

Vapaaehtoistoimintaa mielen hyvinvoinnin parissa!

Kiinnostaako sinua ihmisen sisäisen hyvinvoinnin äärelle pysähtyminen? Oletko etsinyt lyhytkestoista vapaaehtoistoiminnan muotoa, joka mahdollistaa joustavuuden elämäntilanteesi mukaan?

Tule mukaan toimimaan keskustelijana, joka mahdollistaa toiselle tämän tunteiden, ajatusten, kokemusten ja toiveiden pohtimisen turvallisesti. Suunta-toiminnan vapaaehtoisena toimiessasi keskustelupariisi on iältään yli 65-vuotias ja keskustelukertoja on 3-6.

Toimintasi tueksi tarjoamme sinulle koulutuksen, jossa pohditaan vapaaehtoisuutta, ikääntymistä, mielen hyvinvointia ja ratkaisukeskeisyyttä. Saat myös lisäkoulutusta, tukea ja ohjausta sekä virkistystä.

Vapaaehtoisena toimiessasi saat hyvän mielen lisäksi mahdollisuuden oppia uutta, tutustua uusiin ihmisiin ja löytää merkityksellistä sisältöä elämään. Samalla kun autat muita, voit hyödyntää iän ja elämäkokemuksen tuomaa vertaisuutta.

Kiinnostuitko?

katja.tujunen@tukenasi.fi
040 528 9103
tukenasi.fi



Tukenasi ry