



Uutiskirje

1/2021

Paas poiketen -perjantait, ehdit vielä mukaan!

Paas poiketen -perjantaitapaamisista saa osallistujien mukaan uutta virtaa, jakaa kokemuksia, purkaa mieltä painavia asioita ja yleensäkin tavata toisia uudessa ympäristössä, verkossa.

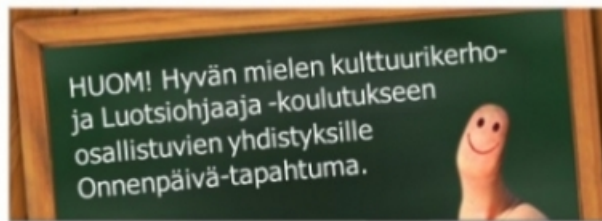


Tapaamiset ovat vahvistaneet osallistujien mielen hyvinvointia ja vähentäneet ennakkoluuloja nettiä kohtaan. Osallistujat ovat löytäneet uusia ja innostavia toimintatapoja sekä materiaaleja yhdistyksen toimintaan. Koronasta huolimatta voi olla yhteydessä toisiin, harrastaa kulttuuria, edistää omaa hyvinvointia ja olla aktiivinen.

Paas poiketen perjantain -verkkotapaamisia on helmikuun 2021 loppuun saakka ja tarvittaessa pidempään.

[Tutustu aiheisiin ja ilmoittaudu mukaan](#)

Osallisuutta ja yhteisöllisyyttä Elinvoimaa-koulutuksista 2021!



Koulutuksistamme löydät myös tänä vuonna, niin omaa ja läheisten mielen hyvinvointia vahvistavaa, kuin ryhmille tarkoitettuja sekä vapaaehtoisten jaksamista tukevaa koulutusta. Elinvoimaa-koulutukset on tarkoitettu kaikille ikääntyville ja ovat osallistujille maksuttomia.

Tietoa koulutuksistamme saa välittää jäsenistölle tai kavereille.

[Lue lisää koulutuksista ja ilmoittaudu mukaan](#)

[Tulosta Elinvoimaa-koulutusessite täältä](#)

Materiaalia mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen

Elinvoimaa-materiaalit tukevat mielen hyvinvointia sekä erilaisten ryhmien toimintaa. Ne helpottaa toinen toisiinsa tutustumista, toiminnan suunnittelua ja lisäävät mielen hyvinvoinnista käytävää keskustelua. Ne sopivat niin pareittain kuin eri kokoisissa ryhmissä käytettäväksi.



[Lue lisää ja tilaa käyttöösi](#)

Elinvoimaa-toiminta on tarkoitettu kaikille ikääntyville



Elinvoimaa -toimintaa on viety EKL:ssä eteenpäin kohta yhdeksän vuoden ajan. Rahoittajan ehdotus on, että jatkamme myös tänä vuonna. Avustuksen vahvistaa Sosiaali- ja terveysministeriö vuoden 2021 alussa. Tutustu toimintaan alla olevista linkeistä!

Mitä elinvoimaa tarjoaa ikääntyville?

Kulttuurinen -
toiminta

Elinvoimaa materiaalia ja menetelmiä

Hyvällä mielellä läpi elämän

Tämä Uutiskirje on lähetetty seuraaville henkilöille:

Yhdistysten puheenjohtajille, varapuheenjohtajille, sihteereille, opintovastaaville, taloudenhoitajille, jäsenasioiden hoitajille, tiedottajille, kerho-ohjaajille ja liikuntavastaaville, Elinvoimaa-vertaisohjaajille sekä Elinvoimaa-koulutuksiin aikaisemmin osallistuneille ja EKL:n työntekijöille.

Lisätietoa:

Anu Kuikka puh. 050 911 3247 tai anu.kuikka@ekl.fi
Janne Lahtia puh. 050 576 6918 tai janne.lahtia@ekl.fi
www.ekl.fi/jasenille/elinvoimaa

Osoitelähde: Asiakasrekisteri, uutiskirjeen tilaajat. [Tietosuojaseloste](#)
Jos et halua meiltä enempää postia, [poistu](#) postituslistalta.