

Ota yhteyttä:

Henri Uotila, hankekoordinaattori
henri.uotila@miinasillanpaa.fi
p. 044 0255 552

Nina Markkanen, hanketyöntekijä
nina.markkanen@socom.fi
p. 050 5954 246

Hanke pähkinänkuoressa

Voimaa ikämiesten arkeen (2021–2024) on STEA:n rahoittama, Miina Sillanpään Säätiön ja Kaakkois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen Socom Oy:n yhteinen hanke Etelä-Karjalan ja Kymenlaakson alueilla.

Voimaa ikämiesten arkeen

Voimaa ikämiesten arkeen on uusia ystäviä, yhteisiä kokemuksia ja mukavaa yhdessäoloa.



MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ



SOCOM
Kaakkois-Suomen
sosiaalialan osaamiskeskus oy

Yhteistyössä:

Kotkan kaupunki
Haminan kaupunki
Imatran kaupunki
Luumäen kunta
Kymenlaakson hyvinvointialue
Etelä-Karjalan hyvinvointialue
MIELI Etelä-Karjalan mielenterveys

Voimaa ikämiesten arkeen



**Miesten ryhmätoimintaa
yhdessä suunnitellen.
Keskusteluja,
kaveruutta,
tietoja ja taitoja.**

Voimaa ikämiesten arkeen: Miesten omat ryhmät

Sinulle, jos...

- elämässäsi on tapahtunut suuria muutoksia lähiaikoina tai arki tuntuu muuten yksinäiseltä
- kaipaat juttuseuraa
- etsit uutta tekemistä päiviisi
- olet yli 60-vuotias mies
- olet kiinnostunut yhteisestä toiminnasta
- voisit toimia kaverina toisille
- saattaisit olla jopa valmis toimimaan vapaaehtoisena ryhmänohjaajana.

Lue lisää hankkeesta:

miinasillanpaa.fi/hankkeet/voimaa-ikamiesten-arkeen/

socom.fi/kehittamisty/voimaa_ikamiesten_arkeen/



Voimaa ikämiesten arkeen -hankkeessa tällä hetkellä

Ryhmiä toimii

- Imatralla
- Luumäellä
- Ruokolahdella
- Haminassa
- Kotkassa
- Kouvolassa

Toimintaan on tullut mukaan lähes sata miestä Kaakkois-Suomen alueelta.

Ryhmissä on muun muassa

- tehty ruokaa
- liikuttu
- tehty vierailuja
- kuultu asiantuntijavierailijoita
- keskusteltu ryhmäläisiä kiinnostavista aiheista

Haemme vapaaehtoisia käynnistämään kanssamme uusia ryhmiä.

Ota rohkeasti yhteyttä!