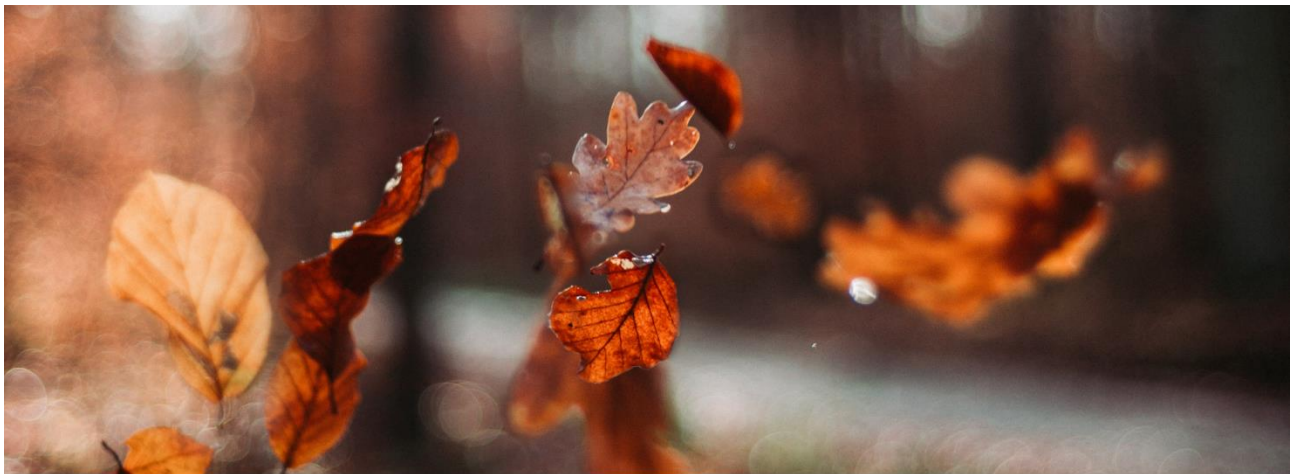




Vapaaehtoisten infokirje | syyskuu 2023



Syyskuiset terveiset Neuvokkaasta!

Vapaaehtoisten kuukausi-info ti 12.9.2023 klo 17.00–19.00 (Huom! kellonaika)

MIELI ry:n järjestämä etäkoulutus: Auttaja kriisissä

Miten omat kriisit voivat vaikuttaa omaan jaksamiseen tukijana ja auttajana? Entä miten oma tilanne voi näkyä asiakaskontakteissa - ohjaavatko ne mahdollisesti keskustelua piiloon jäävien vaikuttimien muodossa? Aiemmistä kriiseistä selviytyminen voi kääntyä voimavaraksi, mutta käsittelemättömien kriisien vaikutukset voivat puolestaan vaikuttaa siihen, kuinka avoimesti auttaja pystyy kuuntelemaan ja kysymään. Entä muistammeko, että ne tavat, joilla itse selvisi kriisistä ei välttämättä ole sovellettavissa yleisesti muille?

Kouluttajana Hannu Loimo, Kriisivastaanoton tiimipäällikkö, Mieli Kriisikeskus Helsinki

Voit tulla seuraamaan tätä teams-koulutusta yhdessä toisten kanssa kokoustila Väärtiin. Sinulla on mahdollisuus osallistua tähän teams-koulutukseen myös kotoa käsin omalla laitteella. **Tarjoilujen vuoksi pyydämme ilmoittautumaan, jos osallistut tähän täällä meillä p. 0400 514 510.** Jos osallistut koulutukseen meillä, merkitään se myös vapaaehtoisten tuntiraporttiin.

Luentosarja vapaaehtoisille jatkuu

Luentosarja vapaaehtoisille jatkuu syyskaudella, kokemustoimijat kertomassa omaa tarinaansa. Ilmoittaudu näille kokemustoimijoiden luennoille p. 0400 514 510.

Ma 11.9. klo 16.30-18.00 – Kokemuksia avustettavana olemisesta

Pertti Ollonen kertoo kokemuspuheenvuorossaan, mitä avustettavana olevana toivoo avustajaltaan ja miten avustaminen ja apuvälineet ovat muuttuneet. Pertin taustayhteisö Invalidiliitto.

Ti 3.10. klo 16.30-18.00 – Mielenterveys äidiltä tyttärelle kolmessa polvessa

Eija Peteri, Lapin Mielenterveysomaiset - FinFami ry

Virkistystä vapaaehtoisille

Yhteinen teatteri-ilta ja ruokailu pe 27.10. klo 16.00 alkaen

Lokakuussa menemme yhdessä katsomaan näytelmää Entäs nyt, Eeva? Eeva Litmasen käsikirjoittama Entäs nyt, Eeva? on hauska ja haikea esitys naiseudesta, rakkaudesta ja vanhenemisesta. Eevan roolissa nähdään Rovaniemen Teatterin ihastuttava näyttelijä Outi Nevanlinna. Luvassa on lempeää naurua, lakonista huumoria ja hieman haikeuttakin kellarinäyttämö Saivolla. Ennen näytöstä ruokailemme yhdessä teatterilla, ruokailu alkaa klo 16.00, tulethan ajoissa paikalle. Ruokailemme buffetista: alkuun runsas salaattipöytä lisukkeineen, leipävalikoima ja levitteet, pääruokana kanan rintafiletä (M,G), Bearnaise-kastiketta (M,G) ja persiljacouscous (VEG) ja jälkiruokana päivän jälkiruoka kahvin ja teen kera. Näytös alkaa klo 18.00. Teatteri-illan omavastuu on 10 € sisältää ruokailun, näytöksen ja narikkaliput. Paikkoja varattu 50:lle vapaaehtoiselle. Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Ilmoittautuminen päättyy pe 22.9. tai heti, kun paikat ovat täynnä. Oman paikkasi vahvistat maksamalla omavastuun 10 €. Ilmoittaudu mukaan p. 040 860 4645 tai 0400 821 950, saat samalla tilinumeron omavastuun suorittamista varten.

