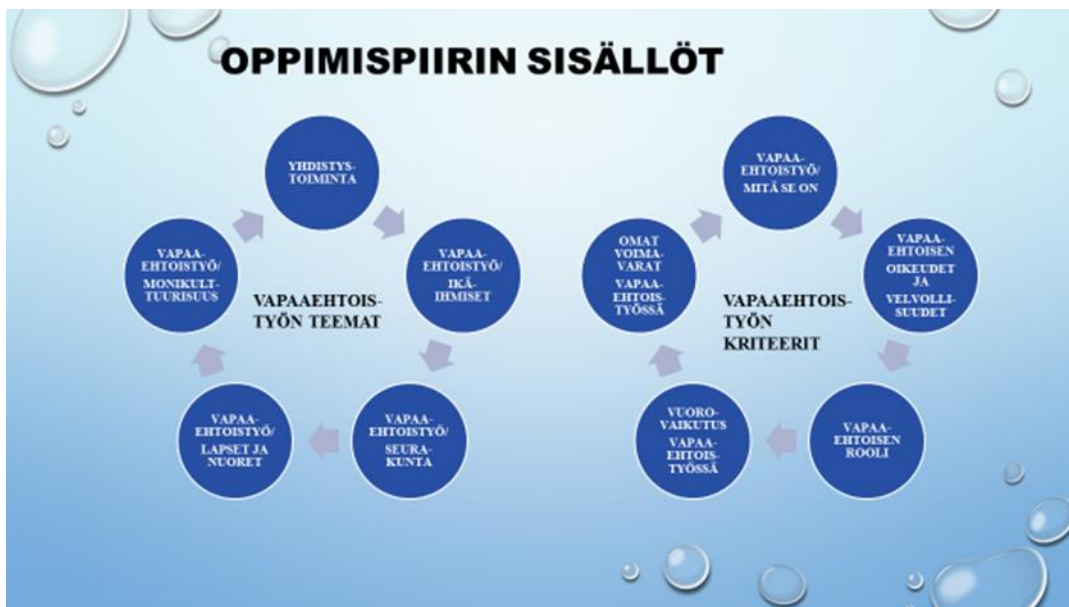
moduuleihin sisältyvät teemat vuorovaikutteisesti keskustellen osallistujien kanssa. Teemoja kerrattiin myös lyhyesti eri yhteyksissä sekä ryhmässä että yksilöittäin.

Moduulikohtaisten opintojen jaksottaminen sijoittui aikavälille 1.10.2015 – 31.1.2016.

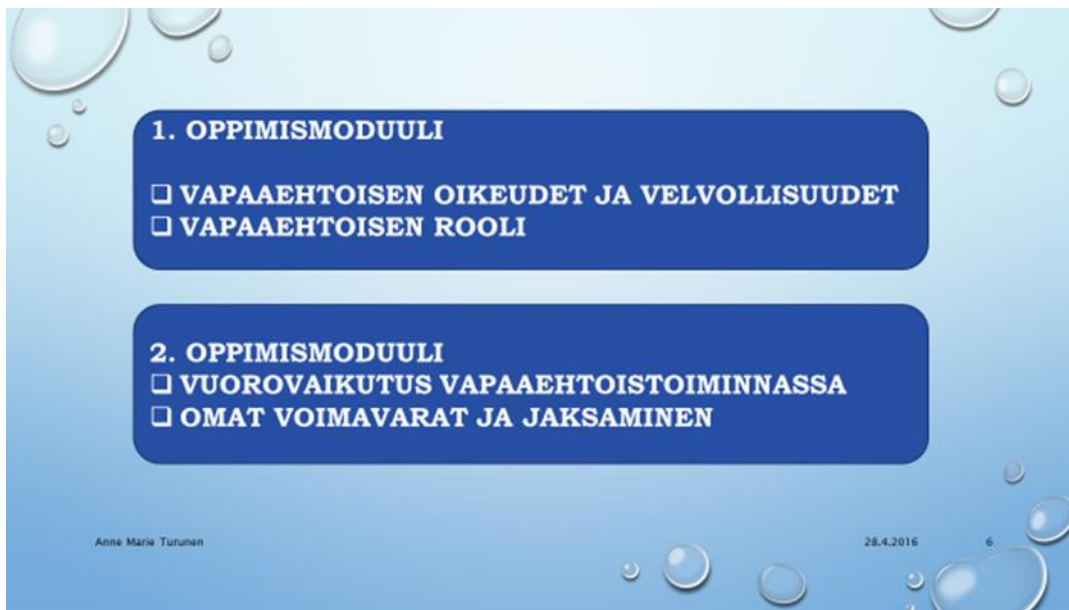
Oppimispiirin ohjaaminen ja yksilöllinen ohjaus tarpeen mukaan jakaantui kahdelle työntekijälle, Järvenpään kaupungin avotyönohjaajalle ja kehittämishankkeen projektipäällikölle.

