

# AIVOVAMMALIITON JA -YHDISTYSTEN VERTAISTUEN PERIAATTEET

Vertaistuki on kokemuksen jakamista toisen saman kokeneen kanssa. Vertaistukija toimii tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.

Aivovammaliitto kouluttaa vertaistukijat, jotka toimivat joko liiton tai paikallisyhdistyksen vapaaehtoisena. Aivovammaliiton ja yhdistysten vertaistukijat eivät saa työstään palkkaa.

Vertaistuki voi olla satunnaista, säännöllistä tai kertaluonteista.

## Vertaistukea tarjotaan



puhelimessa (liitto)



chatissa (liitto)



ryhmässä  
(liitto ja yhdistykset)



henkilökohtaisesti  
(yhdistykset)

## Yhteisiä periaatteita:

- luottamuksellisuus
- kuunteleva kohtaaminen
- tasa-arvoisuus
- itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen
- aatteellinen sitoutumattomuus

## VERTAISTUKIJALLE:

### Oikeutesi

- Saat perehdytystä, koulutusta ja ohjausta.
- Päätät itse, minkä verran ja missä muodossa annat vertaistukea.
- Voit suunnitella ja kehittää toimintaa.
- Voit lopettaa vertaistuen antamisen.
- Voit pysyä anonyyminä chat- tai puhelinvertaistuksessa.

### Velvollisuutesi

- Sitoudut tehtävään sovituksi ajaksi.
- Sitoudut vaitiolovelvollisuuteen.
- Ilmoitat, jos haluat lopettaa tehtävässä (tuettavalle, yhdistykselle, liitolle).

### Ota yhteyttä!

Vertaistukija, jos kaipaat tukea tehtävässäsi, ota matalalla kynnyksellä yhteyttä sinne, missä toimit vertaistukijana.

- Oletko vertaistukijana liitossa?  
Ota yhteyttä vertaistuki- ja kokemustoiminnan työntekijöihin.
- Oletko vertaistukijana yhdistyksessä?  
Ota yhteyttä yhdistyksesi yhteyshenkilöön.

Muista oma jaksamisesi!

## VERTAISTUETTAVALLE:

### Oikeutesi

- Päätät itse, mitä kerrot itsestäsi.
- Voit vaihtaa vertaistukijaa tai vertaistukiryhmää.
- Voit lopettaa ryhmätoiminnan ja vertaistukisuhteen siitä ilmoittamalla.
- Saat olla henkilökohtaisessa vertaistukisuhteessa ensisijaisesti tuen saaja.
- Voit pysyä anonyyminä etävertaistuksessa (puhelin ja chat).

### Velvollisuutesi

- Pidät kiinni sovituista pelisäännöistä.
- Sitoudut vaitiolovelvollisuuteen.
- Annat ryhmätilanteessa tilaa muille.

### Ota yhteyttä!

Vertaistukea saava, jos koet, että tarvitset myös muuta tukea, ota yhteyttä Neuroneuvontaan tai sosiaali- ja terveyspalveluihin.

Lisätietoa löydät Aivovammaliiton ja Neuroliiton verkkosivuilta.

“Onnistuneessa vertaistuksessa jokaisella on mahdollisuus auttaa ja saada apua”