



## SYYSTERVEISET NEUVOKKAASTA!

### Ajankohtaista

#### **Vapaaehtoisten kuukausi-info ti 10.9. klo 17.00–18.00**

Haluatko oppia lisää muistisairauksista tai auttaa arjessasi muistisairaita ihmisiä? Muistisairaudet koskettavat meitä kaikkia ja me kaikki voimme olla arkipäivän hyväntekijöitä - muistikummeja. Aihe sopii kaikille muistisairauksista ja muistisairaiden ihmisten arjesta kiinnostuneille elämäntilanteesta riippumatta. Tuokiossa tuleva muistikummi oppii ja oivaltaa muistisairauksista viisi tärkeää asiaa. Tämän jälkeen muistikummi voi helposti tehdä itselleen sopivia muististävällisiä tekoja. Tilaisuuden toteuttaa Lapin Muistiyhdistys ry.

#### **Muutoksia kauppojen lahjoittamien tuotteiden jakeluun 2.9.2024 alkaen:**

Maanantaisin kauppojen lahjoittamia tuotteita jaetaan klo 14 alkaen, keskiviikon ja perjantain aamujakelujen aikataulut pysyvät ennallaan.

#### **Muutoksia Uuden Rovaniemen lehti-ilmoitteluissa!**

Ilmoitamme kohtauspaikkojen kokoontumiset kerran kuukaudessa aina kuun alussa Uusi Rovaniemi -lehdessä. Kohtauspaikkojen vetäjät: muistattehan ilmoittaa mahdollisista muutoksista hyvissä ajoin, jotta ne ehtivät lehteen!

### Tulevia koulutuksia

#### **Info hyvinvointilähete -toiminnasta ti 24.9. klo 13.00-13.45**

Hyvinvointilähete on toimintamalli ihmisen tukemiseksi yhteisöllisin keinoin. Lähetteen saajalle lähdetään tuetusti etsimään hänen toiveittensa mukaista mielekästä tekemistä ja sisältöä elämään mm. järjestöjen, kaupungin liikunta- ja kulttuuripalveluiden, seurakunnan, ym. harrasteryhmien tarjoamista kerho-, vertaistuki- ja harrastustoiminnoista. Tarve hyvinvointiläheteelle voi syntyä esim. yksinäisyydestä, elämäntilanteen muutoksista mm. leskeydestä, sairastumisesta, muutosta uudelle paikkakunnalle tai eläköitymisestä. Lisätietoja hyvinvointiläheteestä: <https://hyvinvointilahete.fi/>. Tilaisuuteen ei tarvitse ilmoittautua. Info järjestetään Neuvokkaassa, kokoustila Väärtissä. Infon pitää hyvinvointilähetekoordinaattori Liisa Väänänen.

#### **Vapaaehtoistoiminnan peruskurssi lokakuussa**

Vinkkaa kurssista tuttavallasi ja houkuttele hänet mukavaan toimintaan vapaaehtoistoiminnan pariin. Kurssi on kolmipäiväinen. Kurssipäivät ja -ajat ovat seuraavat: pe 4.10. klo 16–19, la 5.10. klo 9–14 ja to 10.10. klo 16–19. Kaikki vapaaehtoistoiminnasta

kiinnostuneet haastatellaan ennen koulutuksen alkamista. Ilmoittautumiset ke 25.9. mennessä p. 016 356 0337. Myös kevään ja kesän aikana liittyneet vapaaehtoiset ovat tervetulleita perehtymään kurssille, soita ja kysy lisää!

### **Ennakkotieto luennosta “Surun kohtaaminen” lokakuussa**

Lokakuussa 17.10. klo 16.30 saamme vieraaksi sairaalapappi Sanna Kierivaaran, joka luennoi aiheesta surun kohtaaminen. Ilmoittautumisohjeet lokakuun infokirjeessä.

