



”Uskallus kokeilla asioita, joita ei vielä osaa, on kasvanut ja siirtynyt muuhunkin elämään.”

”Ryhmästä saa vaihtelua omaan arkeen.”

FAKTOJA RYHMÄSTÄ

PAIKKA

Raviradantie 8-10 tai muu paikka päivän ohjelmasta riippuen

RYHMÄN KOKO

Noin 8 hlöä
Voit liittyä mukaan milloin tahansa

TAPAAMISET

13.1. – 12.12.2021
Kokoontuminen kerran viikossa
4 h/krt
Kesällä 1 kk tauko

OHJAAJAT

Annastina Lepistö
Janita Tossavainen

ESIMERKKEJÄ SISÄLLÖSTÄ

Erilaiset raivaus- ja järjestelytyöt
Polkupyörän tuunaus
Puutarhanhoito
Kädentaidot
Edullisen ja terveellisen ruoan laitto
Erilaiset retket ja tutustumiskäynnit
Omien vahvuuksien pohdiskelu

Tutkassa ideoidaan päivien sisältöjä yhdessä osallistujien kesken.

Kaipaatko vaihtelevaa ja monipuolista tekemistä?

Onko aktivointisuunnitelmassasi sovittu kuntouttavan työtoiminnan aloittamisesta?

TULE TUTKAAN!

Mikkelin Toimintakeskuksella kokoontuu kerran viikossa Tutka-työtoiminta, missä pääset tekemään monipuolisia työtehtäviä. Arvioimme yhdessä työ- ja toimintakykyäsi erilaisissa työympäristöissä ja työtehtävissä sekä itsearviointisi pohjalta. Työtoiminnan aikana voit oppia itsestäsi ja työelämätaidoistasi uusia asioita. Toiminta sisältää tarpeen mukaan henkilökohtaisia tapaamisia sekä elintapaohjausta.

LISÄTIETOJA JA RYHMÄÄN HAKU

Puhelin 010 327 2930
ritva.valjakka@toimintakeskus.fi
uuttaelamaa.fi/valmennus

 /uuttaelamaa
 /uuttaelamaa
 Uutta Elämää

Yhteistyössä



Uutta elämää®
Mikkelin Toimintakeskus ry