Tulevia koulutuksia

Vapaaehtoistoiminnan peruskurssi lokakuussa

Vinkkaa lokakuun kurssista tuttavallesi ja houkuttele hänet mukavaan toimintaan vapaaehtoistoiminnan pariin. Kurssi on kolmipäiväinen. Kurssipäivät ja -ajat ovat seuraavat: pe 6.10. klo 16-19, la 7.10. klo 9-14 ja to 12.10. klo 16-19. Kaikki vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneet haastatellaan ennen koulutuksen alkamista. Ilmoittautumiset ke 27.9. mennessä p. 016 356 0337.

Vapaaehtoistyön tehtäviä

Nahkurinpolun kohtaamispaikalle vapaaehtoiseksi

Nahkurinpolulla toimiva ikäihmisten kohtaamispaikka kaipaa kahta kerhohetäjä. Olisitko sinä kiinnostunut kohtaamispaikan vetämisestä joka toinen viikko yhdessä toisen vapaaehtoisen kanssa. Kerho kokoontuu Nahkurinpolku 5:n kerhohuoneessa. Kerhossa kävijät ovat ikäihmisiä, jotka asuvat samassa pihapiirissä. Jos innostut ja kiinnostut ajatuksesta, ole yhteydessä Elinaan p. 0400 821 950.

OLKA-toiminta / vapaaehtoistoimintaa keskussairaалassa

Syyskaudella käynnistyy OLKA-toiminta eli vapaaehtoistoiminta keskussairaалassa. OLKA-hankkeen työntekijät Hannele Oiva ja Jenni Bergman kertovat mieluusti lisää näistä uusista tehtävistä. Tässä heidän yhteystietonsa: Hannele p. 040 128 7203 ja Jenni p. 040 1287442 sekä hannele.oiva@rovaniemenneuvokas.fi ja jenni.bergman@rovaniemenneuvokas.fi

Vapaaehtoiseksi boccia-turnaukseen marraskuussa

Rovaniemen kaupunki ja RoVaKa järjestävät boccia-turnauksen la 25.11. klo 8 alkaen. Tapahtuma järjestetään Redun liikuntahallissa Porokadulla. Turnaus on paikallinen ja nimi on Napapiiriturnaus. Viime syksynä turnaukseen osallistui 9 joukkuetta. Turnaukseen kaivataan tuomareita (kouluttavat, ellei laji entuudestaan tuttu). RoVaKa tarjoaa tuomareille evästä. Ilmoittaudu tuomariksi pe 3.11. mennessä, p. 040 529 6800.

Kaikille avoimia tapahtumia

Kaipaisitko arkeesi pientä rentoutumista?

Tervetuloa Olemisen taito -ryhmään! Ryhmässä rentoudutaan ja rauhoitutaan. Oma alusta ja viltti mukaan, tila voi olla viileä. Ensimmäinen kokoontuminen maanantaina 4.9. klo 16.00-17.00 Kansalaistalolla kokoustila Väärtissä (Rovakatu 23).

Syksyn kokoontumiset:

ma 4.9. klo 16.00-17.00

ma 2.10. klo 16.00-17.00

ma 6.11. klo 16.00-17.00

Ryhmään mahtuu max. 10 henkilöä. Ilmoittautuminen Neuvokkaaseen p. 0400 514 510.

Rovaniemen Kansalaistalon syyskauden avajaiset tiistaina 5.9. klo 10-16

Päivän ohjelma:

klo 10.00–10.10 Tervetuloa syyskauden avajaisiin, Marika Ahola, Rovaniemen Neuvokas

klo 10.10–16.00 Tule tutustumaan järjestötoimintaan! Esittelypisteet katutasolla

klo 10.00-16.00 Kakkukahvitarjoilu 300 ensimmäiselle

klo 10.10–11.30 Musiikkia Neuvokkaan vapaaehtoiset

klo 11.00–12.00 Avoimien ovien Bingo

klo 12.15–13.15 Hyvän mielen lounas Tuvalla

klo 13.00–13.30 Lysti ry:n näyttelyn avajaiset

klo 13.30–14.30 Musiikkia, Neuvokkaan vapaaehtoiset

klo 14.30–16.00 Aikaa tutustua esittelypisteisiin

klo 15.50–16.00 Arpajaiset

Tiedätkö sinä, miten meitä huijataan? Kaikille avoin ja maksuton luento ke 6.9. klo 14.00-15.30 Rovaniemen Kansalaistalolla

Mistä tietää, onko verkkokauppa luotettava? Saitko puhelun pankin, perintätoimiston tai elektroniikkaliikkeen nimissä? Lähettikö paikallinen kauppa viestin arvontavoitosta sähköpostiin – mitä pitäisi tehdä? Luennolla käydään esimerkkien avulla läpi ajankohtaisia netti- ja puhelinhuijauksia ja niiden tunnusmerkkejä sekä opit tunnistamaan huijauksia. Saat myös toimintaohjeita vahingon sattuessa. Asiantuntijana toimii Kuluttajaliiton kouluttaja Jaana Savolainen. Tervetuloa mukaan – tähän ei tarvitse ilmoittautua.

Ystävällisin terveisin Neuvokkaan tiimi