

# Haavi-ryhmä

Haavi-ryhmä on matalan kynnyksen palvelu sinulle, joka haluat selkeyttää mahdollisuuksiasi työmarkkinoilla, edistää toimintakykyäsi ja saada sisältöä päiviisi sekä vertaistukea.

Ryhmän aikana keskitymme oman toimintakyvyn ylläpitoon ja sen edistämiseen. Jokainen Haavi-ryhmä on erilainen ja ohjelmaa suunnittelemme yhdessä. Pohdimme, keskustelemme ja työskentelemme omaan terveyteen, hyvinvointiin ja työkyvyn edistämiseen liittyvien teemojen ympärillä. Ryhmän ohjelmaan kuuluu myös mm. yhdessä valmistettu aamupala, käynnit uimahallilla/kuntosalilla, tutustumiskäynnit erilaisiin palveluihin ja työtoimintapaikkoihin, joskus on mahdollisuus myös lounaaseen.

Ryhmän aikana tutustut uusiin ihmisiin, saat vertaistukea ryhmältä sekä ja sinulla on mahdollisuus yksilökeskusteluihin ohjaajan kanssa. Ryhmään voi sisältyä seuraavia osa-alueita:

## HYVINVOINTI JA TOIMINTAKYKY

Terveys  
Mielen hyvinvointi  
Liikunta  
Vertaistuki  
Unelmat ja haaveet

## YHTEISKUNTA

Kotikunnan palvelut ja tapahtumat  
Tutustumiskäynnit  
Ajankohtaiset puheenaiheet

## TYÖ- JA KOULUTUS

Yhteistyötaidot  
Työnhakutaidot  
Eri ammatti- tai koulutusaloihin tutustuminen  
Oman alueen tarjolla olevat työpaikat

Ryhmä 1. 25.1.2021-18.4.2021 ma ja pe klo 9-13 (päivät voivat vaihdella, jos erikseen sovitaan)

Ryhmä 2. 23.8.2021-14.11.2021

Ryhmä 3. 22.11.2021-13.2.2022

Lisätietoja ohjaaja Sanna Westerholm p. 040 7103209 tai palveluesimies Minna Kurttila p. 040 7103211

mielipaikka@kakspy.com



**KAKSPY**  
Kaakkois-Suomen Sosiaalipsykiatrisen yhdistys ry