

Nimi _____ Puhelin _____

Sähköposti _____

Osoite _____ Postiosoite _____

Merkitse rasti:

- hyväksyäksesi henkilötietojen käsittelyn Neuvokkaan kurssien ja tilaisuuksien tietosuojaselosteen mukaisesti. Tietosuojaseloste on luettavissa osoitteessa: www.kansalaistalorovaniemi.fi/tietosuojaselosteet
- jos sinulle ei saa lähettää sähköpostia/sähköistä uutiskirjettä

KURSSIT JA KOULUTUKSET VAPAAEHTOISILLE

AJANKOHTA	AIHE	osallistun
Ti 10.1. klo 16.30-18.00	Vapaaehtoisten ideailtapäivä – kevätkauden startti Tule mukaan yhteiseen ideointiin kahvien äärelle ja tapaamaan meitä työntekijöitä!	
Pe 10.2. klo 13.00-16.00	Turvallisuustapahtuma - 112 päivän etkot Kaikille avoin tapahtuma, jossa teemana kodin ja arjen turvallisuus. Tapahtuman järjestävät SPR, Pelastuslaitos, Roin kaupunki ja Neuvokas.	
Pe 24.2. klo 16.00–19.00, la 25.2. klo 9.00-14.00 ja to 2.3. klo 16.00–19.00	Vapaaehtoistyön peruskurssi uusille vapaaehtoisille Kurssilla tutustutaan vapaaehtoistyön periaatteisiin ja pelisääntöihin sekä esitellään vapaaehtoistyön tehtäviä.	
RYHMÄ 1 Ti 21.3. klo 14.00-16.00	Ilmaisutaito ja vuorovaikutus. Ohjaajana Pieta Koskenniemi. Max. 15 osallistujaa. (Jos kiinnostusta on, järjestämme toisen samansisältöisen koulutuksen ti 28.3.)	
RYHMÄ 2 Ti 28.3. klo 14.00-16.00	Ilmaisutaito ja vuorovaikutus. Ohjaajana Pieta Koskenniemi. Max. 15 osallistujaa. (Samansisältöinen koulutus kuin ti 21.3., järjestetään tarvittaessa.)	
Ti 4.4. klo 17.00-19.00	Kuinka autan oikein? Tutustutaan erilaisiin apuvälineisiin ja niiden käyttöön. Pääset itse testaamaan pyörätuolin käyttöä, kynkkäämistä ym. Kouluttajina paikalliset toimijat Rovaniemeltä.	
Ti 18.4. klo 16.00-20.00	Hygieniapassikoulutus Varaus 10 henkilölle. Tarkoitettu Neuvokkaassa elintarvikkeita käsitteleville ja ruokaringin vapaaehtoisille. Koulutus toteutuu, mikäli saadaan 10 osallistujaa.	
Pe 21.4. klo 12.00-17.00 ja la 22.4. klo 9.00-13.00	Kriisipuhelinpäivystyksen perehdytys Perehdytään kriisipuhelinpäivystyksen periaatteisiin ja toiminnan sisältöihin sekä tutustutaan laitteisiin ja tilastointiohjelmaan.	
Teoriaosuus: Ke 10.5. klo 16.30–18.30 Ajoharjoittelut ulkona: Ti 16.5. klo 17.00–18.30 ja ma 22.5. klo 17.00–18.30	Pyöräluotsikoulutus Sis. teoriaosuuden + käytännön ajoharjoittelut kahdella eri riksapyörällä. Mahdollistaa toimimisen ulkoilukaverina ikäihmisille sähköavusteisilla riksapyörillä.	
Ti 8.8. klo 16.30-18.00	Vapaaehtoisten ideailtapäivä – syyskauden startti Tule mukaan yhteiseen ideointiin kahvien äärelle ja tapaamaan meitä työntekijöitä!	
Elo-syyskuu 2023 - ajankohta vahvistuu lähempänä	Lukumummi ja – vaarikoulutus; luetaan satuja ja tarinoita 2-6 luokkalaisille suomi toisena kielenä puhuvien lasten (S2-lapset) kanssa sekä suomi äidinkielenä -lasten kanssa, joilla on lukivaiveuksia.	
Pe 6.10. klo 16.00–19.00, la 7.10. klo 9.00-14.00 ja to 12.10. klo 16.00–19.00	Vapaaehtoistyön peruskurssi uusille vapaaehtoisille Kurssilla tutustutaan vapaaehtoistyön periaatteisiin ja pelisääntöihin sekä esitellään vapaaehtoistyön tehtäviä.	
Ajankohta ilmoitetaan myöhemmin	EA1 (ensiapukurssi) Varaus 15 henkilölle. Omavastuu 10 €.	

