

Merken Olkkarin viikko-ohjelma

MIELIALA MAANANTAI	TYÖELÄMÄ TIISTAI	KIMPPA KESKIVIIKKO	TOUHU TORSTAI	PALVELU PERJANTAI
Klo 10-15	Klo 10-13	Klo 10-13	Klo 10-15	Klo 9-15
Mielialaryhmä	Uraryhmä	Yksinäisyysryhmä	Virkistysryhmä	Yksilötapaamiset
<p>Tule juttelemaan mielenterveydestä, sen horjumisesta ja vahvistamisesta sekä saamaan vertaistukea.</p> <p>Käsitellään myös fyysistä terveyttä ja sairauksia sekä niistä toipumista.</p>	<p>Tule tekemään yhdessä työhakemuksia, teemme myös cv:t ja etsimme työpaikkoja.</p> <p>Perehdymme porukalla työnhaun saloihin ja koulutusmaailmaan.</p>	<p>Tule turvalliseen ryhmäämme tapaamaan muita yksinäisiä ja saamaan uusia kavereita.</p> <p>Keskustelemme ja vietämme leppoisasti aikaa yhdessä.</p>	<p>Tule touhuamaan yhdessä liikunnan, kulttuurin, vierailujen, askartelujen, musiikin jne. ja virkistysretkien merkeissä.</p>	<p>Yksilötapaamisissa tulet kuulluksi sinulle tärkeissä asioissa ja saat henkilökohtaista tukea, tietoa ja neuvontaa.</p> <p>Muina päivinä yksilötapaamiset erikseen sovitusti.</p>
Aamuryhmä klo 10-12, lounastauko 12-13, Iltapäiväryhmä klo 13-15				<i>Isokatu 47, Oulu (2 krs) (odl.fi)</i>

Yhteystiedot Lämpimästi tervetuloa!

Ulla Kaipainen

Projektipäällikkö
050 312 5694

Mari Mäenpää

Palveluohjaaja
044 393 2519

Aino Niittyluoma

Palveluohjaaja
044 393 2520

etunimi.sukunimi@odl.fi
www.odl.fi

ODL Säätiö / ODL Yhdessä
Isokatu 47, 2 krs
90100 Oulu

