

The logo for 'Mielekäs Muutos' features the text 'Mielekäs Muutos' in white, bold, sans-serif font, centered within a black, irregular, brush-stroke-like shape. Two white circles are overlaid on the black shape, one above and one below the text, creating a circular frame effect.

**Mielekäs
Muutos**

Toipumisen polku alkaa täältä!

Taiteen Sulattamo

(Malmin Raitti 17A)

Mielekäs Muutos -ryhmätila

Tiistaisin ja torstaisin 11.8.-24.9.2026

Klo 9-11

Tunnistatko elämässäsi jotain, joka kaipaa muutosta?

Minkälaista muutosta? Miten sitä voisi lähestyä?

**Miten rakentaa jotain, jota kutsua
merkitykselliseksi elämäksi?**

Tällä kurssilla etsitään vastauksia elämän merkityksellisyyden ytimessä oleviin kysymyksiin omaa ajattelua herättelevien tehtävien ja nykytutkimukseen sekä kokemustietoon heijastelevien tietoiskujen avulla.

Kurssi tarjoaa mahdollisuuden hahmottaa pienien palasien avulla elämän suuria kokonaisuuksia ja omaksua omasta ajattelusta kumpuavia työkaluja muutokseen, joka tuntuu mielekkäältä.

**Tule tutustumaan tai varaa aika alkukeskusteluun:
maria.kuhanen@taiteensulattamo.fi tai 040 516 8388**

Tervetuloa mukaan!

TOIPUMISEN POLKU -KURSSIOHJELMA

