



TERAAPIAKESKUS

TERAAPIAKESKUSE KAVA

OKTOOBER 2020

| | |
|------------------|---|
| Esmaspäev | 11.00-13.00 Stressijuhtimise grupp 13.00-15.00 Uuskasutusgrupp 16.00-18.00 Noorte tugigrupp eesti keeles |
| Teisipäev | 10.00-12.00 Mõtlemine ja loovus 12.00-14.00 Muusikaklubi 14.00-17.00 Draamagrupp (kinnine grupp) |
| Kolmapäev | 13.00-15.00 Tervislikud eluviisid 16.00-18.00 Noorte tugigrupp vene keeles |
| Neljapäev | 10.00-12.00 Kunstiklubi 08.10 12.00-14.00 Tervislikud eluviisid - lähme tutvume tervisliku toiduvalikuga Nõmme turul 22.10 12.00-14.00 Tervislikud eluviisid - teeme jalutuskäigu Kopli liinide uuel rannapromenaadil |
| Reede | 02.10 kell 10.00 UUS! Teemagrupp: räägime pereteraapiast 02.10 kell 12.00 Petank Löwenruh pargis. Vihma korral lauamängud 09.10 kell 12.00 Jalutuskäik sügisel Kadriorus ning kohvi ja koogi nautimine NOP kohvikus. 16.10 kell 12.00 Kirjanduslik reede 23.10 kell 12.00 Lauamängud 30.10 kell 12.00 Maitsev reede |

Kavas võib ette tulla muudatusi, millest anname teada jooksvalt.

Kontakt

Leila 5656 2269, leila.rani@vaimnetervis.ee

Anneli 5551 1972, anneli.valdna@vaimnetervis.ee

Urmas 5558 0107, urmas.nurk@vaimnetervis.ee

Siiri siiri.minka@vaimnetervis.ee