

# Mies, tule kahville ja suunnittelemaan paikallista Kunnan ukko -toimintaa!



Kunnan kaveri -toiminta edistää yli 65-vuotiaiden Pikku Huopalahden ja sen lähialueiden miesten aktiivista toimintaa. Monipuolinen ryhmätoiminta pitää sisällään tapaamisia, joissa osallistujien hyvinvointia kohennetaan kokonaisvaltaisesti. Tarkoituksena on fyysisen kunnan ylläpitämisen lisäksi lievittää yksinäisyyden tunnetta ja lisätä sosiaalisia suhteita. Kunnan kaveri -hanke järjestää alueen ikääntyville miehille kahvitilaisuuden, jossa suunnitellaan alkavan maksuttoman Kunnan ukko -ryhmän toimintaa. Tule ja vaikuta!

**Mitä?** Kunnan ukko -toiminnan kehittäminen kahvikupin äärellä. Eläkeliiton Antero Kupiainen tulee kertomaan Äijäryhmien toiminnasta valtakunnallisesti.

**Kenelle?** Pikku Huopalahden ja sen lähialueiden ikääntyville miehille.

**Missä?** Wilhelmiina, Taavetti Laitisen katu 4, Pikku Huopalahti.

**Milloin?** Keskiviikkona 13.10. klo 13:00–15:00.

## Tervetuloa!

**Lisätietoa ja ilmoittautumiset 8.10. mennessä:**

Kunnan kaveri -hankekoordinaattori Heidi Bucht.

puh. 044–0151 756 (arkisin klo 10–15)

tai [heidi.bucht@miinasillanpaa.fi](mailto:heidi.bucht@miinasillanpaa.fi)

[www.miinasillanpaa.fi](http://www.miinasillanpaa.fi)



MIINA  
SILLANPÄÄN  
SÄÄTIÖ