



HUHTIKUU 2020

Palvelukeskus on suljettu 13.4.2020 saakka

Koronaviruksen leviämisen ehkäisemiseksi ja Suomen hallituksen 16.3.2020 linjaamien koko Suomea koskevien toimenpiteiden vuoksi myös Koskikodin palvelukeskus on suljettuna ainakin 13.4.2020 asti.

Olemme kuitenkin tavoitettavissa puhelimitse tai sähköpostilla ja autamme edelleen sinua arjen huolien ja pulmien ratkaisemisessa. Voit myös ottaa meihin yhteyttä ihan muuten vain, jos olet vailla juttuseuraa. 😊

Tavoitat meidät arkisin klo 9-15 numerosta: 040 573 7615.

Seuraamme tilannetta jatkuvasti ja tiedotamme kun toimintamme jatkuu. Ajantasaisen tiedon voit tarkistaa nettisivuiltamme tai soittamalla meille.

TampereMission Aamukorva kuuntelee joka aamu klo 6-9

Aamukorva kuuntelee ja tarjoaa keskusteluapua varhaisen aamun tunteina vuoden jokaisena päivänä. **Puhelinnumero on 03 213 3533.**

Tarvitsetko kauppa- tai asiointiapua?

Jos sinulla ei ole läheisiä ja tarvitset apua arkipäivän asioissa, kuten kaupassa käynnissä, voit olla yhteydessä TampereMission **avustusnumeroon 040 198 6128** (ma-to klo 9-11).

*Jo huhtikuulla varahin,
mullasta läpi jään
kohoaa kukka keltaisin
maanpäälle
valoon näkyviin.
Se leskenlehti nimeltään
on kasvi kylmän sään.*

*Tuo kukka
kevään airut on,
kaunistus
paljaan maan.
Se rohkea ja peloton
elämän alun tuoja on.
Sen ensikukat
huomataan
ja niitä ihaillaan.*

*On varsi suomupeitteinen
juuresta ylöspäin.
Sen mykeröinen
kukekanen
kovankin kestää
pakekasem.
Sen kasvuolot mielessään
ihmettä kuvaa näin.*

-Antti Vehkalahti-

VINKKEJÄ AJANVIETTEEKSI

Vanhustyön keskusliitto on koonnut hyviä vinkkejä ajanvietteeksi. Nyt jos koskaan on hyvä tilaisuus testata näiden toimivuutta!



Onko mielessäsi vanha ystävä vaikkapa lapsuudesta, jota et ole vuosiin nähnyt ja jonka kuulumisia mietit? Tartu luuriin ja soita hänelle tai etsi hänet sosiaalisesta mediasta ja ota yhteyttä. Jutustelu saattaa jatkua samaan tapaan kuin olisitte vasta eilen tavanneet.



Jos olet ollut osa vakiintunutta ryhmää, joka ei toistaiseksi voi kokoontua, vaihtakaa kuulumisia puhelimella. Muodostakaa soittorinki, jossa yksi soittaa toiselle ja se toinen eteenpäin seuraavalle. Tai kilauta kaverille muuten vaan! Asia voi olla vaikkapa reseptin kysyminen. Tee siis ”tikusta asiaa”.



Seuraa mediaa lehtien, radion ja tv:n sekä mahdollisten digilaitteiden kautta. Hyödynnä YLE Areenan ja maksukanavien tarjonta. Lue kirjoja.



Kevät on tulossa. Kaiva esiin kiikarit ja seuraa lintujen ja oravien kevätpuuhia. Yritä tunnistaa lintulajit. Bongaa kevätmuuttajat. Jos sinulla on piha, tee pihahommia, istuta narsisseja ja seuraa luonnon heräämistä.



Kirjoita muistelmia ja omia mietteitä. Käy läpi vanhoja valokuvia ja muistoesineitä. Kirjoita ylös tietoja ja tarinoita niistä ja ihmisistä, joita enää kenties vain sinä tunnistat. Näin tarinat eivät katoa.

Viihdytä itseäsi pelaamalla pasianssia pelikorteilla tai älylaitteella, tekemällä käsitöitä, askarteluja, nikkarointia tai maalaamista. Ulkoilut ja jumpparyhmät voi korvata kotijumpalla ja olohuonediskolla. Matot syrjään ja musiikki soimaan.



Katse kohti kevättä ja kesälukujärjestystä!

Toiminnan taas jatkuessa siirrymme kesälukujärjestykseen, joten osa ryhmistämme jatkaa vasta syksyllä. Samoin jo aloitetut tai kevään suunnitellut kurssit siirtyvät syksyyn. Myös maksettujen kuntosalikorttien voimassaoloaika siirtyy eteenpäin.

Koronasta huolimatta nautitaan kevään tulosta ja ihanasta valosta!

Ollaan kuulolla ja pidetään huolta toisistamme!

T: Sari, Minna ja Sanna



Koskikodin palvelukeskus

Rongankatu 8, 33100 Tampere

040 573 7615 / 040 632 7834

Avoinna ma-to 8-15.30, pe 8-15

www.tamperemissio.fi



Koskikodin palvelukeskus

