

Ryhmämuotoista, ohjattua virkistys-toimintaa kotona-asuville yli 65-vuotiaille heinolalaisille, jotka toimintakyvyn puutteiden takia eivät pysty osallistumaan muihin kaupungissa tarjolla oleviin harrastusmahdollisuuksiin.

Tavoitteena on asiakkaiden osallisuuden kokemuksen ja toimintakyvyn vahvistaminen positiivisella, hyvinvointia lisäävällä otteella. Yhdessä ruokaileminen on tärkeä osa tätä toimintatapaa.

Ryhmän ohjauksesta vastaa sosiaali- ja terveysalan koulutuksen omaava vanhustyön asiantuntija yhdessä toisen ohjaajan kanssa. Mukana on myös vanhustyön harjoittelijoita ja vapaaehtoistyöntekijöitä.

Ohjelma rakennetaan ryhmäläisten toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Jokaiseen tapaamiskertaan kuuluu pieni jumppatuokio, muu ohjelma vaihtelee (keskustelua, pelaamista, aivojumppaa, musiikkia ym. virikkeellistä ja vuorovaikutuksellista toimintaa). Heinolan seurakunta järjestää ohjelmaa sovitusti ja ryhmässä käy myös vierailijoita.

Päivän rakenne

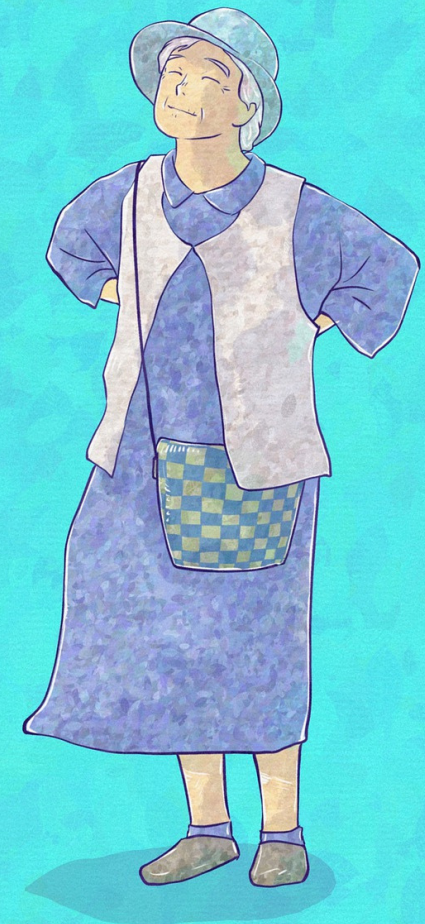
- klo 9.30–10 Asiakkaiden tulo (Avustetaan päällysvaatteiden riisumisessa yms. tarvittaessa)
- klo 10–11.15 Ohjelmaa
- klo 11.15–12 Lounas (keitto tai kiusaustyyppinen lämmin ruoka, salaatti, leipä ja juoma, kahvi ja pikkuleipä)
- klo 12–13 Ohjelmaa
- klo 13–13.30 Asiakkaiden lähteminen (Avustetaan päällysvaatteiden pukemisessa yms. tarvittaessa)
- Tarvittaessa asiakasta avustetaan wc-käynnillä, omat inkotenssisuojat mukaan.
- Osallistujat huolehtivat itse tai läheisten tuella kuljetuksista

Ryhmäläisillä on oman mielenkiinnon mukaan mahdollisuus osallistua myös seuraaviin perjantaisin Jyräkölään juhlasalissa järjestettäviin toimintoihin:

klo 12–12.45 Yhteislaulu
klo 13–13.30 Tuolijumppa

Vapaaehtoistyöntekijät saattavat halukkaat näihin toimintoihin ja avustavat heitä.

IKÄÄNTYNEIDEN PÄIVÄTOIMINTA



Syksy 2022

Päivätoimintaryhmät



Perjantaisin
kello 10-13

Palvelutalo Siltakoti,
Asukastupa,
Koulukatu 18

Ryhmä A

2.9. - 14.10.2022

Ryhmä B

4.11. - 16.12.2022



Ilmoittautuminen

Molempiin ryhmiin
29.8.2022 mennessä

Leena Voutilainen

- 044 797 2471

Päivi Virtanen

- 044 797 2458

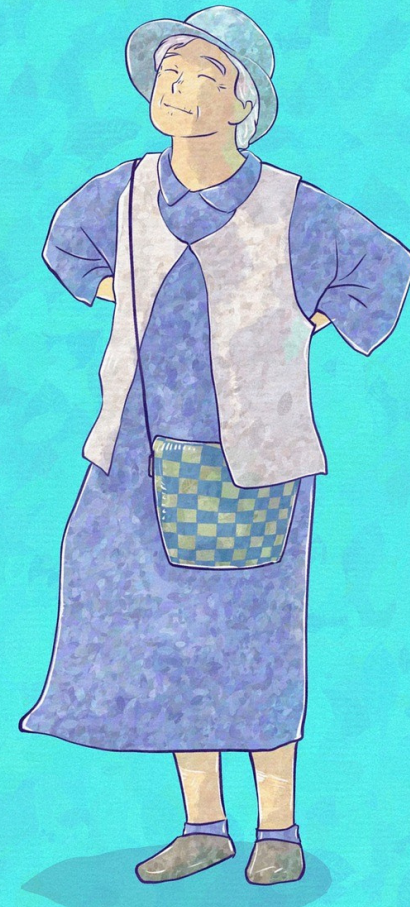
Maksut

Päivätoimintaan osallistuminen on
ryhmäläisille maksutonta.

Ruokailun hinta on 3 euroa/kerta.
Maksu laskutetaan ryhmän
päätyttyä. Jos maksu tuottaa
vaikeuksia, kerro tästä ohjaajalle.

Jos et pääse osallistumaan ryhmän
tapaamiseen, ole hyvä ja ilmoita
ohjaajalle. Tällöin ruokailusta ei
peritä maksua.

*Mukavaa
yhdessäoloa ja
ohjattua tekemistä
- Arki
rikkaammaksi!*



Heinolan
kaupunki

Jyränkölän
Setlementti ry

Heinolan
seurakunta