Oppimispiirikokeiluun liittyi olennaisena osan kuukausittain toteutettava Järjestöt esittäytyvät – tilaisuus, jossa vuorollaan kaksi erilaista järjestöä esittelee toimintaansa ja siten levittää tietoa erilaisista järjestötoiminnoista. Kaikki oppimispiiritoiminnassa mukana olleet henkilöt osallistuivat myös näihin tilaisuuksiin osana vapaaehtoiskoulutusta.

Oppimispiiritoiminnan jälkeen osallistujat ovat olleet mukana neljässä erilaisessa vapaaehtois-toiminnassa, jotka ovat liittyneet esimerkiksi virkistätymishetkiin mm. musiikin ja yhdessäolon merkeissä ikäihmisten palvelutalossa. Jokaisessa vapaaehtoistoimintaan liittyvässä osallistumisessa on ollut mukana 3- 6 vapaaehtoista ja lisäksi ohjaaja tukemassa heidän osallistumistaan.



2. Oppimispiirin sisällöllinen kuvaus



3. Oppimismoduulien teemoitusta



4. Oppimismoduulien teemoitusta

Uusien vapaaehtoisten sisäänajo kannattaa suunnitella ja toteuttaa huolella. Perehdyttämisellä varmistetaan se, että vapaaehtoisella on riittävät tiedot ja taidot tehtäviinsä liittyen ja että hän ymmärtää vapaaehtoistoiminnan perusperiaatteet ja on sitoutunut niihin. Tavallisen ihmisen tiedot

ja taidot riittävät, mutta koulutus voi toimia rohkaisijana vapaaehtoistoiminnan aloittamiseen ja se on myös yksi keino saada uusia vapaaehtoisia mukaan toimintaan.

Uuden vapaaehtoisen perehdyttämisessä voidaan hyödyntää ”kummeja” eli vapaaehtoistoiminnassa jo mukana olevia. Heidän kokemuksensa ja innostuksensa siirtäminen uusille tulokkaille on hyvä lisä perehdyttämiselle. Vapaaehtoisen haastattelun sijaan kannattaa puhua perehdytyskeskustelusta. Uuden vapaaehtoisen kanssa on tärkeää keskustella siitä miksi hän haluaa tulla mukaan vapaaehtoistoimintaan ja kartoittaa hänen toiveitaan sekä esitellä yksikön toimintaa ja mahdollisuuksia tehdä vapaaehtoistyötä.

Vapaaehtoistoiminnan ohjaajan tai muun vapaaehtoistoiminnasta vastaavatyöntekijän on luontevaa käydä keskustelua vapaaehtoisen kanssa. Keskustelunaikana työntekijä tekee myös havaintoja soveltuuko vapaaehtoinen toivomaansa tehtävään, esimerkiksi jos vapaaehtoisella on fyysisiä rajoitteita tai mielenterveysongelmia, voi työntekijä joutua pohtimaan uudelleen vapaaehtoisen tehtävänkuva.

Perehdytyskeskustelun aikana voidaan käydä läpi vapaaehtoisen työhistoriaa, taustatietoja sekä elämäntilannetta. Keskustellaan myös onko hänellä aiempaa kokemusta, sekä miksi hän haluaa tulla juuri kyseiseen toimipaikkaan. Tietysti käydään läpi mitä vapaaehtoinen on halukas tekemään ja kuinka usein suurin piirtein valmis olemaan toiminnassa mukana.

Oppimispiiritoiminnan pilotointivaiheen arviointia

Oppimispiirin osallistuneiden henkilöiden antaman palautteen ja itsearvioinnin tuloksena päädyttiin siihen, että oppimispiiritoiminnan markkinointiin ja siihen liittyvään tiedottamiseen tarvitaan runsaasti enemmän aikaresursseja ja lisäinformaatiota mukaan sitoutettaville tahoille. Asian-tuntijoita oli todella vaikea sitouttaa järjestöistä kertomaan vapaaehtoistoiminnan muodoista yksittäisten koulutusmoduulien yhteyteen. Tämä kuitenkin korvautui ainakin osittain Järjestöt esittäytyvät – tilaisuuksilla, joissa eri järjestöt esittelevät toimintaansa ja tilaisuudet ovat avoimia kaikille järjestötoiminnasta kiinnostuneille. Tilaisuuksia järjestetään edelleen noin kerran kuukaudessa yhteistyössä Järvenpään kaupungin kanssa

