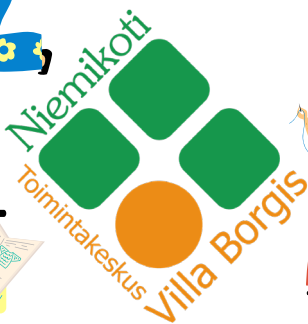


Niemikotisäätiön

# Päivätoiminta

Päivätoimintayksiköt tarjoavat helsinkiläisille mielenterveystoipujille luovia, toiminnallisia, kulttuurilähtöisiä ja hyvinvointia edistäviä ryhmiä. Ota yhteyttä ja tule mukaan!



# Kulttuuripaja ELVIS

Lautatarhankatu 4, 00580 Helsinki

## ● Kulttuuria nuorille aikuisille

Sörnäisissä Kalasataman läheisyydessä 18-35-vuotiaille vertaisohjaajien ohjaamana hyggeily-, jooga-, musiikki-, lautapeli-, pleikka-, kädentaidot- ja retkiryhmiä

Uusi kävijä, varaa ensin aika henkilökohtaiseen tutustumishaastatteluun!

✉ elvis@niemikoti.fi  
☎ 050 408 2259 Tapsa  
☎ 050 421 0406 Tuomas  
☎ 050 404 0023 Heidi

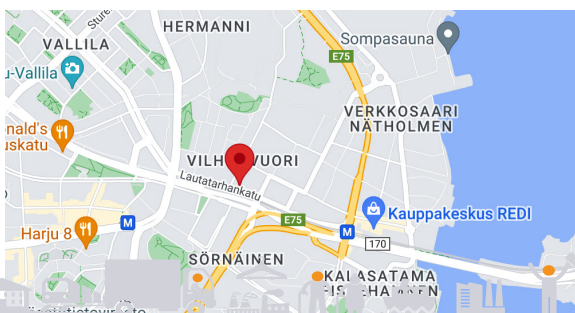


Käytössä myös kuntosali ja fysioakustinen tuoli



Jos tulet julkisilla (metro), Kalasataman pysäkki on n. 4 min kävelyn päässä.

[Katso reittiopas Kalasatama >](#)



# Malmin päivätoimintakeskus

Vanha Helsingintie 9, 00700 Helsinki

## Hyvinvointia ja luontoa

Malmilla keskeisellä paikalla idyllisessä puutalossa luonto- & liikunta-, rentoutus-, askartelu-, musiikki- ja taide-, keskustelu- ja peltotoimintaryhmiä

Uusi kävijä, varaa ensin aika henkilökohtaiseen tutustumishaastatteluun!

✉ malmi@niemikoti.fi  
☎ 050 404 0025 Sanna-Mari  
☎ 050 404 0026 Iina



Jos tulet julkisilla (bussit 69, 70, 73, 74, 79, 560, 561, 562), Ala-Malmin ja Vilppulantien pysäkit ovat n. 2 min kävelyn päässä.

[Katso reittiopas Ala-Malmin pysäkki >](#)



# Toimintakeskus Villa Borgis

Linnavuorentie 13, 00950 Helsinki

## ● Taidetta ja puutarhaa

Vartioharjussa kauniissa huvilassa isolla tontilla kädentaito-, taide-, luovan kirjoittamisen, ulkoilu-, puutarhatyö-, hyggeily- ja joogaryhmiä

Uusi kävijä, varaa ensin aika henkilökohtaiseen tutustumishaastatteluun!

✉ villaborgis@niemikoti.fi  
☎ 0400 560 176 Ulla  
☎ 050 414 3138 Virve

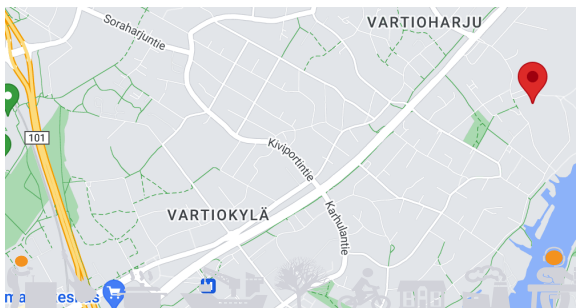


Terapeuttinen  
puutarhamiljö



Jos tulet julkisilla (bussit 97, 831, 841, 842, 843), Linnanherrantien pysäkki on n. 5 min kävelyn päässä.

[Katso reittiopas Linnanherrantie >](#)



# Niemikotisäätiön päivätoiminta

Niemikotisäätiön yksiköiden toiminnan lähtökohtana on **toipumisorientaatio**, jossa keskeisellä sijalla ovat toipujan päätöksenteko, kokemukset, tavoitteet ja toiveet.

Toipumista tukee turvallinen **yhteisö**, jossa jokaista arvostetaan omana itsenään ja kohdataan **yksilöllisesti**.

**Päivätoiminnan tavoitteena** on toimintakyvyn, itsetunnon ja luovuuden vahvistaminen, elämyksellinen elämä, kokemuksellinen oppiminen ja näin parempi selviytyminen arjessa ja osallisuus yhteiskunnassa.

Niemikotisäätiön päivätoiminnan palveluissa kävijä määrittelee omat tavoitteensa ja voi **itse vaikuttaa** ohjelmaan. Halutessaan hän voi ryhtyä myös vertaisohjaajaksi.

## Lisätietoa

Tilaa Niemikotisäätiön päivätoiminnan uutiskirje [paivatoiminta@niemikoti.fi](mailto:paivatoiminta@niemikoti.fi) tai kysy rohkeasti lisää!

### Heidi Tervonen

vastaava ohjaaja, prosessivastaava  
[heidi.tervonen@niemikoti.fi](mailto:heidi.tervonen@niemikoti.fi)  
puh. 050 404 0023



