

Onnin Syksy 2024



Maksutonta tukea
18–29-vuotiaille

Kaikille avoimet Hyvinvointituokiot verkossa

Kerran kuussa torstaisin klo 13–14 ja 16–17. Liity mukaan QR-koodilla.

Tuokioiden teemat:

- 12.9. Tarttuisinko hetkeen?
- 10.10. Joutaako mielesi?
- 14.11. Miten kestää elämää?
- 12.12. Mikä sulle on tärkeää?



Valtakunnallinen nuorten kehittäjäryhmä

Käynnisty torstaina 26.9. klo 15–17. Kokoontuu kerran kuukaudessa verkossa.

Kysy lisää ja ilmoittaudu mukaan katja.kuorikoski@te-toimisto.fi

Suljetut pienryhmät verkossa – Ilmoittautumiset avoinna!

- **Hyvinvointiryhmä** – kaikille, jotka haluavat pysähtyä hetkeksi oman hyvinvoinnin äärelle
alkaen to 26.9. klo 13–15. Lisätietoa ja ilmoittautumiset 6.9. mennessä mari.lappalainen@te-toimisto.fi
- **Voimauttava ryhmä jännittäjille** – perusjännittäjäryhmä kaikille jännittämisen kanssa kamppaileville
alkaen to 3.10. klo 13–15. Lisätietoa ja ilmoittautumiset 30.9. mennessä suvi.karkiainen@te-toimisto.fi
- **Jatkoryhmä jännittäjille** – perusjännittäjäryhmän aiemmin käyneille
alkaen ti 29.10. klo 13–15. Lisätietoa ja ilmoittautumiset 24.10. mennessä suvi.karkiainen@te-toimisto.fi
- **Powered by ADHD** ryhmämuotoinen valmennus nuorille, joilla ADHD-diagnoosi
alkaen to 3.10. klo 14–15.30. Lisätietoa ja ilmoittautumiset anne-mari.hynonen@te-toimisto.fi
- **Autismikirjon ryhmävalmennus** nuorille, joilla autismikirjon diagnoosi
alkaen to 12.9. klo 14–15.30. Lisätietoa ja ilmoittautumiset majja.klockars@te-toimisto.fi



Lisätietoa ja vinkkejä:

<https://ohjaamot.fi/web/ohjaamojenonni>



@ohjaamojenonni

