



KUTSU ALUEELLISEEN TAPAHTUMAAN JA TYÖPAJAAN

**KALAJOEN HIEKKASÄRKILLE SANTA'S
HOTELIIN
16.-18.9.2022**

Merennäköisessä ilmassa saamme tuulettaa ajatuksiamme yhdistysten toiminnasta ja katsoa tulevaisuuteen uusien ideoiden virkistäminä.

Alueellinen tapahtuma on suunniteltu kohtaamisia mahdollistavaksi ja omien rajojen kokeiluun rohkeasti.

Alueelliseen tapahtumaan liittyvä työpaja toteutetaan kahdessa osassa; perjantaina yhdistysten valitsevat kaksi edustajaa kokoustavat kaksi tuntia TEAMS-yhteydellä. Lauantaiaamuna jatkamme keskustelua Santa's Hotelin Aalto-salissa tunnin ajan niin, että kaikki jäsenet voivat seurata keskustelua. Työpajasta tulossa yhdistyksiin sähköpostitse lisää tietoa ja ilmoittautumisohjeet Reumaliitosta.



Reumaliitto



Osallistujille maksuttoman lounaan jälkeen voi valita tapahtuman tarjonnasta mieltymyksensä mukaisen ajanviettotavan. Hiekkasärkillä on lisäksi paljon muutakin koettavaa.

Sunnuntaina kuulemme ja osallistumme hyvinvointiaiheiseen luentoan.

Majoittumista varten olemme tehneet alustavan varauksen Santa´s Hoteliin. Valitettavasti kesken tapahtuman suunnittelun kylpylä jouduttiin sulkemaan; uimahalli on kuitenkin käytössämme. Tarkemmat tiedot majoituksen varaamisesta, ruokailuista, vaihtoehtoisista ohjelmista ym. seuraavilla sivuilla.

Toivotamme teidät sydämellisesti tervetulleiksi alueelliseen tapahtumaan!

Kainuun, Keski-Pohjanmaan ja Pohjois-Pohjanmaan
tapahtumaryhmä



Reumaliitto

Ohjelma:

Perjantai 16.9.

- klo 18–20 Työpaja TEAMS-yhteyksin
klo 18–21 Tuttujen tapaaminen Kodalla

Lauantai 17.9.

- klo 9.15–9.45 Aamuvirkistely ohjattuna ulkona/sisällä tai vesijuoksu uima-altaalla
klo 10–11 Aalto-sali: Työpajan kolmas tunti, jota voivat seurata kaikki jäsenet
klo 11–12.30 Aalto-Sali: Reumaliiton ajankohtaiset + mahdollisuus kysymyksiin ja keskusteluun, alueellisen projektin tulokset
klo 13–14 Lounas
klo 14–18 **ILTAPÄIVÄN OMAKUSTANTEINEN OHJELMA:**
Seikkailupuisto Pakka
Keilailu
Pakohuone
Opastettu kiertoajelu Kalajoella
Luento meriluonnon muutoksesta, kalastuksesta ja hylkeenpyynnistä
klo 18– Päivällinen
ILTAOHJELMASSA Karaoke-tanssit Aalto-salissa

Sunnuntai 18.9.

- klo 9.15–9.45 Aamuvirkistelyt lauantain tapaan
klo 10–11.30 Luento Hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä osallistavin harjoituksin
klo 11.30 Tapahtuman päätös