## **Tulevia vapaaehtoistehtäviä**

### **Walk in Talk -toimintaan tarvitaan muutamia vapaaehtoisia lisää syyskaudelle**

Walk in Talk -toiminta on 12–29-vuotiaille nuorille suunnattua matalankynnyksen maksutonta keskusteluapua. Keskustelu ei ole terapiaa, tehtävässä toimimiseen riittää halu toimia nuorten kanssa ja kyky keskustella nuorten kanssa asioista ja ongelmista. Toimintaa toteutetaan yhteistyössä Rovaniemen seurakunnan nuorisotyöntekijöiden kanssa. Walk in Talk -päivystys Redun toimipisteessä Jokiväylällä maanantaisin klo 10.30–12.30. Jos toiminta nuorten parissa kiinnostaa, pirauta Maaritille, p. 040 860 4645.

## **Varainhankintaan liittyvää vapaaehtoistoimintaa**

### **Lahjojen paketointi K-Citymarketin aulassa joulun alla**

Jos olet kiinnostunut osallistumaan lahjojen paketointiin, vastaa tästä linkistä löytyvään lyhyeen kyselyyn viimeistään to 5.9.: <https://forms.gle/rJ3G9jqmfD4Y2hXj9>

### **Arpajaispalkinnot**

Järjestämme syyskaudella kolmet arpajaiset ja otamme mielellämme vastaan arpajaispalkinnoiksi sopivia tuotteita. Tuotteiden tulee olla käyttämättömiä.

### **Askartelutalkoot**

Kokoonnumme syyskaudella tekemään yhdessä tuotteita joulumyyjäisiin. Jos kiinnostuit, laita sähköpostia Helille.

### **Farkkuja ja käpyjä otetaan vastaan**

Askartelutalkoisiin tarvitsemme edelleen materiaaliksi käpyjä. Kiitos teille, jotka olette niitä jo tuoneet. Otamme vastaan myös puhtaita farkkuja. Toiveena on, että farkkukangas ei olisi joustavaa, koska joustavaa farkkukangasta on haastavampi ommella.

## **Tulevia virkistystapahtumia**

### **Kaikille vapaaehtoisille avoimet laulajien ja soittajien yhteisharjoitukset**

Tervetuloa mukaan hyvän tuulisiin laulu- ja soittoharjoituksiin vapaaehtoisten kesken. Kokoontuminen klo 16 Rovaniemen Kansalaistalolla seuraavina lauantapäivinä: 31.8., 28.9., 12.10., 26.10., 16.11., 30.11. ja 14.12.2024.

### **Kreikan makuja -ruokakurssi ke 11.9. klo 9-12 – vielä on vapaita paikkoja!**

Lapin Marttojen järjestämä ruokakurssi heidän tiloissaan, os, Rovakatu 13. Kreikkalaisessa keittiössä maistuvat Välimeren parhaat maut: runsaasti kasviksia, aromikkaita yrttejä, juustoja ja tietenkin oliiviöljyä. Ruuat tehdään ja nautitaan yhdessä. Järjestämme yhden

kurssin ke 11.9. klo 9-12. Max. osallistujamäärä 10 hlöä. Kysy vapaita paikkoja Maariltta p. 040 860 4645. Kurssin omavastuu 20 €.

## Kaikille avoimia ryhmälähtöjä kulttuurikohteisiin syys-lokakuussa

Järjestämme maksuttomia ja kaikille avoimia ryhmälähtöjä kulttuurikohteisiin syyskaudella. Ryhmien mukana kohteisiin tutustumassa Neuvokkaan vapaaehtoisia kulttuurikavereita. Ilmoittautuminen ryhmälähdöille p. 0400 514 510. Tervetuloa!

### **Sahanperän savotta la 7.9. klo 10 Lapin metsämuseolla, os. Metsämuseontie 7.**

Metsästä elämyksiä! Lähdetään tutustumaan metsien historiaan. Maksuton bussikuljetus keskustasta, osallistujat saavat tarkemmat tiedot kuljetuksesta lähempänä tapahtumaa. Enintään 10 henkilöä. Ilmoittaudu 4.9 mennessä.