VIRKISTYSTÄ VAPAAEHTOISTYÖN LOMAAN

AJANKOHTA	AIHE	osallistun
NAISTEN RYHMÄ Ke 11.1. klo 13.00	Avantouinti tutuksi - tule kokeilemaan avantouintia Kuulet myös avantouinnin terveysvaikutuksista. Yhteistyössä Ounasvaaran Latu ry:n kanssa.	
MIESTEN RYHMÄ To 12.1. klo 13.00	Ota mukaan oma pyyheliina, uimapuku ja mahdolliset muut avantouintitarvikkeet (esim. päähine, kengät, hanskat)	
Ma 13.2. klo 13.00-15.00	Vapaaehtoisten voimaannuttava hetki – keinoja irtaantua arjesta Tarkoituksena kuunnella omaa kehoaan ja löytää keinoja irtaantua jännitteistä, joita voimme tiedostamatta kantaa mukanaamme. Musiikki osana harjoitteita. Max. 12 hlöä. Ohjaajana Minna Hyötylä.	
La 4.3. Kellonaika ja paikka tarkentuvat lähempänä.	Suomen kansallinen hiihtopäivä – hiihtoretki lähimaastossa Kaiken kuntoisille sopiva retki suksilla. Hiihdon päätteeksi makkarapaistoa, omat eväät mukaan.	
Ma 27.3.2022 klo 19.00	Elokuvilta Wiljamissa Yhteistyössä Rovaniemen Cinema ry:n kanssa. Katsottavasta elokuvasta tiedotamme lähempänä tapahtumaa.	
Toukokuussa viikolla 21	Kevätkimara osana Mental Health Art Weekin -tapahtumia Tapahtuman yksityiskohdat vahvistuvat lähempänä ajankohtaa. Kaikille avoin tapahtuma.	
To 1.6. klo 13.00-15.00 luento aiheesta	Luonnon antimien hyödyntäminen omassa hyvinvoinnissa Aiheesta luennoimassa Irja Mäkitalo.	
Ti 6.6. klo 13.00-15.00 jalkautuminen maastoon	Jalkautuminen lähimaastoon tunnistamaan kasveja Max 12 hlöä/ryhmä. Tarvittaessa järjestämme toisen ryhmän.	
Kesäkuu	Päiväretki Rovaniemen lähistölle Mukavaa yhdessäoloa ja ruokailu. Kansalaistalolta bussikuljetuksella / kimpakyydein. Retken yksityiskohdat vahvistuvat lähempänä ajankohtaa.	
Ma 28.8. klo 13.00-15.00	Vapaaehtoisten voimaannuttava hetki – keinoja irtaantua arjesta Tarkoituksena kuunnella omaa kehoaan ja löytää keinoja irtaantua jännitteistä, joita voimme tiedostamatta kantaa mukanaamme. Musiikki osana harjoitteita. Max. 12 hlöä. Ohjaajana Minna Hyötylä.	
RYHMÄ 1 Ti 19.9. klo 17.00-19.00	Hapansäilöntää Marttojen opastuksella Hapattamalla saat terveellisiä säilykkeitä, joiden makumaailma vaihtelee miedosta kirpeään ja happamaan sekä tuliseen mausteitten mukaan.	
RYHMÄ 2 Ti 26.9. klo 17.00-19.00	Ryhmät ovat samansisältöiset. Ryhmään mahtuu max 12 henkilöä.	
Syyskuussa 2023	Teatteri-ilta Rovaniemellä , sisältäen ruokailun. Omavastuu 10 €. Näytös vahvistuu lähempänä ajankohtaa.	
Su 5.11. 10.00–13.30	Neuvokkaan Kirkkopyhä Rovaniemen pääkirkossa ja ohjelmahetki seurakuntakeskuksessa. Messun jälkeen kahvit ja ohjelmaa. Kaikille avoin tapahtuma.	
Ti 12.12. klo 17.00–20.00	Vapaaehtoisten pikkujoulu Mukavaa ohjelmaa ja yhdessäoloa, hyvää ruokaa ja joulupukin vierailu. Omavastuu 10 €.	

Palauta lomake meille ti 10.1.2023 mennessä! Merkitse rasti haluamasi tapahtuman kohdalle ja jätä kopio/toinen lomake itsellesi. Mikäli ilmoittautuneita on enemmän kuin max. osallistujamäärä, arvomme paikat ilmoittautuneiden kesken lähempänä tapahtumien ajankohtia.

Ohjelmamuutokset ovat mahdollisia: vahvistamme osallistumisesi lähempänä tapahtumaa.

Rovaniemellä ___ / ___ 2023

_____ allekirjoitus