

Työttömien voimavarapäivä!

Terveys- ja hyvinvointitapahtuma
työikäisille työttömille

maanantaina 23.10.2017
klo 13 – 15

Työväenmuseo Werstaalla,
Galleria Bertelissä

Finlaysonin alue, Väinö Linnan aukio 8

Tapahtumassa on mittauksia ja testausta, materiaaleja ja näyttelypöytiä sekä ohjausta ja neuvontaa.

Paikalla myös
kokemusasiantuntijoita ja vuoden
positiivisimpia tamperelaisia!

Työttömille on tarjolla ilmaiset
kahvit.

Tervetuloa!



Tule tutustumaan tapahtuman järjestäjien tarjoamiin teemoihin!

- ✓ Duuniväylä (Työ- ja resurssipaja, Muotialan asuin- ja toimintakeskus ry)
- ✓ Diabeteksen riskitestausta, infoa tupakasta vieroitusrhymistä, ITE-pisteen esittelyä (Tampereen kaupungin dehko-hoitajat ja aikuisten terveystarkastuksen hoitajat)
- ✓ Verensokerin mittausta, kehon koostumuksen mittausta (maksullinen) (Tampereen Diabetesyhdistys ry)
- ✓ Liikuntaneuvontaa (Tampereen kaupungin liikuntapalvelut)
- ✓ Sydänmerkki-elintarvikenäyttely (Tampereen Sydänyhdistys ry)
- ✓ Verenpaineenmittausta ja Rastin toiminnan esittelyä (RASTI- Voimavarapiste työttömille ja Tampereen kaupungin terveystarkastukset)
- ✓ Mikrospirometria- ja verenpainemittausta, kehonrasva-arvojen mittausta, infoa työttömien terveystarkastuksista (Tampereen kaupungin työttömien terveystarkastukset)
- ✓ Suu kunnossa? Tietoa suun terveydestä ja omahoidosta (Tampereen kaupungin suuhygienistit)
- ✓ Tupakasta vieroitusrhymät (Dehko-hoitajat)
- ✓ Voi hyvin, elä terveemmin (Pirkanmaan Syöpäyhdistys ry)
- ✓ Kokemusasiantuntija tavattavissa (KoKoA ry)
- ✓ Häkämittausta, tietoa savuttomuudesta, päihteettömyydestä ja rahapelaamisesta (EHYT ry)
- ✓ "Terveelliseksi yksin tai yhdessä" - Seksuaaliterveysneuvontaa

- ✓ Osallistumismahdollisuuksia liikuntaan ja kulttuuriin Tampereella (Liikkuva Tampere ja vapaaehtoinen luotsitoiminta)
- ✓ Kysy ravitsemusterapeutilta - voimaa, väriä ja makua arjen ruokailusta? (Tampereen kaupungin ravitsemusterapeutit)
- ✓ Tesoman Miähet (Tamk, Settlementti ry ja Tampereen kaupunki)
- ✓ Aktiivipassi (Tampereen kaupunki, aikuisten sosiaalipalvelut)
- ✓ Arkeen Voimaa -ryhmätoiminta (Tampereen kaupunki)
- ✓ Ajankohtaista työllisyydenhoidosta (TYP - työllistymistä edistävä monialainen yhteispalvelu)
- ✓ Riippuvuuksiin liittyvää ohjausta ja neuvontaa: AUDIT, Pirkanmaan palvelualueen toiminnan esittelyä sekä korva- akupunktiomahdollisuus (A-klinikkasäätiö)
- ✓ Opiskelua ja kuntoutusta (Kiiipulan Ammattiopisto, kuntoutus)
- ✓ Polku55 - yhteisöllistä toimintaa 55 vuotta täyttäneille (Kuntoutuspolku ry)
- ✓ TOIKE - toimintakykykeskus (Pirkanmaan sairaanhoitopiiri)
- ✓ Silta-Valmennus Toimii! Työtoimintaa, koulutusta, valmennusta ja harrastustoimintaa (Silta-Valmennusyhdistys ry)
- ✓ Liikkuva kirjasto (Tampereen kaupungin sivistys- ja kulttuuripalvelut)
- ✓ Terveudeksi-hanke (Työttömien keskusjärjestö ry ja EHYT ry)
- ✓ Mukana myös muita toimijoita, esittelyssä monenlaista toimintaa!

Lisätietoa: suunnittelija Leena-Kaisa Nikkarinen, Tampereen kaupunki, hyvinvoinnin palvelualue leena-kaisa.nikkarinen@tampere.fi, puh. 040 800 4621