

## **Hilman Iloa Arkeen -toiminta**

### **Maanantai**

10-12 Kässäkerho (26.1., 9.2., 23.2.) Yhteistyössä EL Vehkalahti.

10-12 Kaikille avoin digiopastus

12-14 K60 Sateenkaaripaja 9.2 alkaen. Ryhmässä toteutetaan osallistujien suunnittelemaa toimintaa. Suunnattu 60+-ikäisille sateenkaari-ihmisille ja heidän läheisilleen.

16:30-19 Ompeluseura (26.1., 9.2., 23.2.)

### **Tiistai**

**Kevään uutuutena helmikuussa käynnistyvät Hilman teematiistait!** Luvassa on infoja, tietoisuuksia, askartelua ja yhteistoimintaa. Voit esittää sisältötoiveita!

Toimintaa on tarjolla klo 12-13:30:

3.2. Pelataan Bingoa

10.2. Tietoa kodin paloturvallisuudesta – Jouni Kärkkäinen, turvallisuuskoordinaattori, Kymen HVA

17.2. Välipalasta voimaa arkeen – Hilman opiskelijat

24.2. Askarrellaan huovutuskukkia – yhteistyössä Haminan kaupunki

### **Keskiviikko**

13-15 Hilman pojat – miesten ryhmätoimintaa vertaisohjauksella.

16:30-19 Juttutupa – maahanmuuttajien ja suomalaisten kohtaamispaikka. Yhteistyössä SPR Haminan osasto.

### **Torstai**

8-12 Taidekahvila

13-15 Tarinat talteen – K60 kulttuuripajan ryhmä käynnistyy 12.2. Ryhmässä muistellaan, kirjoitetaan ja jaetaan omia tarinoita. Ryhmä on suunnattu kymenlaaksolaisille senioreille.

13-14:30 Muistikahvila kokoontuu 5.2. Voit tavata muita, jutella muistiasioista ja virkistää muistia pienten tehtävien avulla.

15-16:30 Avoin vertaistapaaminen muistisairaiden läheisille kokoontuu 5.2. Yhteistyössä Kymenlaakson Muistiluotsi.

18:30-20 Sateenkaarikahvila kokoontuu 12.2.

### **Perjantai**

10-11 Hilman liikuntahetki. Ulkoilua hyvässä seurassa!

### **Lauantai**

12-14 Kielikerho. Kielikerhossa pääset opettelemaan arkielämän suomen kieltä. Yhteistyössä SPR Haminan osasto.