

Ystäväpiiri – yhdessä elämyksiä arkeen

Ystäväpiiri on ikääntyneille suunnattua ryhmätoimintaa, jossa ollaan yhdessä mukavassa ja turvallisessa ilmapiirissä. Ryhmä on tarkoitettu ikääntyneille, jotka kokevat yksinäisyyttä.

Ryhmän tavoitteena on yksinäisyyden tunteen lievittäminen ja jakaminen, yhdessä tekeminen ja kokeminen. Ryhmää ohjaavat koulutetut ryhmänohjaajat. Ryhmässä toiminta suunnitellaan aina ryhmäläisten toiveet huomioiden. Toiminta voi olla esim. keskustelua, retkiä, liikuntaa ja kulttuuria.

Ryhmä kokoontuu kerran viikossa 12 kertaa.

Ystäväpiiri-ryhmiä kokoontuu jo usealla paikkakunnalla ympäri Suomen, ja nyt uutena toimintamuotona Sipoon kotihoidossa.

Lue lisää www.ystavapiiri.net

Lisätietoja Lisbeth Gädda (09) 2353 6603

Sähköposti: [etunimi.sukunimi\(at\)sipoo.fi](mailto:etunimi.sukunimi(at)sipoo.fi)