

# Mielenterveys- ja päihdekuntoutujien päivätoiminta

Vitostalo

Parik-säätiön järjestämän mielenterveys- ja päihdekuntoutujien päivätoiminnan tavoitteena on rytmittää arkea, ylläpitää ja vahvistaa toimintakykyä, edistää päihteetöntä elämäntapaa sekä antaa kokemuksia yhteisöllisyydestä ja vertaisuudesta.

Toiminta perustuu asiakkaiden omien voimavarojen ja vahvojen alueiden kehittämiseen monipuolisia ryhmätoimintoja käyttäen. Vapaasti valittavan viikko-ohjelman lisäksi järjestetään erilaisia juhlia ja retkiä. Vitostalolle voit tulla myös viettämään aikaa, hakemaan sosiaalisia kontakteja ja jakamaan kokemuksia toisten kanssa. Vitostalolla on mahdollisuus osallistua omakustanteisesti ruokailuun tai ostaa pientä purtavaa omasta kahvilasta.

Toimintaan hakeutuminen Kymenlaakson hyvinvointialueen sosiaalihuollon kautta.

## Viikko-ohjelma

### Maanantai

klo 10 Maanantaimatinea  
klo 12 Bingo

### Tiistai

klo 10 Kätevät kädet  
klo 12 Lempeyttä kehollesi  
klo 14 Kuntosali

### Keskiviikko

klo 10 Taikinatassut  
klo 12 Musiikkiryhmä

### Torstai

klo 10 KaMu-ryhmä  
klo 12 Matkalla maailmalle  
klo 13 Kuntovalmennus

### Perjantai

klo 10 Liikkeelle! -ryhmä  
Kahvilassa aamupuuro ja vohvelibaari



# Parik

Parik-säätiö sr

Vitostalo, Kuusaantie 1  
45130 Kouvola

Avoinna  
maanantai - torstai klo 9-15  
perjantai klo 9-13

Lisätietoja  
p. 040 752 0384



Ohjautuminen  
aikuissosiaali-  
työn kautta.  
p. 05 220 6000