

KESKI-POHJANMAAN SOSIAALIPSYKIATRINEN YHDISTYS RY/ VASKOOLIN RYHMÄTARJONTA SYKSY 2018

Päivätoimintayksikkö Vaskooli tarjoaa palveluitaan Perhonjokilaakson ja lähikuntien mielenterveysasiakkaille. Vaskoolin tarjoamaa toimintaa on ohjattu ryhmätoiminta, avotyötoiminta ja matalan kynnyksen toiminta. Pyrimme käyttämään Green Care menetelmiä toiminnassamme mahdollisuuksien mukaan.



NÄIHIN RYHMIIN VOIT HAKEA AINA:

❖ **MATALA KYNNYS, VETELI, 12 paikkaa**

Matalan kynnyksen ryhmä on vapaamuotoinen vertaistukiryhmä, joka kokoontuu Vaskoolissa tiistaisin klo 13.30 - 15.30. Ryhmässä kahvitellaan, keskustellaan, pelataan pelejä ja lisäksi on muuta vapaamuotoista toimintaa.

❖ **MATALA KYNNYS, KAUSTINEN, 6 paikkaa**

Matalan kynnyksen ryhmä on vapaamuotoinen vertaistukiryhmä, joka kokoontuu Kaustisella, säästöpankin kerhohuoneella, torstaisin klo 10 - 12. Ryhmässä kahvitellaan, keskustellaan, pelataan pelejä ja lisäksi on muuta vapaamuotoista toimintaa. Ryhmä käynnistyy 6.9, mikäli ryhmäläisiä väh. kolme.

❖ **MOLSKAUS, 15 paikkaa**

Vesijumpparyhmä Molskaus kokoontuu perjantaisin klo 11-12 Vetelin uimahallilla (vesijumpan osuus klo:11.15-11.45). Ryhmän aikataulu toimitetaan ryhmäläisille.



❖ **KÄSITYÖVAKKA, 8 paikkaa**

Käsityövakka on vertaistukiryhmä, jossa tehdään käsitöitä, askarrellaan, keskustellaan ja kahvitellaan. Ryhmä kokoontuu tiistaisin klo 10 - 11.30 Vaskoolissa.



❖ **LIKETTÄ LUIHIN, 8 paikkaa**

Liikuntaryhmä Liikettä luihin kokoontuu joka maanantai klo 15 - 16. Lajit vaihtelevat lenkkeilystä pallopeleihin Ohjelma suunnitellaan ryhmäläisten toiveita kuunnellen. Suunnitelma kokoontumiskerroista ja -paikoista toimitetaan ryhmäläisille.



❖ **VERTAANSA VAILLA, 6 paikkaa**

Naisille suunnattu Vertaansa Vailla -ryhmä, jossa voi keskustella omista kokemuksista ja saada vertaistukea ja apua jaksamiseen. Voit olla työssä käyvä tai opiskelija.
Ryhmä kokoontuu n. kolmen viikon välein, yhteisesti sovittuina aikoina Vaskoolissa.

❖ **ILTATÄHTI, 8 paikkaa**

Ikääntyneille tarkoitettu Iltatähti-ryhmä kokoontuu joka kolmas torstai klo 14.00–15.30 Vaskoolissa. Ryhmässä on mm. askarreltu, leivottu, laulettu, visailtu, pelattu. Ryhmäläiset suunnittelevat ryhmäkertojen sisällön itse.

❖ **TEEMASTA TOISEEN, 6 paikkaa**

UUSI JATKUVA RYHMÄ! Toiminnallinen ryhmä, jossa voidaan tehdä luontoretkiä, askarrella, leipoa, keskustella ym. huomioiden vuodenajat ja erilaiset juhlat. Ryhmän sisältöä suunnitellaan yhdessä ryhmäläisten kanssa.
JATKUVA HAKU. Ryhmä alkaa, kun ryhmäläisiä riittävästi!



❖ **PULLAN TUOKSU, 4 paikkaa**

UUSI JATKUVA RYHMÄ! Toiminnallinen ryhmä, jossa leivotaan makeita ja suolaisia leivonnaisia Vaskoolin ryhmiin tarjottavaksi, myös itselle mahdollisuus leipoa tarvikehinnalla. Ryhmä kokoontuu joka toinen maanantai klo 10.00 – 12.00, alkaen 13.8.
JATKUVA HAKU!



MÄÄRÄAIKAISET RYHMÄT:

❖ **MATALAN KYNNYKSEN RYHMÄ NUORILLE, 6 paikkaa**

JATKUVA HAKU. Ryhmä alkaa, kun ryhmäläisiä riittävästi!

Nuorille aikuisille (18-30v) suunnattu ryhmä, jossa tarkoitus luoda ja ylläpitää sosiaalisia kontakteja ja tarjota vertaistukea, sekä tuoda mielekästä tekemistä arkeen. Ryhmän sisältö koostuu ryhmäläisten ideoiden ja toiveiden ympärille.
Ryhmä kokoontuu 8 kertaa.

❖ **HYVÄ RUOKA, PAREMPI MIELI, max. 2 paikkaa**

Ryhmä kokoontuu 5 kertaa, suunnittelemme yhdessä tarkemman aikataulun. Ryhmässä opetellaan valmistamaan helppoja ja edullisia perusruokia, tarvittaessa yksilöohjausta. Ryhmässä valmistettavat ruoat suunnitellaan yhdessä ryhmän toiveiden mukaan ja myös syödään yhdessä, ateriamaksu 4€.
Ryhmään voi hakea jatkuvasti ja se toteutetaan, kun hakemuksia on saapunut.



❖ **NEUROPSYKIATRINEN VALMENNUSRYHMÄ (Nepsy-ryhmä), 4 paikkaa**

Ryhmään voi hakea jatkuvasti ja se toteutetaan mahdollisesti keväällä 2019.
Neuropsykiatrisesta ryhmästä lisätietoja saa Reija Palolalta 040-482 9993 tai reija.palola@kpspy.fi.



AVOTYÖN ARVIOINTI- JA VALMENNUSJAKSO:

Neljän viikon mittaisella av-jaksolla arvioidaan mahdollisuuksia siirtyä avotyöhön tai arvioidaan muutoin toimintakykyä. **Ryhmään voi hakea jatkuvasti!** Ryhmä suunnitteilla 22.10. alkaen, mikäli hakemuksia tulee vähintään kolme.

Hakemuslomakkeita ryhmiin ja avotyön arviointi- ja valmennusjaksolle saa Vaskoolista, yhteistyötahoilta ja osoitteesta <http://www.soite.fi/sivu/soite-lomakkeet>

JOS KIINNOSTUIT, KAIKISTA RYHMISTÄ LÖYTYY ERILLINEN/TARKEMPI ESITE VASKOOLISTA.

Mikäli haluat lisätietoja, soittele meille:

Mari Huusko / 040 5744 595, Satu Jyrkkä / 040 5111 896

email: etunimi.sukunimi@kpspy.fi

Päivätoimintayksikkö Vaskooli

Koulutie 33 A 4, 69700 Veteli

