

Maksuton
työpaja
verkossa



Haikuja toipumiselle

Miten saisit kiinni hetkestä? Onnistuisiko se pysähtymällä hetkeksi kirjoittamisen äärelle? Tule mukaan työpajaan opettelemaan haikujen kirjoittamista!

Haikun kirjoittaminen tarjoaa mahdollisuuden elää ja kokea tätä hetkeä. Haikussa tärkeintä onkin hetki, ei runo. Opetellaan kirjoittamaan kokemuksista ja tunteista muutamalla lyhyellä sanalla.

Osallistuaksesi tarvitset toimivan verkkoyhteyden, kynän ja paperia. Sinun ei tarvitse olla valmis kirjoittaja. Parasta onkin, jos tulet mukaan avoimin ja aloittelijan mielin. Voit tulla mukaan myös vain viihtymään – verkkotyöpajassa saat olla turvallisesti omien rajojesi äärellä tai niitä muuttaen.

Kenelle?

Kaikille mielenterveysyhdistysten ihmisille ja kaikille omaan mielenterveyteen tukea hakeville, jotka kaipaavat uusia ilmaisukeinoja ja virkistystä arkeen.

Verkko

Ajankohta: Ti 11.6.

Kellonaika: 13 - 14.30

Paikka: Teams

Ohjaaja: Nina Tuittu,
Mielenterveyden keskusliitto

Mukaan mahtuu: 50

Ilmoittaudu: Viimeistään 9.6.

Mitä maksaa? Ei mitään

Haku täällä, etsi kurssin nimellä:
www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri



Mielenterveyden
keskusliitto

