



Psykosociala
förbundet

Kurs; Personlig utveckling

Arrangör ; Psykosociala förbundet r.f

Plats; Backby herrgård, Esbo

Tid; 18-21.11.2021

Ansökan senast; 17.10.2021

Målgrupp; Vuxna personer med psykisk ohälsa och psykosociala svårigheter. Upplever du att självkänslan och självbilden fått sig en törn? Då är denna kurs rätt för dej.

Målsättning; Teman under kursen är självkännedom, självkänsla och självbild. Genom föreläsningar, gruppdiskussioner och övningar ökar vi på självinsikten. Att erbjuda möjlighet till aktivitet, vila och socialsamvaro. Träffa andra med liknande erfarenheter = kamratstöd.

Kostnader; kursen är helt avgiftsfri, inkl. kost, logi och resekostnader enl. billigaste färdmedel.

Ansökan till kursen sker enklast via vår hemsida

<https://www.fspc.fi/kurser/vara-kurser>

Eller ansökningsblankett kan också beställas via Camilla

Ansökan skickas till; **Psykosociala förbundet r.f**

Kursverksamheten

Kanalesplanaden 19 B 13

68 600 Jakobstad

För mera information kontakta kursverksamheten;



Chef för kurs- och rådgivningsverksamheten
Ann-Charlott Rastas

Tel: 050-3688891
Ann-charlott.rastas@fspc.fi



Rådgivare
Camilla Roslund-Nordling

Tel: 050-4096640
camilla.roslund-nordling@fspc.fi



Vi behöver varandra