

Virkee vapaaehtoisuus yli 60-vuotiaille naisille ja miehille – Marttakeskus

Virkee vapaaehtoisuus on yli 60-vuotiaille tarkoitettu koulutus, jossa perehdytään vapaaehtoisen rooliin ja vastuisiin (1.päivä). Koulutuksen aikana käsitellään myös ikäihmisen hyvinvointia ja toimintakykyä tukevaa ravitsemusta. Toisen päivän aikana valmistetaan maukas ateria, mikä nautitaan yhdessä. Koulutuksen jälkeen vapaaehtoiset voivat olla mukana Virkee-hankkeen toiminnassa, mm. apukäsinä ruokakursseilla ja muussa ryhmätoiminnassa tai tapahtumissa. Vapaaehtoinen saa hyvän tietopaketin vapaaehtoisena toimimisesta myös muualla. Maksuton. Max 10 hlöä.

1. päivä ma 5.10.2020 klo 10-12 Marttakeskuksella
2. päivä ke 14.10.2020 klo 10-13 Marttakeskuksella

Ensimmäisen päivän aikana tarjotaan väliaikatarjoilua.

Toisen päivän aikana nautitaan yhdessä tehty ateria.

Ilmoittautuminen etukäteen marttojen tapahtumakalenterin kautta.

<https://www.martat.fi/pohjois-karjala/tapahtuma/virkeet-keittiossa-ruokakurssi-yli-60-v-miehille-marttakeskus/?post-id=144669>



Ilmoittaudu mukaan 😊