

KOHTI ITSETUNTEMUSTA -ryhmä vanhemmille

maanantaisin 2.3.-13.4.2026 klo 12-14
(ma 6.4. ei ryhmää)



Ryhmän tarkoituksena on keskustella ja tarjota turvallinen tila tutustua itseensä syvemmin. On hyvä harjoitella hyväksymään omat erilaiset puolet myötätunnolla ja uteliaisuudella. Kun opimme ymmärtämään itseämme ja mitä elämässä tavoittelemme, vahvistamme samalla myös omaa vanhemmuuttamme ja arjen hyvinvointia.

Pysähdymme pohtimaan, miksi tietyt asiat ovat meille tärkeitä ja millaiset kokemukset ovat muovanneet meistä nykyisen itsemme. Tutkimme myös omia vahvuuksia ja voimavaroja, jotka kannattelevat meitä arjessa ja auttavat tekemään omilta tuntuvia valintoja.

Lämpimästi tervetuloa ottamaan askel kohti syvempää itsetuntemusta ja lempeämpää suhdetta itseesi!

Ryhmä on suunnattu vauvaa odottaville ja
0-6 vuotiaiden lasten vanhemmille.
Ryhmä on maksuton.

Ryhmä kokoontuu osoitteessa:
Lapin ensi- ja turvakoti ry
Lähteentie 5, B-rappu (iso takkahuone)
Tilan vaihtuessa maaliskuun lopussa siitä sovitaan
ryhmässä ja tiedotetaan Tuulian instagramissa.



Voit tulla suoraan ryhmään. Toivoisimme kuitenkin
ilmoittautumista kahvitarjoilun järjestämiseksi:
040 630 7688 / 040 575 1823

Lisätietoja:
Avopalvelu Tuulia



avopalvelutuulia

