

Ilmainen
luento

Minun kokemukseni

Minun kokemukseni – tarjoaa kerran kuussa aiheita, jotka askarruttavat monia ja joista puhujillamme on omakohtaista kokemusta. He todella tietävät, mistä puhuvat ja ymmärtävät toisia samaa kokevia. Tule mukaan kuulemaan ja keskustelemaan!

Ei tarvita
ennakko-
ilmoittautumista.
Riittää kun tulet
vaan.

Siilinjärvi

Paikka: Virkistys ry:n kerhotila Virkkula, Kuiluntie 3 B, 2. krs, Siilinjärvi

Huom! Mukaan mahtuu 30 henkilöä.

Narsismin varjossa

**Ma 24.2.
klo 12.00 – 13.30**

Tarkkailua, jatkuvaa varuillaan-oloa, pelkoa. Millaista on elää narsistin puolisona? Miten selvitä, kuinka eteenpäin?

Ohjaajat: Anja, kokemus-
asiantuntija

Koulukiusaamis- kokemukset vahvuudeksi?

Ma 20.4. klo 12.00 – 13.30

Koulukiusaamisesta selviytyminen saattaa tuntua ylitsepääsemättömältä haasteelta vielä aikuisenakin. Vaikka kiusatuksi joutuminen ei katoakaan entisen kiusatun historiasta ja identiteetistä, onko kiusaamiskokemukset kuitenkin mahdollista kääntää voimavaraksi?

Ohjaajat: Sanni, kokemus-
asiantuntija



Mielenterveyden
keskusliitto

