



Helsingin Valkonauha ry
Bulevardi 15 C 32
00120 Helsinki
www.helsinginvalkonauha.fi

Jäsenkirje 3/2017

Hyvät Valkonauhan ystävät!
Tervetuloa taas mukaan syyskauden toimintaan.

Aloitamme syyskauden iltapäivän kahvihetkellä torstaina 21.9. klo 13.00.
Aiheena **Syöpä koskettaa**.
Vieraanamme Syöpäyhdistyksestä erikoissairaanhoidaja Taina Häkkinen.

Tunnesyöjien jatkoryhmä kokoontuu joka toinen tiistai klo 18.00-19.30.
Ensimmäinen kokoontuminen 5.9. ohjaajana Mervi Rouvinen.
Ilmoittautuminen Valkonauhaliittoon, puhelin 09-1351268.

Uniryhmä kokoontuu joka toinen torstai klo 18.00-19.30.
Ensimmäinen kokoontuminen 28.9. ohjaajana Mervi Rouvinen.
Ilmoittautuminen Valkonauhaliittoon, puhelin 09-1351268.

Rakas rämä, mutta oma-seminaari lauantaina 7.10. klo 11.00-14.00.
Tarinoita päihteiden värittämisestä perhetilanteista. Kaikille joiden elämää
päihteet ovat koskettaneet.
Ohjaajana perheterapeutti Heidi Härkönen.
Ilmoittautuminen Valkonauhaliittoon, puhelin 09-1351268.

Elämänkaari valokuvien kautta. Ohjaajana valokuvaaja Pirjo Sipilä.
Ryhmä kokoontuu klo 17.00-19.30, alkaen keskiviikkona 4.10.
Ilmoittautuminen Valkonauhaliittoon, puhelin 09-1351268 tai
sähköpostilla studiosi@nic.fi

Laulukontti-ohjaajan koulutus.
Harjoittelemme ohjaamaan musiikkipainotteisia tuokioita ikäihmisten parissa.
Ohjaajana musiikkiterapeutti Taru Koivisto.
I kurssi klo 10.00-12.00 lauantaina 23.9 ja lauantaina 30.9.
II kurssi klo 10.00-12.00 tiistaina 31.10. ja tiistaina 7.11.
Ilmoittautuminen Valkonauhaliittoon, puhelin 09-1351268.



Käy tutustumassa uudistetuilla kotisivuilla www.helsinginvalkonauha.fi
Katso myös Valkonauhaliiton sivut www.suomenvalkonauhaliitto.fi

Helsingin Valkonauha ry yhteystiedot:

Pirjo Kivelä-Ristevirta, p. 040 5106833, sposti pirjo.ristevirta@gmail.com

Marita Saarela, p. 050 5023801, sposti maritasaarela@hotmail.com

Marke Kaskimies, p. 050 5957432, sposti marke.kaskimies@gmail.com

Tervetuloa mukaan!

Hallituksen puolesta

Pirjo Kivelä-Ristevirta
puheenjohtaja

*Sirkka viulun virittää,
soittojansa sirittää.
Ilta hämyyn kietoutuu,
onkohan jo elokuu*