



Hei yhdistystoimija!

Sinulla on nyt käsissäsi KVY:n kuukausitiedote, johon on koottu huhtikuun tärkeimmät tapahtumat, tilaisuudet ja muu tärkeä informaatio. Tämä tiedote ilmestyy sähköpostiisi kerran kuukaudessa siten, että siihen on aina koottu seuraavan kuukauden tärkeät päivämäärät. Seuraava kuukausitiedote ilmestyy siis 15.4.16 ja siihen on koottu toukokuun tärkeät päivämäärät.

Koulutukset

To 31.3. klo 14 - 16 Puhelinkerho

Kerhoon voit tulla oman älypuhelimesi kanssa. Kerhossa pyritään ratkomaan laitteiden käyttöön liittyviä ongelmia sekä pienempiä laiteongelmia. Ilmoittaudu ennakkoon KVY:n tsoon. Max. 6 osallistujaa/krt. Hintaa 10€/hlö/krt eli kaksi tuntia.

To 14.4. klo 17 - 20 Tabletti-info. Illan tilaisuudessa käydään lävitse erilaisia tablettitietokoneita, tutustutaan yleisimpiin käyttötapoihin ja siihen, kuinka tablettia voi hyödyntää. Tule kuulemaan ja kyselemään, mitä juuri sinä sillä tekisit? Minkälaisia ja minkä hintaisia niitä on? Ilta sisältää myös laite-esittelyn. **Ilmoittaudu KVY:n toimistoon 8.4. mennessä p. 044 3114 210.**

La ja su 16. - 17.4. klo 9 -16 Mielen-terveyden ensiapu 1 - koulutus. Koulutus soveltuu kaikille, jotka ovat kiinnostuneita oman ja läheisten henkisen hyvinvoinnin ylläpitämisestä. Koulutus vahvistaa osallistujan omia voimavaroja ja madaltaa kynnystä tukea kanssaihmiä. Tavoitteena on, että osallistuja saa voimia selviytyä elämään kuuluvista kriiseistä ja vaikeiden elä-

mäntilanteiden puheeksi ottaminen helpottuu. Mukaan mahtuu 16 ensiksi ilmoittautunutta. Hintaa jäsenet 40€/hlö ja ei jäsenet 100€/hlö sisältäen lounaat ja kahvit molempina päivinä sekä Mtea1-kirjan ja muun materiaalin. **Ilmoittaudu Mialle 1.4. mennessä mia.kalpa@kvvry.fi** tai 040 7449439.

To 28.4. klo 14 - 16 Atk-kerho

Kerhoon voit tulla oman kannettavan tietokoneesi kanssa. Kerhossa pyritään ratkomaan laitteiden käyttöön liittyviä ongelmia sekä pienempiä laiteongelmia. Ilmoittaudu ennakkoon KVY:n tsoon. Max. 6 osallistujaa/krt. Hintaa 10€/hlö/krt eli kaksi tuntia.

Mukavaa yhdessäoloa

Ti 29.3. klo 12 - 15	Neulekahvila
Ti 12.4. klo 12 - 15	Neulekahvila
Ti 19.4. klo 17 - 18.30	Voimaa vertaisista! -ryhmä puheenjohtajille tai vastaavassa asemassa oleville
Ti 26.4. klo 12 - 15	Neulekahvila

Voimaa vertaisista! -ryhmän tarkoituksena on kerätä yhteen puheenjohtajia jakamaan ajatuksia ja kokemuksia. Oli sitten kyse yksin puurtamisesta, voimavarojen hupenemisesta tai halusta jakaa hyviä ideoita/toimintatapoja, tämä ryhmä on Sinua varten. Ryhmänvetäjinä Mia Kalpa, KVY:n toiminnanjohtaja ja Sirpa Heikkinen, yhdistysten työnohjaaja. **Ilmoittaudu rohkeasti mukaan 13.4. mennessä KVY:n tsoon kvv@kvvry.fi tai 044 3114 210.**



Toimitila Veturi, Kauppiamiehenkatu 4, 2. krs (Pohjola-talo), Kouvola
Toimistosihteerin kvv@kvvry.fi tai p. 044 311 4210
Toiminnanjohtaja mia.kalpa@kvvry.fi tai p. 040 744 9439

**Lisätietoja:
www.kvvry.fi**

KÄÄNNÄ!



