

ANNA PERIKANGAS-MUUKKA, LAHTI:

”Arjen pitää maistua elämältä”

Miten lähdit mukaan?

Kuulin ensin Keliakialiiton lapsiperheiden leireistä ja sitä kautta havahduin Päijät-Hämeen keliakiayhdistyksen olemassaoloon. Päätin lähteä katsomaan yhdistyksen lasten tapahtumia. Keliakiadiagnoosista oli silloin meillä jo jonkin aikaa, joten huomasin, että minulla voisi olla annettavaa. Aika äkkiä siirryin vastaanottavalta puolelta toteuttavalle puolelle. Olen koko elämäni järkkäillyt kaikenlaista, joten tämä oli luontevaa.

Millaista vapaaehtoistyötä teet?

Olen hallituksessa ja vedän lasten toimintaa. Tekeminen on vaihtelevaa ja monipuolista. On perinteistä hallitustyötä, mutta pääsen myös miettimään uusia toteutuksia ja ideoimaan. Laajemmat yhteistyöverkostot ovat minusta tärkeitä. Ei kannata pipertää vain omalla pikkuporukalla, vaan hakea yhteistyökumppaneita esimerkiksi muista järjestöistä. Viime vuonna keräsimme palautetta koulu- ja laitosruokailusta, ja kävimme palautteen läpi alueen ruuan toimittajien kanssa. Tulimme kuulluksi ja asia eteni. Kuulimme myös ruuan valmistajia, mikä avasi uutta näkökulmaa meille. On tärkeää, että ihmiset kohtaavat ja kertovat asioista. Jaettu ymmärrys on enemmän kuin oletukset.

Mikä on ollut vapaaehtoistyön huippuhetki?

En osaa nostaa mitään yksittäistä juttua. Huippuhetkiä ovat ne, kun joku lapsi tulee sanomaan, että on ollut kivaa tai kertoo, että on saanut uuden kaverin. Ne pienet syvät kokemukset – etenkin lasten, mutta myös vanhempien. En itse hae toiminnasta supertähtihetkiä, vaan arjen sujuvuutta.

Miksi teet vapaaehtoistyötä?

Olen lähtenyt mukaan omien lasteni kautta. Ihmisille tekee hyvää, että ympärillä on muita, joiden kanssa voi jakaa samankaltaisia kokemuksia. Vertaistuki on se juttu! Halusin tarjota omille lapsilleni mahdollisuuden luoda näitä verkostoja. Oma roolini on mahdollistaja. En ajattele, mitä saan tästä itselleni, vaan ilo tulee esimerkiksi omien lasten hyvästä fiiliksestä. Itsekään ei jää nollille. Saan toiminnasta enemmän kuin pelkkään keliakiaan liittyviä juttuja. Olen päässyt moneen mukaan ja osallistunut vapaaehtoisten koulutuksiin eli tästä on hyötyä monella saralla.

Kiinnostuitko vapaaehtoistyöstä? Osallistu Askeleet vapaaehtoisuuteen -verkkokurssille. Lue lisää sivulta 20.

Anna Perikangas-Muukka

Anna on 38-vuotias sosiaalityöntekijä. Perheen kolmesta lapsesta kahdella on keliakia. Ensimmäisen lapsen kohdalla keliakiadiagnoosi tuli täysin yllättäen.

– Lapsellani todettiin keliakia kuusi vuotta sitten. Aluksi lääkärikään ei osannut epäillä keliakiaa, kun mikään ei selkeästi viitannut siihen eikä keliakiaa ole lähisuvussa. Meillä on aina leivottu paljon, joten hetken aikaa piti hakea inspiraatiota, kun reseptit menivät kokonaan uusiksi. Netistä löytyi meidän perheelle pelastus. Löysin ihania gluteenittomia reseptejä ja leivontablogeja. On mahtavaa, että ihmiset jakavat ideoitaan!