

KOKKOLAN PÄIVÄ- JA TYÖTOIMINTAKESKUS/

PÄIVÄTOIMINTAYKSIKKÖ KOTIPÄÄSKYN

KEVÄÄN 2018 KESTÄVÄT RYHMÄT (8.1-11.6.2018)

**Käsityö- ja askarteluryhmä:** Ryhmä tarjoaa mahdollisuuden harjoitella erilaisia käsityö- ja askartelutaitoja (kuten ompelu, puikoilla neulominen, kankaanpainanta, savityöt sekä koruaskartelu) sekä kehittää ryhmässä olemiseen ja toimimiseen liittyviä taitoja. Osallistujilla on mahdollisuus opetella ohjaajan avustuksella uudenlaisia työtapoja. Ryhmään voidaan ottaa 8 asiakasta. Ryhmä kokoontuu **maanantaisin klo 9.30-11.00**. Asiakkaalta peritään materiaalimaksu hänen käyttäessään Kotipääskyn materiaaleja omien käsitöiden valmistuksessa.

**Monipuolinen liikuntaryhmä:** Ryhmässä kokeillaan monipuolisesti liikunnan eri muotoja niin sisällä kuin ulkona esim. pallopelit, sauvakävely/lenkkeily, lihaskuntoa ja kehonhuoltoa koko kropalle. Osallistujilta ei vaadita aiempaa liikuntataustaa, vaan kiinnostus monipuoliseen liikkumiseen riittää. Ryhmän jälkeen osallistujilla on saunomis – ja peseytymismahdollisuus. Ryhmään voidaan ottaa 8-10 asiakasta. Ryhmä kokoontuu **tiistaisin klo 9.00–10.00**.

**Sählyryhmä:** Ryhmä on suunnattu asiakkaille, jotka ovat kiinnostuneita kohottamaan omaa kuntoaan sählyn pelaamisen merkeissä. Osallistujilta ei edellytetä aiempaa pelikokemusta, vaan kiinnostus sählyä kohtaan riittää. Ryhmän jälkeen pelaajilla on saunomis – ja peseytymismahdollisuus. Ryhmään voidaan ottaa 10 asiakasta. Ryhmä **kokoontuu tiistaisin klo 14.00–15.00**.

**Voi hyvin –ryhmä:** Ryhmä on suunnattu asiakkaille, jotka ovat kiinnostuneita perehtymään terveellisiin elämäntapoihin sekä teoriassa, että käytännössä. Erityistä huomiota kiinnitetään hyvinvointia edistävään liikuntaan ja terveellisiin ruokailutottumuksiin. Tavoitteena on omien elämäntapojen arvioiminen sekä ryhmän antaman tuen turvin niiden muuttaminen yhä paremmin omaa hyvinvointia tukeviksi. Ryhmään voidaan ottaa 6 asiakasta. **Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 9.30-11.00**.

**Työtoimintaryhmä:** Ryhmässä harjoitellaan työssä olemiseen ja työn tekemiseen liittyviä taitoja. Näitä ovat ryhmävuorovaikutustaidot, sekä työtehtävien edellyttämät pitkäjänteisyys, keskittymiskyky ja kädentaidot. Ryhmässä tehdään erilaisia työtehtäviä, esim. puutöitä, ompelutöitä, keittiötöitä ja ATK-tehtäviä. Ryhmässä kahvimaksu (sis. kahvi & leipä) 0,50€.

Ryhmään voidaan ottaa 6-8 asiakasta. Ryhmä kokoontuu Työtoimintayksikkö Tervapajalla **torstaisin klo 13.00-15.00.**

**Avotyön arviointi- ja valmennusjakso:** Avotyökykyisyyttä arvioiva ja avotyöhön valmentava neljän viikon pituinen jakso ja siihen kuuluu 16 ryhmäkertaa (MA-TO ILTAPÄIVISIN). Se on suunnattu mielenterveysasiakkaille, joilla on halua ja tarvetta saada päiviinsä sisältöä tai kartoittaa omia tämänhetkisiä valmiuksiaan ajatellen työelämää tai opiskelua. Avotyön arviointi- ja valmennusjakson aikana käydään teoriassa läpi työelämään, työkykyisyyteen ja työyhteisössä toimimiseen liittyviä asioita. Toiminnallisten menetelmien avulla pyritään kartoittamaan asiakkaan valmiudet erilaisiin työtehtäviin. **HAKEMUKSIA OTETAAN VASTAAN JATKUVAN HAUN PERUSTEELLA!**

