

Maksuton
seikkailu



Skutsi kuulee

Luontoseikkailu

Tuntuuko yksin luontoon lähteminen tylsältä? Tai tekisikö mielesi kokeilla jotain aivan uutta, vaikkapa maastopyöräilyä tai melontaa? Jotain mitä ei muuten tule kokeiltua?

Luontoseikkailupäivässä irrotetaan ote kaikesta tavallisesta ja heittäydytään luonnon vietäväksi turvallisessa porukassa. Tutustumme päivän aikana ammattilaisen opastuksella yhteen tai kahteen kivaan luontopuuhaan. Koko ajan ei touhuta, vaan välillä pysähdytään ja kokataan ulkosalla hyvät retkievää. Nautitaan yhdessäolosta, äänistä ja tuoksuista ympärillämme ja otetaan rennosti.

Sinulla ei tarvitse olla aiempaa kokemusta luonnossa liikkumisesta, vaan riittää, että olet utelias ja haluat kokeilla uutta.

Luontoseikkailut ovat osa Mielenterveyden keskusliiton Skutsi kuulee -ohjelmaa.

Skutsi kuulee -ohjelma?

Skutsi kuulee -ohjelman tavoitteena on tukea kokonaisvaltaista hyvinvointia luonnossa toimimisen kautta.

Kenelle?

18–35-vuotiaille, jotka ovat kiinnostuneita kokeilemaan luonnossa liikkumista

Seinäjoki

Ajankohta: 21.5.

Kellonajat: 11–15

Paikka: Lähtö luontoseikkailuun osoitteessa Olkkari, Kauppaneliö 2, Seinäjoki

Muoto: Alueen ihmisille.

Ohjaajat: Sanna Manu ja Kati Rantonen, Mielenterveyden keskusliitto

Mukaan mahtuu: 20

Ilmoittaudu mukaan: viimeistään 7.5.

Yhteistyössä: Kokemus- ja vertaistoimijat ry Olkkari

Mitä maksaa? Ei mitään!

Ilmoittaudu mukaan: www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri