

# VOIMARYHMÄ

Tervetuloa voimaryhmään vahvistamaan voimavarojasi. Tunnistamme yhdessä mahdollisuuksia ja vahvuuksia. Voit edetä kohti omia tavoitteitasi ja omannäköistäsi elämää.

Voimaryhmä on turvallinen, päihteetön ympäristö täysikäisille pirkanmaalaisille.

## MITÄ TEEMME VOIMARYHMÄSSÄ

- Voimaryhmä toimii ti ja ke klo 8.30–12, to klo 12–16 osoitteessa Åkerlundinkatu 3 B
- Kahvia tarjolla ryhmän alkuun
- Mahdollisuus edulliseen lounaaseen ti-ke klo 9.30–10.15, to klo 13–13.30 lounasravintola Kulmassa (Åkerlundinkatu 3)
- Tutustumiskäynti tiistaisin klo 10
- Voimaryhmä on täynnä toiminnallisuutta, johon voit osallistua itsellesi sopivalla tavalla. Suunnittelemme ohjelmaa yhdessä.
- Esimerkiksi teemme retkiä ja tutustumiskäyntejä kiinnostaviin kohteisiin, joihin ei aina tule lähdettyä yksin. Ne voivat olla julkisia palveluita tai seutukunnan helmiä: lähiluontoa, kaupunginosia tai kulttuurikohteita.
- Yhteiset projektit, kuten yhteisötaideteokset, valmistuvat vähitellen usean ihmisen, idean ja kädenkosketuksen kautta
- Hyödynnämme Mielen ry:n työpajaympäristöä
- Etäryhmiä tulossa myöhemmin

## MITEN MUKAAN

- Ota yhteyttä Mielen ry:n asiakaskoordinaattori Leila Viertolaan, [leila.viertola@mielen.fi](mailto:leila.viertola@mielen.fi) tai 050 501 5103 ja tule tutustumiskäynnille sovitusti
- Tai tule tiistaisin klo 10 tutustumaan

## YHTEYSTIEDOT

Mielen ry:n kaikille avoin Voimaryhmä  
Åkerlundinkatu 3 B, 33100 Tampere  
Asiakaskoordinaattori Leila Viertola:  
[leila.viertola@mielen.fi](mailto:leila.viertola@mielen.fi) tai 050 501 5103  
[www.mielen.fi/voimaryhma](http://www.mielen.fi/voimaryhma)

**Pirkanmaan  
hyvinvointialue**

