**Hei**

**Kutsumme Sinut Senioritukimartaksi Vireästi Kaakossa –hankkeeseen**

**Järjestämme Senioritukimarttakoulutuksen vapaaehtoistoimijoille**

**torstaina 10.3.2016 klo 10 - 14 Kehruuhuoneella,**

**Kristiinankatu 20, LAPPEENRANTA (kuljetus Kymenlaaksosta)**

Vireästi Kaakossa –hankkeen kohderyhminä ovat yli 60-vuotiaat omaishoitajat (erityisesti miehet), eläkeläisyhdistysten jäsenet, sairaus- ja vammaisyhdistysten seniorijäsenet sekä ikääntyneet maahanmuuttajat. Hanketta toteutetaan yhteistyössä Kymenlaakson Marttojen kanssa vuoden 2017 loppuun saakka.

Senioritukimartan tehtävänä on toimia vapaaehtoisena apuna esim. hankkeen ruoanvalmistus-kursseilla, luennoilla ja muissa hankkeen tapahtumissa. Rahapalkkioita emme voi toiminnasta maksaa, mutta vapaaehtoisille on luvassa ohjausta ja tukea, mukavaa yhdessäoloa, yhteisiä tapaamisia ja retkiä.

**Koulutuksen ohjelma 10.3.2016**

klo 9.45 *Aamukahvi*

klo 10.15 *Tervetuloa Vireästi Kaakkoon*

klo 10.30 *Yhdessä iloa vapaaehtoistoiminnasta*

toiminnanjohtaja Pia Hytönen, Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry

*Aikaa yhteiseen hyvään*

toiminnanjohtaja Ulla Rustholkarhu, Lappeenrannan vapaaehtoiskeskus ry

klo 13.30 Koulutus päättyy lounasruokailuun

Koulutus on maksuton ja paikkoja on varattu 10 henkilöä/marttapiiri. Mikäli kiinnostuit asiasta ja sinulla on mahdollisuus osallistua toimintaan päiväsaikaan, ota yhteys 18.2.2016 mennessä toiminnanjohtaja Tuija Valjakka, p. 010 838 5658.

**Ystävällisin terveisin**

Tuija Valjakka Martat ry

Tuija Valjakka