



# TERVETULOAA +70 V HELPOSTI LÄHELLÄSI - HYVINVOINTI- RYHMÄÄN

5 tapaamista syys-  
joulukuussa 2021  
Kajaanissa

**OHJAUS JA NEUVONTA**  
Tietoa erilaisista palveluista  
Tapahtumia ja tilaisuuksia  
Hyvinvointia ja terveyttä

**TUEN SAAMINEN**  
Kuulumisten vaihtoa  
Yhdessä keskustelua  
Kokemusten jakamista

**YHDESSÄ TEKEMINEN**  
Tutustumiskäyntejä ja -vierailuja  
Retkiä ja virkistystä  
Yhdessäoloa ja toimintaa

- ryhmässä 6-8 osallistujaa + 70 vuotiaita
- tuetaan elämänlaatua ja hyvinvointia
- suunnitellaan tapaamisten sisällöt yhdessä
- viihdytään ja virkistytään

Ilmoittautuminen: 040 688 4042  
hanna.kouvonen@kainuu.fi



**1.KOKOONTUMINEN 28.9.2021**  
**KLO 12-14 KAJAANIN**  
**PÄÄKIRJASTON YLÄKERRASSA**  
**MARIA MONTOIMITILASSA**

UEF// Vaikuttavuuden talo  
Tulevaisuuden sote-keskus  
Kainuuseen - Helposti lähelläsi  
(HELLÄ)-hanke



UEF// *Vaikuttavuuden talo*

**Tulevaisuuden sote-keskus  
Kainuuseen - Helposti lähelläsi  
(HELLÄ)-hanke**



Kainuun sote

**Sote-uudistus**