Mielen Avoin Opisto

23.11.2026 - 07.12.2026

Mielen Avoin Kahvila

23.11.2026 klo 13.15-14.15

Tapaamme kahvilassa maanantaisin mielen hyvinvoinnin ja ihan vain ihmisenä olemiseen liittyvien aiheiden äärellä.

Ohjelma klo 13.15–14.15 ja tarjoamme kahvit/teet

Tervetuloa mukaan!

Tulevia aiheita

Lisätietoja: mielenavoinopisto@mielen.fi / 050 377 0462

Lähiluontokävely

25.11.2026 klo 00.00-00.00

Lähiluontokävelyillä ammennetaan hyvinvointia ja positiivista mielenterveyttä luonnosta, jota löytyy myös yllättävän läheltä. Lähiluontokävelyillä ihmetellään yhdessä luontoa ja kulttuurikohteita sekä vietetään rentoa aikaa yhdessä raikkaassa ulkoilmassa. Kohteet suunnitellaan yhdessä osallistujien kanssa. Mielen Avoimen Opiston lähiluontokävelyille kaikki ovat tervetulleita – erillistä ilmoittautumista ei joitakin poikkeuksia lukuun ottamatta pyydetä.

Lähiluontokävelyt toteutetaan yleensä keskiviikkoisin.

- Syksyn retket

Tarkempaa tietoa retkistä saat liittymällä sähköpostilistalle tai kysymällä suoraan meiltä: mielenavoinopisto@mielen.fi / 050 343 9461

Mielen Avoin Kahvila

30.11.2026 klo 13.15-14.15

Tapaamme kahvilassa maanantaisin mielen hyvinvoinnin ja ihan vain ihmisenä olemiseen liittyvien aiheiden äärellä.

Ohjelma klo 13.15–14.15 ja tarjoamme kahvit/teet

Tervetuloa mukaan!

Tulevia aiheita

Lisätietoja: mielenavoinopisto@mielen.fi / 050 377 0462
