

Läkkäille suunnattu kokemusasiantuntijaryhmä arjen hyvinvoinnista

Hei, yli 75-vuotias eteläsavolainen! Tule mukaan iäkkäistä koostuvaan kokemusasiantuntijaryhmään jakamaan kokemuksia, mielipiteitä ja ideoita arjen hyvinvoinnista.

Ikäinstituutin Hyvän arjen avaimet -hankkeessa (2026–2028) kehitetään hyvinvointia tukevaa ryhmätoimintaa kotona asuville yli 75-vuotiaille, joiden toimintakyky ja osallisuus ovat heikentyneet. Toimimme yhteistyössä Etelä-Savon hyvinvointialueen, kuntien ja muiden toimijoiden kanssa.

Läkkäistä koostuva kokemusasiantuntijaryhmä pääsee vaikuttamaan siihen, minkälaisia sisältöjä Hyvän arjen avaimet -ryhmätoiminnassa tuotetaan. Meille on tärkeää, että iäkkäiden ääni kuuluu hankkeessa, joten toivomme osallistujia erilaisista taustoista ja eri kunnista. Tule sellaisena kuin olet!

Asiantuntijaryhmä kokoontuu arviolta 4 kertaa vuodessa. Kokoonnumme Teams-videopuheluiden avulla, mutta myös yksittäiset lähetapaamiset ovat mahdollisia, jos osallistujat näin toivovat. Tapaamiset sisältävät rentoa keskustelua ja yhdessä ideointia. Pääset tutustumaan uusiin ihmisiin ja tekemään tärkeää vaikuttamistyötä. Toivomme, että keskustelut tarjoavat ideoita myös oman tai läheisesi hyvinvoinnin tukemiseksi.

Mitä toivomme sinulta?

- Vähintään 75 vuoden ikää
- Asut Etelä-Savon alueella
- Mahdollisuutta Microsoft Teamsin käyttöön (ohjeistamme tarvittaessa alkuun!)
- Kiinnostusta mielen hyvinvoinnin ja liikkumisen edistämiseen

Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

Hyvän arjen avaimet -hankkeen asiantuntija Anna Heino, anna.heino@ikainstituutti.fi tai puh. 040 668 3564.

