

# Meillä viihdytään !

Jyvälän  
Setlementti



Setlementti

# Kansalaisopisto

"Viikon kohokohta. Oma keho ja mieli kiittävät."

(syväjumppa, syksy 2024)

"Hyvillä mielin tuli aina laulutuokion jälkeen lähdettyä kotiin."

(senioreiden laululaari, syksy 2024)

"Opin uusia harjoitteita ja saan tietoa siitä miten/ mihin ne vaikuttavat. Opin myös itsestäni, omista rajoistani ja mahdollisuuksistani."

(jooga, kevät 2024)



# Kuntouttava työtoiminta JyväKunnarit

"Luottamus omiin taitoihin on kasvanut."

"Olen rohkaistunut kertomaan omia näkemyksiäni."

"Olen saanut rytmiä päiviin ja sisältöä arkeen."

"Olen saanut ihania ystäviä ja sosiaalisuus on siis kasvanut ja kehittynyt."

kevät 2025



# Heimo-hanke: vapaa-ajan toimintaa 30-55-v. pitkäaikaistyöttömil le

"Aina kiva tulla!"

"Oli hauskaa ja rentoa. Ois kiva ottaa  
uusiksi!"

"Parasta oli yhdessä pelaaminen ja  
hauskat jutut."

"Aamupalaa oli kiva saada."

"Kiva tavata uusia ihmisiä."

kevät 2025



# Tyttöjen Talo

## ONNISTUMISIA:

- Nuoret, jotka ovat tavanneet toiminnassa, alkavat viettää aikaa yhdessä myös muulloin vapaa-ajalla
- Se, että ujo ja sulkeutunut nuori alkaa vapautua ja rentoutua ja ottaa kontaktia muihin
- Kun joku sanoo, että tämä on ensimmäinen paikka, jossa voin oikeasti olla oma itseni ilman että tarvitsee esittää mitään
- Kun nuoret saavat vertaistukea toisistaan, jotkut ensimmäistä kertaa elämässään



# LISÄKSI JYVÄLÄSTÄ LÖYTYY MM.

## Kansalaistoiminta

## Lasten, nuorten ja perheiden toiminta

## Maahanmuuttaneille suunnatut koulutukset

"Runot tuovat uusia ulottuvuuksia ja niistä kumpuavat tarinat, joita toisillemme jaamme ovat rikastuttavia, lohduttavia ja tuovat iloa arkiseen aherrukseen. Ihana ryhmä!"  
(Kansalaistoiminnan ryhmä Runoreppu, kevät 2025)

