



## Tule mukaan ikääntyvien ryhmätoimintaan auttamaan ja tekemään hyvää!

Etsimme vapaaehtoisia marttoja ikääntyville tarkoitettuun voimauttavaan ryhmätoimintaan. Vapaaehtoiset ohjaavat Hyvän mielen eväät -ryhmää, joka kokoontuu kuusi kertaa (2 h/tunti).

Ryhmätoiminnan tavoitteena on vahvistaa osallistujien hyvinvointia ja tarjota voimaantavia kokemuksia ja vertaistukea.

Vilppu tarjoaa vapaaehtoiselle:

- Koulutuksen, materiaalit sekä piirin työntekijän tuen
- Mahdollisuuden tehdä hyvää ja toimia merkityksellisesti
- Mahdollisuuden sitoutua tehtävään lyhyeksi tai pidemmäksi aikaa
- Todistuksen, jota voi hyödyntää opiskeluissa ja työelämässä

Odotamme sinulta:

- Kiinnostusta toimia vapaaehtoisena ikääntyvien parissa
- Innostusta ikääntyvien hyvinvoinnin tukemiseen
- Yhteistyötaitoja ja avointa mieltä

**Kiinnostuitko?** Lisätietoa ryhmistä ja Vilppu-hankkeesta [martat.fi/vilppu](http://martat.fi/vilppu)

**Ota yhteyttä:** piirin työntekijän nimi ja s-posti

**Lämpimästi tervetuloa mukaan! Tule sellaisena kuin olet, apuasi tarvitaan**

**VILPPU**

**Martat** 

