

Eväitä elämän reppuun -ulkoilmatapahtuma

Lauantaina 24.9.2011 klo 10 - 15

Lapin Urheiluopiston uuden jalkapallokentän lähialueella

Päivän ohjelma:

Toimintarasteja:

Asumisen kartta ja polku-rasti:

Pysähdytään pohtimaan erityistä tukea tarvitsevan henkilön asumiin liittyviä kysymyksiä ja ratkaisumalleja hauskan asumisen polun muodossa.

Tilapäishoito

Erityisperheiden jaksamista tukee mahdollisuus käyttää halutessaan tilapäishoitoa. Tule kuulemaan, mitä se tarkoittaa ja miten se olisi toteutettavissa, sekä samalla tutustumaan tarjolla olevaan palveluun Rovaseudulla.

Henkilökohtainen apu ja oman tahdon toteutuminen:

Rastilla tutustutaan ja pohditaan millaisia hyviä käytäntöjä olisi löydettävissä erityistä tukea tarvitsevan henkilön oman tahdon toteutumiseen parhaiten. Tutustutaan erilaisiin tapausesimerkkeihin henkilökohtaisen avun hakemisesta. Lisäksi keskustellaan tasa-arvoisen arjen toteutumisesta, sekä kaikkien oikeuksista ja mahdollisuuksista itsenäiseen elämään.

Vertaiskahvila

Tervetuloa kaikki osallistujat tutustumaan ja pistäytymään Erityisten Omaisten ry:n toimintaan tapahtuman aikana. Vertaiskahvilassa mm. vertaistoiminnan esittelypöytä, jossa on esillä paikallisten vertaistoimintaa järjestävien toimijoiden esitteitä sekä mahdollisuus keskustella vertaistoiminnasta.

Toimintavälineet

Apuvälinevuokraamot Malike ja Solia esittelevät vuokraväline toimintaa. Paikanpäällä pääsee myös kokeilemaan eri välineiden toimivuutta maastossa.

Liikuntarasteja:

- Löydä rasteja! OH:n suunnistusjaosto pitää suunnistusrastia. Lähialueelle on tehty pienimuotoinen suunnistusrata ja paikalla voi kokeilla matkan arviointia.
- Osutko maaliin? Kokeile frisbeegolfia liikunnanohjaajien johdolla.
- Jumpaten vetreäksi! Tasatunnein 15 minuutin yhteisjumppaa.
- Testaa taitosi!

Osallistu olympialaisiin mitkä vaatii tarkkuutta, keskittymistä ja hieman taitoaikin.

- Miten sauvakävelet oikein?

Liikunnanohjaajat antavat vinkkejä sauvakävelyn tekniikkaan ja johdattavat pienelle lenkille.

Tapahtumaan ovat tervetulleita kaikki Rovaniemen lähialueen erityisyhdistysten väki vauvasta vaariin.

Luonnon helmassa jaetaan tietoa, kokeillaan erilaisia apuvälineitä ja uusia liikuntalajeja, tutustutaan uusiin ihmisiin ja nautitaan syksyisestä luonnosta.

Liikunta- ja toiminta-aktiviteetit on suunniteltu, niin että kaikille ikään ja kuntoon katsomatta riittää tekemistä ja kokemista. Tapahtumassa on käytettävissä liikkumisen tukena erilaisia toimintavälineitä, jotka mahdollistavat tapahtumassa liikkumisen myös vaikeavammaisille henkilöille. Toimintavälineitä löytyy niin lapsille kuin aikuisillekin.

Ilmoittautumiset yhdistyksittäin 19.9. mennessä **katriina.merkkiniemi@rovaniemi.fi**

Oleskelemme ulkona koko tapahtuman ajan, joten pukeutuminen sään mukaan.



Tapahtuma on maksuton!
Paikalla on kahvi- ja makkaratarjoilu.