

## **Tervetuloa ystävätoiminnan alueiltaan - Illan teemana voimavarat ja jaksaminen**

Ystävätoiminnassa mukana olevat vapaaehtoiset antavat toisille ihmisille paljon itsestään – voimavaroilla haluamme korostaa vapaaehtoisen oman jaksamisen merkitystä ja mietimme yhdessä tapoja, jolla jaksamista voi tukea sekä vahvistaa.

Iltana on tarkoitettu kaikille osaston ystävätoiminnan parissa työskenteleville, omaishoitajien tukitoiminnassa mukana oleville, koututumisen tuen parissa toimiville sekä erilaisten ystävätoiminnan ryhmien ohjaajille ja vapaaehtoisille



Kuva Joonas Brandt/SPR

Voit valita illoista itsellesi sopivan. Ilmoittautuminen tapahtuu alla olevien linkkien kautta viim. viikkoa ennen. Kaikki illat pidetään klo 17.30-20.00.

Etukäteen ilmoittautuminen on välttämätöntä tilavarausten ja kahvituksen järjestämisen vuoksi.

**Tiistai 6.10. Viitasaari:** ABC, Kokkosalmentie 7: [vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8858](https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8858)

**Torstai 8.10. Jyväskylä:** piiritoimisto, Ailakinkatu 5 [vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8859](https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8859)

**Tiistai 20.10. Jämsä:** Cafe Elonen, Talvialantie 1 [vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8860](https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8860)

**Torstai 22.10. Kaustinen:** Ravintola Pelimanni, Kaustintie 2 [vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8861](https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8861)

**Tiistai 27.10. Ähtäri:** Lounasravintola Hovitar, Sahakuja 2 [vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8862](https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8862)

**Torstai 29.10. Seinäjoki:** piiritoimisto, Laturitie 2 [vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8863](https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8863)

**Keskiviikko 4.11. Kaskinen:** Ravintola Sininen Hetki, Satamakatu 37  
[vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8864](https://vapaaehtoiset.punainenristi.fi/event/8864)

*Terveisin sosiaalisen hyvinvoinnin tiumi eli  
Susanna, Sami, Taija, Anne, Hilikka, Anja ja Erja*