



Avoim Paja
INSPIIS

KESÄ-ELOKUJ 2019 - Inspis kiinni 15.-26.7.2019



Avoim Paja INSPIIS

Avoim Paja Inspis

on kaikille 18 vuotta täyttäneille avoin matalan kynnyksen mielekkään tekemisen keskus. Toimintamme on tarkoitettu sinulle, joka koet hyötyväsi mielen hyvinvointia ja osallisuutta sekä arjen kansalaistaitoja ja toimintakykyä vahvistavasta päivä- ja ryhmätoiminnasta.

Inspiksessä sinun ei tarvitse sitoutua tiettyihin ryhmiin tai toimintoihin. Voit vapaasti päivittäin valita itsellesi sopivan toiminnan tai vain tulla viettämään aikaa muiden seurassa.



M|ELEN

Osallistuminen Inspiksen toimintaan on maksutonta. Retkissä tai materiaaleissa voi joskus olla pieni oma-vastuuosuus, joista ilmoitamme etukäteen.



Meillä saat

- päivittäin osallistua omiin tai yhteisiin projekteihin kädentaitopajoilla (tekstiili-, puu- taide- ja askartelupajat)
- lähteä retkille lähiympäristön kohteisiin
- ottaa osaa lyhytkestoisiin työpajoihin. Näistä ilmoitamme erikseen kotisivuilla, facebookissa ja Inspiksellä
- osallistua arkisiin askareisiin kuten kaupassa käyntiin, siivous- ja järjestelytöihin
- harjoitella ryhmänohjausta tuetusti
- nauttia aamupalan
- tutustua uusiin ihmisiin
- mahdollisuuden osallistua esim. elämänhallintaa ja kansalaistaitoja käsitteleviin luentoihin ja ryhmiin
- olla mukana suunnittelemassa ja päättämässä Avoin Paja Inspiksen toiminnasta
- opastusta ja apua nettiasioinnissa ja netinkäytössä

Voit vain ilmaantua paikalle ja tulla mukaan, lähetettä tai muuta ei tarvita. Halutessasi voit tulla tutustumaan avoimelle infokierrokselle keskiviikkoisin klo 13 tai sopia henkilökohtaisen tapaamisen puhelimitse tai sähköpostilla.



Avoin Paja
INSPIS

**Kesän retket ja työpajat löydät
viikko-ohjelmasta**

	MAANANTAI	TIISTAI
9.00 - 9.30	Hetki aamupalalle ja Inspikselle	Hetki aamupalalle ja Inspikselle
9.30 - 11.30	Leivontaryhmä kerran kuussa 24.6., 29.7. ja 26.8.	Helposti puusta
11.30 - 12.30	Luova tauko ja hetki ruokailuun	Luova tauko ja hetki ruokailuun
12.30 - 14.00 - 15.00	Kirjallisuuspiiri	Tuumaustalkoot: Tiedotusta ja yhteisen toiminnan suunnittelua.
Avoinna	9 – 15	9 – 15

JOKA PÄIVÄ
tekstiili-, puu-,
askartelu- ja taidepajat!

KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
Hetki aamupalalle ja Inspikselle	Hetki aamupalalle ja Inspikselle	Hetki aamupalalle ja Inspikselle
Langan viemää: Virkkausta ja neulontaa myös aloittelijoille	Ompelukone tutuksi: Pyörällä päästään: Polkupyörän huoltoa koko päivän	Ruokaryhmä kerran kuussa 14.6., 12.7. ja 16.8. ilmoittautuminen* Tehdään yhdessä ruokaa. Omavastuu 2 euroa.
Luova tauko ja hetki ruokailuun	Luova tauko ja hetki ruokailuun	Luova tauko ja hetki ruokailuun
Hyvinvointia luovuudesta	Luontohetki	Rentoilua: Pelaillaan lautapelejä tai katsellaan elokuvia yhdessä.
9 – 15	9 – 15	9 – 14

