|  |
| --- |
|  |
| Kesäkuu 2018 Uutiskirje |
|  |

RUORI 2 – uutta suuntaa terveyteen, työ- ja toimintakykyyn



Tulevia tapahtumia

syyskuu 11

Maahanmuuttajanaisten turvallisuuspäivä Salo, klo 12.00 -16.00

syksyllä tulossa

Vertaisvalmennusryhmät alkavat taas Turussa, Salossa ja Raisiossa

loka-marraskuussa

Teemapäiviä eri aiheista

Seuraa ilmoittelua somessa ja netissä

Seuraavassa uutiskirjeessä tarkemmin

***Hyvää kesää ja kiitos yhteistyöstä!***

|  |
| --- |
|  |
| Tärkeää **TERVETULOA MUKAAN UUDET KIINNOSTUNEET VAPAAEHTOISET**Tämä toiminta liittyy ESR-rahoitteiseen RUORI2-hankkeeseen, jonka kohderyhmänä ovat yli 30-vuotiaat työttömät ja työelämän ulkopuolella olevat.**ANNA VIESTIN KULKEA JA KERRO KAVERILLE!** |

Turun ammattikorkeakoulu Oy, www.turkuamk.fi/ruori2

  

|  |
| --- |
|  |
| Hyvä lukija,RUORI 2-hanke on pyörinyt aktiivisesti kevään ajan. Vertaisvalmennusryhmät ovat toimineet ahkerasti ja ensimmäiset saivat todistuksensa maaliskuussa ja toukokuussa. Työttömien yhdistyksiä on kolme mukana; Turun Seudun TST ry, Salon alueen Työttömät ry ja Varissuon Työ ja Toiminta ry. Toimintaa on toteutettu lisäksi Raision kaupungin kanssa.Vertaisvalmentajien valmennusohjelma on saanut sisältönsä:Hyvällä mielellä, Arjen hallinta, Aktiivisuus – pidä huolta itsestäsi ja Vapaaehtoistyö ja oma jaksaminen vapaaehtoistyössä. Pienryhmiä on toteutettu teemoilla: Arjen ensiapu, Voimaannuttava valokuva ja Hyvää ja terveellistä. Lisäksi on käyty ulkoilemassa, keilaamassa, uimassa ja pyritty pitämään huolta kunnosta.Kesäterveisin Ritva, Johanna ja Irmeli |
|  |

RUORI 2 -hanke pohjautuu vuonna 2016 tehtyyn kartoitukseen ja toteuttaa työttömien haastatteluissa ja työpajoissa esille tulleita ideoita ja toiveita. Työttömät kokivat, että tarvitaan kannustajaa ja motivoijaa, jonka kanssa on helpompi aktivoitua oman hyvinvointinsa edistämisessä.
Hankkeessa valmennetaan työttömiä vertaisvalmentajiksi ja kimppakavereiksi työttömien terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Tavoitteena on työttömien osallisuuden, sekä elämänhallinnan parantaminen.