

# PORUKALLA – iloa yksinäiseen arkeen



Ystävyyden solmiminen voi olla hankalaa monista eri syistä. Yksinäisyyttä voi aiheuttaa esimerkiksi välimatka perheeseen tai uusi ja outo elämäntilanne.

Porukalla -ryhmässä on ajatuksena lievittää yksinäisyyttä ja saada vertaistukea. Tarkoituksena on rento ja mukava yhdessäolo ilman minkäänlaisia sosiaalisia suorituspaineita. Ryhmäläiset voivat myös itse vaikuttaa ryhmän toiminnan sisältöön.

Ryhmän vetäjinä toimivat YTHS:n terveydenhoitajat Jaana Kangas ja Raija Salminen.

Ryhmän kokoontumisajat keväällä 2018:

ti 20.2.2018 klo 14.00-15.30

ti 27.2.2018 klo 14.00-15.30

ti 20.3.2018 klo 14.00-15.30

ti 10.4.2018 klo 14.00-15.30

ti 8.5.2018 klo 14.00-15.30

ti 15.5.2018 klo 14.00-15.30

Jos olet kiinnostunut ryhmästä voit ilmoittautua ajanvaraukseemme p. **046 710 1063** tai halutessasi lisätietoja ryhmästä voit varata ajanvarauksestamme puhelinajan ryhmän vetäjille.

**TULE ROHKEASTI MUKAAN!**