



Sateenkaariseniori, tervetuloa mukaan vertaistoimintaamme Pohjois-Pohjanmaalla!

Vertaistoimintamme alkaa lokakuussa - ilmoittaudu mukaan nyt!

Toimintamme tavoitteena on luoda turvallinen ja lämminhenkinen ympäristö muihin sateenkaarisenioreihin tutustumiselle sekä vertaisuuden kokemuksille. Osallistuminen on mahdollista myös nimettömästi. Toimintaamme kuuluu:

- **Suljetut vertaisryhmät.** Ryhmä kokoontuu kahdeksan kertaa ja osallistujia otetaan enintään kuusi. Ryhmänohjaajina toimivat koulutetut vapaaehtoiset ja ryhmän sisällöt nousevat ryhmäläisten toiveista.
- **Kahdenkeskiset juttutuokiot** sateenkaariseniorivapaaehtoisien kanssa
- **Avoimia tapaamisia** vaihtuvilla teemoilla, tapaamisista ilmoitetaan hankkeen verkkosivuilla

Sateenkaarisenioreiden Ystäväpiiri-ryhmä alkaa lokakuussa

Ryhmä on tarkoitettu sateenkaarisenioreille yksinäisyyden ennaltaehkäisyyn ja lievittämiseen sekä uusien ystävien löytämiseen. Ryhmässä toimitaan luottamuksellisesti ja ilmapiiri on turvallinen.

Suljettu pienryhmä kokoontuu maanantaisin klo 10.00-12.00 **Oulun keskustassa** kolmen kuukauden ajan yhteensä 12 kertaa.

Ryhmää ohjaavat Vanhustyön keskusliiton Sateenkaariseniorit näkyviksi -hankkeen projektikoordinaattori Laura Väihkönen sekä Ystäväpiiri-toiminnan alueohjaaja Marjo Pääkkö.

Haku ryhmään päättyy to 3.10.



Ota yhteyttä ja ilmoittaudu mukaan!



Sateenkaariseniorit näkyviksi
VANHUSTYÖN KESKUSLIITTO

puh. 050 343 4241
sateenkaariseniorit@vtkl.fi

www.vtkl.fi/sateenkaariseniorit