

Oma väylä -
kuntoutuksen
ryhmätapaaminen

SOPPAA & SAPUSKAA

Tässä porukassa keskitytään ruuanlaittoon liittyviin asioihin. Tavoitteena on saada lisätaitoja sekä -varmuutta arjen ruokarumban pyörittämiseen.

Porukassa

- pohditaan, mitä asioita ja tekemisen osavaiheita ruuanlaittoon liittyy
- tunnistetaan omia haasteita ja vahvuuksia
- etsitään yhdessä edullisia reseptejä
- ideoidaan matalan kynnyksen ruokailuja sekä
- toteutetaan kokkaamista välitehtävien myötä kotona.

"SOPPAA&SAPUSKAA" kokoontuu tutussa toimitilassa (Erkkilänkatu 11 A, 3. krs), mutta voit osallistua ryhmään myös etäyhteyden välityksellä. Voit osallistua vain yhteenkin tapaamiseen. Kerro viestissä nimesi, ryhmän nimi sekä se, tuletko paikan päälle vai osallistutko etänä Teamsin välityksellä.

Ilmoittaudu viestillä (WhatsApp/tekstari) viimeistään edellisenä päivänä 041 317 2466 (Hanna).

Kokoontumiset:

KE 3.8. klo 16-17.30

KE 10.8. klo 16-17.30

KE 17.8 klo 16-17.30

