

Tervetuloa VIREÄSTI KAAKOSSA –toiminnan

SENIORITUKIMARTTAKOULUTUKSEEN

Järjestämme Senioritukimarttakoulutuksen
vapaaehtoistoimijoille

ke 19.10.2022 klo 9.30-14.30

Lappeenrannan Kasinolla,

Ainonkatu 10, 53100 Lappeenranta

Vireästi Kaakossa -toiminnan kohderyhminä ovat yli 60-vuotiaat omaishoitajat, järjestöjen seniorijäsenet, ikääntyvien läheiset, eläköityvät työttömät sekä ikääntyvät maahanmuuttajat. Hanketta toteutetaan yhteistyössä Kymenlaakson Marttojen kanssa.

Senioritukimartan tehtävänä on toimia vapaaehtoisena apuna esim. ruoanvalmistuskursseilla, luennoilla ja muissa tapahtumissa. Rahapalkkioita emme voi toiminnasta maksaa, mutta vapaaehtoisille on luvassa ohjausta ja tukea, mukavaa yhdessäoloa, yhteisiä tapaamisia ja retkiä. Koulutus on suunnattu uusille ja jo toimiville senioritukimartoille.



Koulutuksen ohjelma 19.10.2022

klo 9.30 *Aamukahvi ja tervetuloa*

klo 10.00 *Käytä energiajärkeä*
kotitalousasiantuntija Päivi Jukkara

klo 10.45 *Minä vapaaehtoisena - Kuinka vahvistaa resilienssiä vapaaehtoistyössä?*
Jaana Gröhn, koordinaattori, YHES-hanke MIELI Etelä-Karjalan mielenterveys ry
Eveliina Montonen, vastaava kriisityöntekijä, Saimaan Kriisikeskus

klo 11.30 *Tauko*

klo 11:45 *Vireästi Kaakossa -toiminnan esittely*
toiminnanjohtajat Tuija Valjakka ja Anne Saarikko

klo 12.15 *Pysytään pystyssä*
Sari Hokkanen, projektipäällikkö
Ikäystävällinen Etelä-Karjala -hanke

klo 13:00 *Hyvä Vire -visa*
kotitalousasiantuntija Enni Tuuliainen

klo 13.15 *Koulutus päättyy lounasruokailuun*

Koulutus on maksuton ja paikkoja on varattu 15 henkilöä/marttapiiri.

Mikäli kiinnostuit asiasta ja sinulla on mahdollisuus osallistua toimintaan päiväsaikaan, ilmoittaudu koulutukseen 5.10.2022 mennessä paivi.jukkara@martat.fi tai puh. 050 448 1533