Erityisnuorten (12-18v.) ja nuorten aikuisten (19-30v.) oma toiminta

Ma 21.3. klo 17.30 - 19.30 Nuoret aikuiset
Pe 1.4. klo 17.30 - 19.30 Nuorten ryhmä
Pe 15.4. klo 17.30 - 19.30 Nuorten ryhmä
Ma 25.4. klo 17.30 - 19.30 Nuoret aikuiset
Pe 29.4. klo 17.30 - 19.30 Nuorten ryhmä

Ryhmät ovat tarkoitettu kouvoolalaisille nuorille ja nuorille aikuisille, joilla on jokin vamma tai pitkäaikaissairaus. Ryhmillä on ammattitaitoiset vetäjät, joiden apuna toimii tarvittaessa opiskelijoita. Molempien ryhmien toimintaideologia perustuu siihen, että osallistujat yhdessä suunnittelevat, mitä kevään aikana tehdään, vastaten myös toteutuksesta yhdessä ryhmän vetäjien kanssa. Rohkeasti mukaan vaan!

Luennot

Ke 30.3. klo 17 - 18.30 Kivun käypähoito. Anestesia- ja kivunlääkäri Kalevi Karjalainen. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Ennakkoinfoa tulevasta

Tablettikurssi ti 10.5., to 19.5. ja to 26.5. klo 17 - 20.

Muuta infoa!

Uutta erityislapsille!!! Liikkakerho alkaa 6-12-vuotiaille erityislapsille 17.3. klo 17.30 - 18.30. Paikka Carean sosiaalipalvelujen liikuntasali osoitteessa Ketunkuja 2, Kuusankoski. Luvassa mm. pelejä, leikkejä, musaliikuntaa, temppuilua ja paljon muuta mukavaa. Lisätietoja ja ilmoittautumiset ryhmän ohjaajalle Olivialle p. 044 524 4489 tai nissinen.olivia@hotmail.com.

KVY:n kesäretki 16.6. Heinolan kesäteatteriin Voi Veljet!-näytelmää katsomaan. Lounas seisovasta pöydästä Ravintola Heilassa. Hinta 45€/jäsen, avustajat 25€/hlö. **Varauksia otetaan vastaan vain puhelimitse p. 0443114210!** Retken voi peruuttaa kuluitta 31.5. mennessä, muutoin perimme osallistumismaksun kokonaisuudessaan jälkikäteen.

To 14.4. klo 12.30 - 18 Iho- ja nivelpäivä-luentotilaisuus, kutittaako vai koluttaako? Tilaisuus järjestetään Kouvola-talossa, Varuskuntakatu 11, Kvl. Tilaisuus on maksuton ja avoin kaikille asiasta kiinnostuneille. Ohjelmassa klo 12.30 psoriasiksen käypähoitosuosituksukset, klo 13.30 nivelet ja kipu, klo 14.30 potilaan sosiaaliturva ja -oikeudet, klo 16 pitkäaikaissairauksien tulevaisuus Kouvolassa ja klo 16.45 kipu. Aulatilaisissa on potilasyhdistysten ja alan yritysten esittely- ja neuvontapisteitä. Tilaisuuden järjestää Reumaliiton Etelä-Karjalan ja Kymenlaakson aluetoimikunta, Kymenlaakson Selkäyhdistys ry ja Pohjois-Kymen Psoriasisyhdistys ry. Lisätietoja www.kvyry.fi/ajankohtaista/

To 21.4. klo 9 - 15.30 Henkilökohtainen apu - omannäköisen elämän tueksi - tilaisuus. Vammaiset ihmiset tarvitsevat tukea henkilökohtaisen avun hakemiseen ja työnohtajana toimimiseen. Luennoitsijana Kehitysvammaisten Palvelusäätiöstä Petra Tiihonen, projektitoiminnan päällikkö. Lisätietoja ja ilmoittautumiset **Maritalle 14.4.2016 mennessä:** 044 739 4394 tai maritta.mork-huttunen@valkealanopisto.fi

Toimitila Veturi, Kauppiamiehenkatu 4, 2. krs (Pohjola-talo), Kouvola
Toimistosihteerini kvy@kvyry.fi tai p. 044 311 4210
Toiminnanjohtaja mia.kalpa@kvyry.fi tai p. 040 744 9439

Lisätietoja:
www.kvyry.fi

KÄÄNNÄ!