

PERHELINJAN DIGIKAHVILA

tiistaisin kello 13-14 ja perjantaisin kello 10-11

Tervetuloa
pohtimaan
yhdessä
ajankohtaisia
teemoja!

Oletko voinut huolehtia omasta hyvinvoinnista ja jaksamisesta tänä poikkeuksellisena aikana?

Mietitkö mitä puuhata lasten kanssa tai kuinka tukea isompien lasten etäkoulunkäyntiä?

Onko työkuvioiden muutokset aiheuttaneet stressiä?

Ikävöitkö harrastuksia, ystäviä ja sosiaalisia kohtaamisia?

Turhauttaako tietämättömyys tämän epätavallisen elämäntilanteen kestosta?

Tule keskustelemaan avoimessa ja lämpimässä ilmapiirissä näistä ja muista askarruttavista kysymyksistä kanssamme Perhelinjan digi-perhekahvilassa. Voit osallistua omalta kotisohvaltasi, lasten kanssa touhutessasi, pyykkiä ripustaessasi tai vaikka kävelylenkiltä! Tule juuri sellaisena kuin olet!

Liity mukaan tästä linkistä: zoom.us/j/6845085854

Päivät ja teemat

14.4. klo 13-14

Miten huolehtia omasta jaksamisesta ja hyvinvoinnista?

17.4. klo 10-11

Miten pyörittää uudenlaista arkea?

21.4. klo 13-14

Perhe ja hyvinvointi

Digikahvila kokoontuu myös 24.4, 28.4, 5.5, 8.5 ja 12.5.

Lisätietoja

Toiminnasta vastaavat MLL Varsinais-Suomen piiri ry ja Sateenkaari Koto ry

Heidi : heidi.karvonen@mll.fi, 044- 704 4401

Outi outi.lehtinen@mll.fi, 044- 0770952

Kira: kira.laaksonen@sateenkaarikoto.fi, 044- 2317296

Ronja ronja.kankare@sateenkaarikoto.fi, 044- 240 3175



PERHELINJA