



Hyvän elämän työkirja – Rakenna arki pienistä onnistumisista

Tavoitteena on oman arkirytmien löytäminen ja parantaminen. Huomio kiinnittyy henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistämiseen. Jokainen osallistuja löytää omat vahvuutensa ja asettaa tavoitteet toiminnalle hyvän arjen saavuttamiseksi.

Pääset mukaan yhteisiin taidetyöpajoihin pienryhmissä taiteen ja tekemisen keinoin tunnelmallisessa ja inspiroivassa ympäristössä vanhalla puukoululla Iittalassa.

Yksilövalmennuksia toteutetaan asiakkaan tarpeen mukaisesti.

Lopputuloksena syntyy henkilökohtainen työkirja oman arkirytmien parantamiseen.

Toimintamalli:

Osallistuminen työpajoihin ja yksilövalmennuksiin yhteensä 6–8 kertaa, yhteensä 15 tuntia.

Kerromme mielellämme lisää!
Ota yhteyttä:
asiakaspalvelu@artikas.fi
040 511 1466

