



Avoimen Mielen Kahvila

Syysohjelma 2023

Tammelakeskuksessa (Itsenäisyydenkatu 21 B)

Kahvittelua klo 13-14 ja ohjelma klo 14-15

Muista ottaa oma kahvikuppisi mukaan!

Muutoksia ohjelmaan, päivitetty 22.9.

Lokakuu

2.10. Lapsuudessa koettujen asioiden vaikutus omaan vanhemmuuteen -kokemusasiantuntija

9.10. Shindoa

16.10. Yhteislaulua

23.10. Runoleikki /runoilukerta

30.10. Menneisyyden hyväksyminen ja sen kanssa eläminen -kokemusasiantuntijapaneeli

Marraskuu

6.11. Teatteriesitys

13.11. Naiskartano ry esittäytyy

20.11. Vahvuuteen sairastumisesta -kokemusasiantuntija

27.11. Puhetta vanhenemisesta

Joulukuu

4.12. Itsenäisyyspäivän kahvit

11.12. Anteeksianto - hyväksyminen – syyllisyys -kokemusasiantuntijapaneeli

18.12. Joululauluja ja torttuja

Ohjelmiin saattaa tulla muutoksia.

Seuraa meitä somessa: <https://www.facebook.com/mielenavoinopisto/>

<https://www.instagram.com/mielenavoinopisto/>

Tervetuloa mukaan juuri sellaisena kuin olet!