

En föreläsning om psykiskt välbefinnande för pensionärer

Ett gott sinne för alla åldrar

Utbildare-psykoterapeut, författare av facklitteratur Maaret Kallio



27.9.2023
klo 17.30-19

**Linnankosken lukio,
auditoriet
Biskopsgatan
24-26, Borgå**



Temat: Hur kan du själv stärka det psykiska välbefinnandet, livserfarenhet, känslor, relationer.



Föreläsningen kan också ses via Teams. Anmälan [här](#) eller p. 019 520 2660



Föreläsningen är på finska.

Föreläsningen ordnas i samarbete med Östra Nylands välfärdsområde och projektet "Framtidens tjänster som stöder boende hemma för äldre" och Borgå medborgarinstitut.

Kontaktuppgifter:
virpi.paananen@itauusimaa.fi