

Mielen hyvinvointia maanantaisin

21.10.2019 Mielen hyvinvoinnin lähteillä

Ritva Enäkoski & Sirkkaliisa Heimonen

25.11.2019 Valjasta vahvuudet käyttöösi

Tamara Björkqvist & Elisa Virkola

3.2.2020 Kimmoisan mielen rakennuspuita

Stina Fågel & Elisa Virkola

16.3.2020 Elämäkokemuksen voima

Elisa Virkola & Stina Fågel

Paikka: Kouvolan kansalaisopisto,
Salpausselänkatu 38

Aika: klo 13-14.30

Sisältää alustuksen (45 min.) ja keskustelua
mielen hyvinvoinnista ikääntyessä

Voit seurata alustusta myös suorana
verkossa osoitteessa:

<http://kouvola.adobeconnect.com/kansalaisopisto>

Tilaisuudet ovat avoimia ja maksuttomia!

IKÄOPISTO

Mielen hyvinvoinnin taitopankki



Ikäinstituutti

