



KENELLE: Luontoon ryhmä on suunnattu KPK:n **mielialahäiriötiimien potilaille** ja Kuopion kaupungin hyvinvointipalveluiden erityisryhmien asiakkaille. Ryhmänohjaus toteutetaan yhteistyössä Kuopion Psykiatrian Keskuksen ja Kuopion kaupungin Hyvinvointipalvelun toimesta.

TAVOITE: Luonnossa liikkuen tutustutaan luontoympäristöihin, havainnoidaan vuodenaikojen vaihteluita, sekä vahvistetaan sosiaalisia taitoja. Ryhmäkerroille sisältyy aina liikunnallinen osuus tai tietoa liikunnan vaikutuksesta mielenterveyteen.

TAPAAMISET: Ryhmä kokoontuu joka toinen viikko parittoman viikon torstaisin klo 11–15, laavuilla, kodilla tms. sovituissa paikoissa. Kokoontumispaikat suunnitellaan ryhmän kanssa yhdessä. Ryhmä on luonteeltaan liikkuva. Nuotikahvit ovat talon puolesta, mutta muuten **omat eväät mukaan** ja **huomioi aina sään mukainen pukeutuminen!** Ryhmän maksimikoko on 12 ryhmäläistä.

ALOITUS: **Ryhmän aloitusaika löytyy oheisesta tiedotteesta Tiivistelmä ryhmistä**, paikka ilmoitetaan ryhmäläisille erikseen.

HAKEMINEN: Ryhmään haetaan KPK:n ryhmähakemuksella. Saat lomakkeen omalta työntekijältäsi. Hakemukset palautetaan ohjaajien postilokeroihin. **Tieto hakuajasta oheisessa tiedotteessa Tiivistelmä ryhmistä.** Viikolla 3 ryhmään valituille ilmoitetaan asiasta soittamalla.

Ryhmään voi myös hakea Kuopion kaupungin Hyvinvointipalveluiden kautta sähköpostilla tai puhelimella. Sähköposti: lauri.nurminen(at)kuopio.fi / puh. 044 718 2510.

OHJAAJAT / LISÄTIEDOT:

KPK: Kuntoutusohjaaja Juha Karkulehto, 044-7175964 & fysioterapeutti Tuija Hakkarainen, 044-7186377

Kuopion kaupungin hyvinvointipalvelut: Liikunnanohjaaja Lauri Nurminen, 044-7182510