Asiakkaiden aktivointi ei pilotointivaiheessa onnistunut kovin hyvin, ensimmäiseen oppimispiiriin saatiin kuitenkin kahdeksan asiakasta, joka on varsin sopiva ryhmäkoko tällaiseen tarkoitukseen. Validia ammattiopiston henkilökunta viestitti jo kokeilun alussa, että oppilaat eivät pääse irtautumaan oppitunneiltaan ja edestakainen kuljetus ei myöskään onnistu kovin helposti toiseen toimipaikkaan. Tämä tullaan huomioimaan mahdollista seuraavaa oppimispiiriä valmisteltaessa.

Oppimispiirin ohjaajiksi ei myöskään saatu sitoutettua riittävästi henkilöitä, joten ohjauksen henkilöstöresurssi kaatui kahden henkilön kannettavaksi ja varsinainen oppimispiiritoiminta jouduttiin täten sisällyttämään Tukipolkuja 2013 – 2016 – hankkeen keskiviikkoisen ruoka- ja leivontaryhmän toiminnan sisälle ”ylimääräisenä” osiona. Tämä ei mitenkään helpottanut pilotointivaihetta ja jatkossa tähän on panostettava todella paljon enemmän sekä aika- että henkilöstöresursseja. Tämä tarkoittaa käytännössä myös enemmän panostusta oppimispiirin käytännön toteutuksen suunnitteluun.

Oppimispiiritoiminnan pilotointivaiheeseen osallistuneet henkilöt olivat kuitenkin tyytyväisiä uuteen toimintamalliin ja innostuneita mahdollisuudesta tehdä edes pienimuotoisesti jonkinlaista vapaaehtoistyötä. He kokivat toimintamallin sopivaksi itsellensä ja toivoivat lisää vastaavaa toimintaa. Samoin ikäihmisten palvelutalojen asukkaat ja henkilökunta olivat ihastuneita uudenlaiseen toimintamalliin ja toivovat lisää vastaavanlaista vapaaehtoistoimintaa. Tarkoituksena onkin mallintaa toimintaa edelleen ja saada siitä jatkossa pysyvä toimintamalli vapaaehtoistyön yhdeksi osa- alueeksi. Oppimispiiriin osallistuneet henkilöt kokivat erittäin positiivisena myös sen, että vapaaehtoistyötä voi tehdä pareittain tai ryhmässä (ohjaaja myös mukana), jolloin on mahdollisuus saada vertaistukea ja siten kokea enemmän onnistumisen iloa ja uusia mahdollisuuksia.

LÄHTEET

Allardt, E: Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo Helsinki: WSOY 1976

Hyvinvointivaltion rajat ja julkinen vastuu. Raija Julkunen Helsinki : Stakes, 2006.

Karttunen, A. – Kettunen, A. & Piirainen, K. 2013. Yhteistyöllä hyvinvointia. Diakonia - ammattikorkeakoulun julkaisuja, sarja C.

Kolmas sektori 2011. Kolmas sektori käsitteenä. Luettu 26.4.2016
<<http://www.kolmassektori.net/>>.

Lahtinen, P. 2008. Omainen auttajana. Omaishoitajan kasvu. SMS- Tuotanto Oy, Helsinki.

Sini- Tuulia Lehtinen. Kansalaisareena ry:n Omaehtoisen kehityksen julkaisuja, Sarja B.
Helsinki 1997

Lipasti - Raulus, Hanna: Vapaaehtoistoiminnan käsikirja työntekijöille. Helsingin seurakunta-yhtymä. 2012.

Mykkänen - Hänninen, R (2007). Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia, Helsinki. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian julkaisuja. Sarja B.

Ojala, Markku: Hyvinvoinnin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja, 2009.

Pole - Kuntatieto Oy ja Ritva Pihlaja. 2013. Kolmas sektori ja julkinen valta. Kunnallisanalan kehittämissäätiön tutkimusjulkaisut, nro 61

Politiikkaohjelmien loppuraportti. Vaalikausi 2007–2011 Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 6/2011.

Raunio, K. 2009. Olennainen sosiaalityössä. Gaudeamus 2. painos.

www.kolmaslähde.fi; 13.5.2016

www.kansalaisareena.fi/Selvityksia93.pdf; 12.5.2016

www.yhdistysverkosto.net/tukipolkuja; 12.5.2016