

#muntoivo

TOIVON TYÖPAJASSA etsitään omia vahvuuksia ja tulevaisuudensuunnitelmia

Hei Sinä 18–35-vuotias!

Tule kanssamme kehittämään nuorille aikuisille suunnattua ryhmätoimintaa, jonka tavoitteena on omien tulevaisuuden toiveiden tunnistaminen ja niiden tavoitteleminen. Pääset itse ideoimaan ryhmässä käsiteltäviä aiheita ja toteuttamaan niitä. Ryhmän lähtökohtana on voimavarojen ja vahvuuksien tunnistaminen. Keskitymme siihen, mikä auttaa toipumaan mielenterveyden ongelmista. Ryhmässä teemme asioita yhdessä, jaamme ja kuulemme ideoita ja tutustumme paikkoihin, jotka valitaan yhdessä.

OLET OIKEA HENKILÖ, JOS



Sinulla on oma-kohtaista kokemusta mielenterveysongelmista ja haluat panostaa itseesi, jotta voisit paremmin työskentelemällä ryhmässä.



Olet opiskelujen tai työelämän ulkopuolella kuntoutustuella tai eläkkeellä mielenterveydellisistä syistä.



Pystyt työskentelemään ryhmässä ja sitoutumaan siihen.



Mielenterveyden keskusliitto

HAE MUKAAN!

Kokoonnumme syksyn aikana neljä kertaa. Tarjoamme päivittäin lounaan kahvin tai teen sekä korvaamme matkakulut julkisilla kulkuneuvoilla kuitteja vastaan.

OLKKARI, Kauppaneliö 2

4. - 6.9. ja 3.10.

klo 12–16

Tule mukaan kehittämään nuorille aikuisille suunnattua toimintaa yhdessä vertaisohjaajan, Mielenterveyden keskusliiton ja Olkkarin kanssa!

KOKEMUKSESI ON MEILLE ARVOKASTA!

ILMOITTAUTUMISET
<https://kurssikalenteri.mtkl>
tai sähköpostilla tai puhelimitse 13.8. mennessä.

YHTEYDENOTOT JA LISÄTIETOJA
Terhi Kimmelma-Paajanen
terhi.kimmelma-paajanen@mtkl.fi
p. 040 572 9119