### **Kulissikierros Rovaniemen teatteriin ma 9.9. klo 14 Rovaniemen teatterilla**

Kulissikierroksella Rovaniemen teatterilla (os. Jorma Eton tie 8) perehdytään mm. teatterin ammatteihin ja esitysten valmistamiseen, näyttämötekniikkaan, puvustoon ja verstaaseen. Tapaaminen Lappia-talon aulassa klo 13.45. Kierroksen kesto n. tunti. Ilmoittaudu 5.9. mennessä.

### **+ 65 Disko ti 8.10. klo 14–16 Rovaniemen teatterilla, os. Jorma Eton tie 8**

Lähdetään yhdessä kokeneemmalle väelle suunnattuun päivädiskoon! Teatterin ravintola palvelee omakustanteisesti. Tapaaminen teatterin aulassa klo 13.30. Enintään 15 hlöä. Ilmoittaudu 1.10. mennessä.

## Kaikille avoimia tapahtumia

### **Syyskauden avajaiset Kansalaistalolla ti 3.9. klo 11–14**

Ohjelmassa musiikkia ja mahdollisuus tutustua toimintaan, tukeen ja tapahtumiin. Tarjoamme kävijöille lounaan soppatykistä ja kahvit 200:lle ensimmäiselle. Mukana myös Lapin Sydänpiiri ja Monikulttuurikeskus MoniNet, joka järjestää avajaisohjelmaa Kansalaistalon toisessa kerroksessa.

### **Kati Kanto ja Tiina Qvist esiintyvät tuvalla to 5.9. klo 11.00-12.00**

Tervetuloa kuuntelemaan musiikkia ja runoja Rovaniemen Kansalaistalolle. Kati Kanto ja Tiina Qvist esittävät runoja, kansanlauluja ja ikivihreitä.

### **Arktinen kaupunki kuvina -valokuvaustyöpaja pe 6.9. klo 17.00-19.00**

Työpajassa pääset sukeltamaan kaupunki- ja katuvalokuvauksen maailmaan. Aluksi johdanto, jossa käsitellään kaupunki- ja katuvalokuvausta eri näkökulmista monipuolisten esimerkkien kautta. Tämän jälkeen kuvakävely ulkona tehtävien avulla. Työpajan lopuksi katsotaan yhdessä otettuja kuvia. Tule inspiroitumaan ja kehittämään valokuvaustaitojasi. Työpajan ohjaa valokuvaaja Nina Kostamo Deschamps. Mukaan mahtuu 20 henkilöä. Ilmoittautumiset: studio67north@gmail.com. Kaikentasoiset kuvaajat ovat tervetulleita! Tapahtuma on maksuton. Paikka: Rovaniemen Kansalaistalo, kokoustila Väarti.

### **Yhteislaulutilaisuus Laulunlyömät Kansalaistalolla**

Yhteislaulua elävän musiikin tahdittamana Kansalaistalolle keskiviikkoisin klo 16.15–17.45. Musiikista vastaavat Neuvokkaan ohjelmarenkaan vapaaehtoiset.

## **Karaokeperjantait Kansalaistalolla – syyskauden aloitus pe 30.8. klo 14.00–16.00**

Tule laulamaan karaokea rennossa tunnelmassa! Kokoontumiset perjantaisin 30.8., 13.9., 27.9., 11.10., 25.10., 8.11., 22.11. ja 13.12.2024.

## **Äimän käkenä 2 -ryhmä – kolme paikkaa vapaana!**

Oletko sivutoiminen kielipoliisi, joka korjaa kirjoitusvirheet muropaketin kyljestä? Vai tuntuvatko pilkkusäännöt ja puolipisteen syvin olemus korkeamman tason matematiikalta? Osallistujan tulee hankkia omakustanteisesti Äimän käkenä 2-kirja. Kokoontumiset klo 13.00-14.30 seuraavina päivinä: 17.9., 24.9., 1.10., 8.10., 15.10. ja 22.10. Max. 10 hlöä. Ilmoittautuminen p. 0400 514 510. Ryhmää ohjaa vapaaehtoisemme Tuula Saraniemi.

*Terveisin Neuvokkaan tiimi*