

SIRPAKKA-hanke

STEA-rahoitteisen arjenhallintahankkeen tavoitteena on lisätä Jyvässeudulla asuvien työttömien työnhakijoiden hyvinvointia.

KOHDERYHMÄ: Jyvässeudulla asuvat työttömät

TOIMINTAMUODOT: Yksilö- ja ryhmätapaamiset

Yksilötapaamiset:

Etsitään tietoja esim. sosiaali- palveluista ja työttömyysturvasta sekä tehdään hakemuksia yhdessä hankevastaavan kanssa.

Ryhmätapaamiset:

Kulttuuritarjontaan ja erilaisiin liikuntamuotoihin tutustuminen, kokkikerho, erilaiset teemapäivät ja Green Care (luontoliikunta, palstaviljely, maatilakäynnit).

Tiedotamme tapahtumista ja ajankohdista myös nettisivuillamme sekä sähköpostitse Jyvässeudun Työllistämisyhdistys JST ry:n jäsenille ja yhteystietonsa antaneille. Toiminta on maksutonta.

Tutustu Työttömän selviytymisoppaaseen osoitteessa www.jstry.fi



Lisätietoa hankevastaava Sirpa Niemiseltä
puh. 040 701 1662, sirpa.nieminen@jstry.fi

Ilmoittautumiset tapahtumiin:
sirpakka.assistentti@jstry.fi
tai puh. 040 241 8058

JST RY
Jyvässeudun työllistämisyhdistys
www.jstry.fi

SIRPAKKA-hanke

STEA-rahoitteisen arjenhallintahankkeen tavoitteena on lisätä Jyvässeudulla asuvien työttömien työnhakijoiden hyvinvointia.

KOHDERYHMÄ: Jyvässeudulla asuvat työttömät

TOIMINTAMUODOT: Yksilö- ja ryhmätapaamiset

Yksilötapaamiset:

Etsitään tietoja esim. sosiaali-palveluista ja työttömyysturvasta sekä tehdään hakemuksia yhdessä hankevastaavan kanssa.

Ryhmätapaamiset:

Kulttuuritarjontaan ja erilaisiin liikuntamuotoihin tutustuminen, kokkikerho, erilaiset teemapäivät ja Green Care (luontoliikunta, palstaviljely, maatilakäynnit).

Tiedotamme tapahtumista ja ajankohdista myös nettisivuillamme sekä sähköpostitse Jyvässeudun Työllistämisyhdistys JST ry:n jäsenille ja yhteystietonsa antaneille. Toiminta on maksutonta.

Tutustu Työttömän selviytymisoppaaseen osoitteessa www.jstry.fi



Lisätietoja hankevastaava Sirpa Niemiseltä
puh. 040 701 1662, sirpa.nieminen@jstry.fi

Ilmoittautumiset tapahtumiin:
sirpakka.assistentti@jstry.fi
tai puh. 040 241 8058

JST RY
Jyvässeudun työllistämisyhdistys
www.jstry.fi

SIRPAKAN tapahtumia keväällä 2017:

Uimahalli- ja kuntosalikäyntejä on jatkossa yksi kerta noin joka toinen viikko. Uimahallissa käydään keväällä seuraavina päivinä: ke 3.5. ja to 18.5. Tapaaminen klo 9.40 Aalto-Alvarin aulassa. Ennakkoilmoittautumista ei tarvita, mutta olethan ajoissa paikalla. Voit mennä joko salille tai uimaan tai molempiin.

Järjestämme ohjattuja liikuntatuokioita yhteistyössä Jamkin fysioterapeuttiopiskelijoiden kanssa. Liikuntaryhmät pidetään Jamkin Rajakadun kampuksella (Rajakatu 35). Voit ilmoittautua mukaan kaikille tai vain osalle ryhmäkerroista. Ryhmissä on hyvin tilaa ja voit ilmoittautua edelleen.

To 4.5 klo 11 – 13 Taitorata + liikkuvuus

Ma 8.5 klo 13 – 14 Keppijumppa

To 11.5 klo 11 – 13 Temppurata + rentoutus

Ota rohkeasti yhteyttä!

SIRPAKAN tapahtumia keväällä 2017:

Uimahalli- ja kuntosalikäyntejä on jatkossa yksi kerta noin joka toinen viikko. Uimahallissa käydään keväällä seuraavina päivinä: ke 3.5. ja to 18.5. Tapaaminen klo 9.40 Aalto-Alvarin aulassa. Ennakkoilmoittautumista ei tarvita, mutta olethan ajoissa paikalla. Voit mennä joko salille tai uimaan tai molempiin.

Järjestämme ohjattuja liikuntatuokioita yhteistyössä Jamkin fysioterapeuttiopiskelijoiden kanssa. Liikuntaryhmät pidetään Jamkin Rajakadun kampuksella (Rajakatu 35). Voit ilmoittautua mukaan kaikille tai vain osalle ryhmäkerroista. Ryhmissä on hyvin tilaa ja voit ilmoittautua edelleen.

To 4.5 klo 11 – 13 Taitorata + liikkuvuus

Ma 8.5 klo 13 – 14 Keppijumppa

To 11.5 klo 11 – 13 Temppurata + rentoutus

Ota rohkeasti yhteyttä!