



Voimaantumista positiivisesta psykologiasta ja taiteesta

Tämä iltapäivä on sinun.
Ensin saat iltapäiväpalaa eli ravintoa keholle.
Sitten on vuorossa mieli, sydän ja sielu.
Tule mukaan voimaantumiseen kanssamme!

OHJELMA

- 14.00 **Tervetulotoivotukset ja
iltapäiväpalaa Ravintola Rauhalassa**
- 14.15 **Voimaantumista positiivisesta psykologiasta**
Pohdimme yhdessä merkityksellistä elämää ja voimavaroja.
Keskitymme näiden edistämiseen vahvuuksien,
itsemyötätunnon ja hyvinvointitaitojen avulla.
Teemaan johdattelee kehittämisspäälikkö Tiina Heusala
Työterveyslaitoksesta.
- 15.30 **Taide tuo hyvinvointia eli
siirtyminen Oulun taidemuseoon**
Opastettu
- 17.00 **Yhteinen iltapäivä päättyy**

"Yksi museokäynti tuo
hyvinvointia 864 eurolla."
Tule testaamaan, pitääkö paikkansa!

Suomen museoliiton tutkimus suomalaismuseoiden
koetuista hyvinvointivaikutuksista 2022

FAKTA T

Koska?

to 13.4.2023 klo 14–17

Missä?

Ravintola Rauhala
(Mannenväylä 4, Oulu) ja
Oulun taidemuseo
(Kasarmintie 9, Oulu)

Mitä maksaa?

Tilaisuus on maksuton.

Ilmoittautuminen?

10.4. mennessä
maarit.kaartinen@ttl.fi
(Muistathan mainita
erityisruokavaliosta!)

Kuka järjestää?

[Ketterät ja hyvinvoivat
yritykset -hanke](#)

KYSY LISÄÄ?

Eveliina Korkiakangas

projektipäälikkö
eveliina.korkiakangas@ttl.fi