*Ilmoittautuminen Inspiksellä torstaihin mennessä



Avoim Paja INSPIIS

Yhteystiedot

Sumeliuksenkatu 18 A
-1 kerros
33100 Tampere

Raina Jokinen

Vastaava ohjaaja

050 408 7025

raina.jokinen@mielen.fi



Juha Hannukainen

Ohjaaja

050 351 6886

juha.hannukainen@mielen.fi

Pentti Mettinen

Ohjaaja

050 309 7120

pentti.miettinen@mielen.fi

Mirka Vuorensivu

Ohjaaja

050 575 3619

mirka.vuorensivu@mielen.fi



Satu Huhtala

Ohjaaja

050 590 4392

satu.huhtala@mielen.fi



Sanna Yli-Hukkala

Ohjaaja

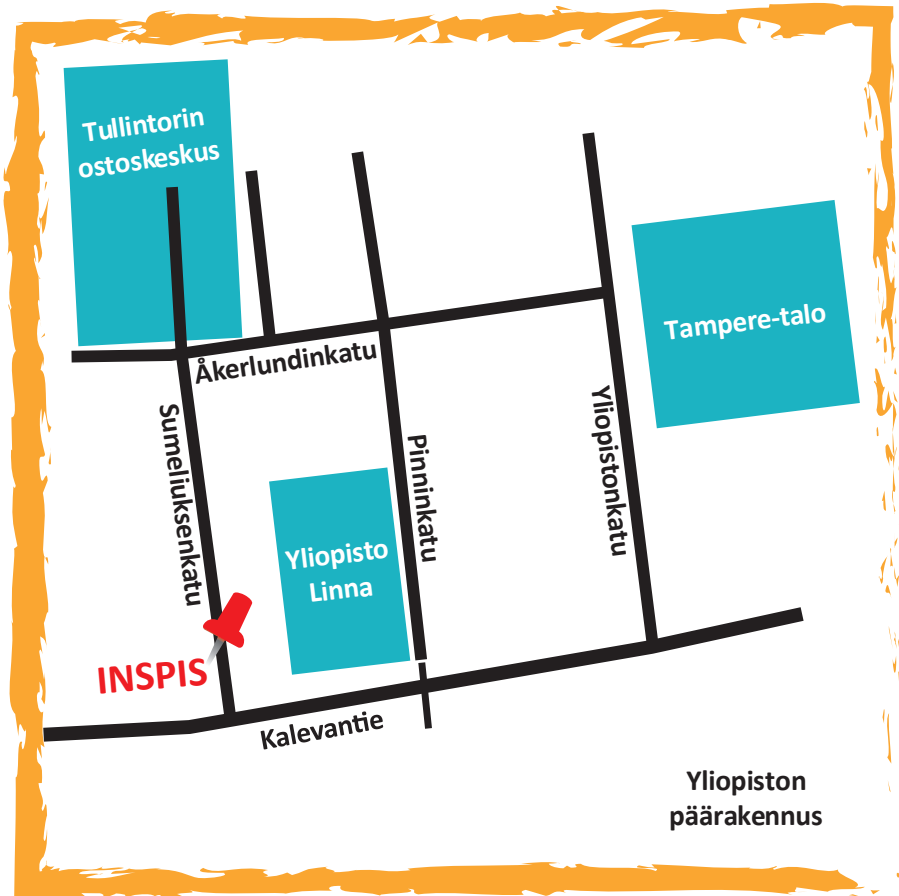
050 434 3028

sanna.yli-hukkala@mielen.fi

Aukioloajat

Ma - To 9-15, Pe 9-14

Inspis kiinni 15.-26.7.2019



Katso lisää
viikko-ohjemat ym.



Avoin Paja
Inspis

www.mielen.fi




Avoim Paja
INSPIS
Sumeliuksenkatu 18 A, -1. krs
33100 Tampere

Toimintaa tukevat



TAMPERE