

MOVEdigi Pirkanmaa -hanke tarjoaa vertaistukiryhmän :

Oman elämän arvo terveissä rajoissa

Kun ryhmästä kiinnostuneita väh. 8 hlöä, voimme aloittaa ryhmän järjestämisen 1 – 3 viikon kuluessa.

Ryhmäpäivä tiistai klo 11–13 (yht. 5 krt)

ViaDia Pirkanmaan ry:n Kangasalan toimipiste
(Artturintie 14, 36220 Kangasala)

Teemat:

1. Oman elämän ainutlaatuisuus ja arvo
2. Elämän arvot
3. Rajat ja niiden kunnioittaminen
4. Perusturvallisuus ja rutiinit
5. Sitoutuminen, esteet ja tsemppit

Kokoontumiseen
sisältyy
väliaikakahvit!

Tervetuloa tutustumaan, oivaltamaan, vahvistumaan ja virkistymään...löytämään eväitä parempaan elämään!

Voit tsekata samalla, olisiko ViaDialla myös jatkopolkua sinulle!

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

leena.siintoharju@viadia.fi

p. 050 501 7025

tapani.huotari@viadia.fi

p. 046 922 2721

Lue lisää hankkeesta:

projects.tuni.fi/movedigi



**Euroopan unionin
osarahoittama**



Kuva: Antonioguillerm, Adobe Stock/ Education License