"Tule sellaisena kuin olet
– löydä seuraa, iloa ja tukea."

KÄDENTAITOJEN RYHMÄ

📅 keskiviikkoisin klo 9.30–11.30

Neulo, tee timanttimaalausta, väritä tai harrasta muita kädentaitoja – yhdessä tekeminen inspiroi ja virkistää.

✨ Omat tarvikkeet mukaan!

FRISKI TUULT
RAUMAN MTY

Ryhmät kokoontuvat Rauman MTY Friski Tuult ry:n kohtaamispaikassa, Eteläkatu 7, Rauma.
Osallistuminen on avointa kaikille, eikä ennakkoilmoittautumista tarvita

Eteläkatu 7, Rauma
02 821 1065
www.friskituult.fi

RAUMAN KAUPUNGIN TUKEMAA TOIMINTAA

Muutokset mahdollisia!

RAUMAN HYVÄN MIELEN TALON VERTAISRYHMÄT SYKSY 2025

KAVERIPIIRI

📅 Parillisten viikkojen tiistaisin klo 16.00–17.30

Rento paikka kohdata ihmisiä, jutella arjen asioista ja viettää mukavaa aikaa yhdessä.

Piirin jälkeen on mahdollisuus saunomiseen – ota pyyhe mukaan!

Tule sellaisena kuin olet!

MASENNUS- JA AHDISTUSRYHMÄ

📅 Parillisten viikkojen keskiviikkoisin klo 14.00–15.30

Vertaistuellinen keskusteluryhmä turvallisessa ja hyväksyvässä ilmapiirissä.

"Yhdessä kohti valoisampaa huomista"

KAVERISAUNA

📅 Tiistaisin klo 17.00–19.00

Yhdessäoloa ja lämpimiä löylyjä hyvässä seurassa.

Muista oma pyyhe ja peseytymis-välineet!

"Löylyt lämmittävät – seura piristää."

MUSIIKKIRYHMÄ – ELÄMÄNI BIISI

📅 Parittomien viikkojen tiistaisin klo 14.00–16.00

Tuo mukanasi merkityksellinen kappale ja kerro sen tarina – tai tule kuuntelemaan muiden musiikkimuistoja.

”Jokaisella kappaleella on tarina – ja jokaisella tarinalla on kuulija.”