### **Neuropsykiatrinen ryhmä (ADHD, Asperger):**

Ryhmän sisältö:

- Kokemusten jakaminen
- Vertaistuki
- Tiedon lisääminen neuropsykiatrisista häiriöistä
- Arjen hallinnan lisääminen
- Uusien ajattelu- ja käyttäytymismallien löytäminen

Ryhmään otetaan vastaan hakemuksia ns. jatkuvan haun periaatteella eli ryhmä aloitetaan kun riittävästi hakemuksia on vastaanotettu. Ryhmään voidaan ottaa 4-6 asiakasta. Ryhmävalinnoissa painotetaan ryhmäläisten yhteensopivuutta mm. ryhmään valittavien asiakkaiden diagnoosin suhteen. Lisätietoja ryhmästä: Neuropsykiatrinen valmentaja, ohjaaja Sinikka Pelttari puh. 040 354 8116 **HAKEMUKSIA OTETAAN VASTAAN JATKUVAN HAUN PERUSTEELLA!**

Lisäksi lukuvuoden 2017–2018 aikana toteutetaan mahdollisuuksien mukaan erilaisia määräaikaista ryhmiä. Ryhmiin liittyviä toiveita otetaan vastaan asiakkailta ja yhteistyötahoilta. Määräaikaista ryhmistä tiedotetaan erikseen. Lisätiedustelut Päivätoimintayksikkö Kotipääskystä.

### **YHTEYSTIEDOT**

Lisätietoja eri ryhmistä sekä toimintakäytännöistä antavat Kokkolan päivä – ja työtoimintakeskuksen ohjaajat.

Puh. 040 534 2611 Kokkolan päivä – ja työtoimintakeskuksen vastaava ohjaaja Minna Peltoniemi

Puh. 040 585 2885 Päivätoimintayksikkö Kotipääskyn ohjaaja Riina Tiala

Puh. 040 354 8116 Sinikka Pelttari, neuropsykiatrinenryhmä

paivajatyotoiminta@kpspy.fi, nimi.sukunimi@kpspy.fi

Keski-Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry/

Kokkolan päivä – ja työtoimintakeskus/

Päivätoimintayksikkö Kotipääsky

Arminkatu 2 67 200 KOKKOLA

HUOM! Esitteen tietoihin voi tulla muutoksia. Tarkemmat tiedot saat päivätoimintayksikkö Kotipääskystä. Esite luettavissa myös sähköisesti osoitteessa [www.kpspy.fi](http://www.kpspy.fi)

**HYVÄ TIETÄÄ:**

Ryhmiin hakeutuminen:

Soite -alueen asukkaat hakeutuvat palveluun lomakkeella, joka löytyy Soiten sivuilta osoitteesta

[http://www.soite.fi/sivu/mielenterveyskuntoutujien\\_asumis\\_ ja\\_tukipalv](http://www.soite.fi/sivu/mielenterveyskuntoutujien_asumis_ ja_tukipalv)

Lomake on sivun oikeassa alareunassa.

Muut kuin Soite -alueen asukkaat hakeutuvat edelleen Työtoimintalinjan palveluihin kyseisen yksikön tai palvelun hakemuslomakkeella, jossa on tarkemmat ohjeet hakeutumisesta. Lisätietoja antavat Päivätoimintayksikön ohjaajat.

Käytännöt ryhmien osalta:

Ryhmien ohjaajina toimivat Kokkolan Päivä – ja työtoimintakeskuksen sekä mahdollisesti myös muiden yksiköiden ohjaajat. Ryhmäläisten odotetaan sitoutuvan ryhmään ilmoitetun keston ajaksi. Ryhmän keskeyttämisestä on sovittava aina erikseen ryhmän ohjaajan ja hoitavan tahon kanssa. Ryhmään saavutaan ajoissa ja poissaoloista ilmoitetaan aina ryhmän ohjaajalle. Yhdistys ei peri päivätoiminnan ryhmätoimintaan osallistujilta käyntimaksua. Joissakin ryhmissä voidaan kuntoutujilta periä materiaalikulut, tästä maininta aina ryhmän kohdalla. Sosiaaliamiehen ajantasaiset yhteistiedot ja muut ajankohtaiset asiat löytyvät Päivätoimintayksikkö Kotipääskyn ilmoitustaululta.