



Mielikki -toiminta on Pirkkalan terveyskeskuksen ja Mielen ry:n Rasihovin luotsaamaa toimintaa, johon ovat tervetulleita kaikki. Toiminta keskittyy terveyttä edistävän tiedon jakamiseen sekä avoimeen kohtaamiseen. Mielikissä perehdytään hyvinvointia tukeviin aiheisiin, keskustellaan, kuunnellaan ja tavataan mukavia ihmisiä.

Tänne ei tarvitse ilmoittautua etukäteen ja toiminta on ilmaista.

Olet lämpimästi tervetullut yksin tai ystävän kanssa!

Kokoonnumme maanantaisin klo 12 - 13.30 Hyvän Mielen Keskuksessa, os. Suupantie 2 Pirkkala

Syksyn 2018 keskusteluaiheita. Muutokset mahdollisia.

Katso www.pirkkala.fi > terveyspalvelut > päihde- ja mielenterveys > Mielikki

- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13.8. Kesän kuulumiset | 22.10. Vanhempi/läheinen psyykkisesti oireilevan nuoren tukena, vieraana psyk. sh Pirjo Juvonen |
| 20.8. Astma, vieraana sh Heli Sokka | 29.10. Reuma ja osteoporoosi, vieraana sh Merja Litmanen |
| 27.8. Lapsi ja vanhemman päihdeongelma, vieraana perheohjaaja Aila Hyvönen | 5.11. Elämän kriisit |
| 3.9. Juttutupa | 12.11. Ikääntymisen tuomat muutokset |
| 10.9. Luonnon vaikutus mieleen ja kehoon | 19.11. Keskustelua unista |
| 17.9. Terveellinen ruokavalio, vieraana ravitsemusterapeutti Jarmo Sallinen | 26.11. Tunnemaalaus |
| 24.9. Masennus, vieraana kokemusasiantuntija | 3.12. Sosiaalinen jännittäminen |
| 1.10. Peliriippuvuus, vieraana sh Margit Salonen | 10.12. Juttutupa |
| 8.10. Bulimia, vieraana työntekijä Tampereen Syli-keskuksesta | 17.12. Puurojuhla |
| 15.10. Kaksisuuntainen mielialahäiriö, vieraana kokemusasiantuntija | |

Mielikkiä ohjaavat terveyskeskuksesta poliklinikkahoitaja Tarja Ruokonen puh. 050 302 1537 ja Rasihovista ohjaaja Päivi Vähäsalo puh. 050 913 5213