



# ***Naisten vertaistuellinen syysilta***

**M**aanantaisin klo 16.30–18.00  
Syyskuun alusta marraskuun loppuun 2021

Mitä minulle kuuluu -kierros, pieniä harjoitteita ja rentoutustuokioita, keskustelua omasta arjesta, hyvinvoinnista, toipumisesta ja muista naisia lähellä olevista teemoista. Välipala ja kahvi/tee 1€.

*Lämpimästi tervetuloa eri-ikäisille naisille!*

*[helsinginakilta.fi](https://helsinginakilta.fi)*

Malmin yhteisötila sijaitsee Malmin aseman lähellä, Ala-Malmin torin laidalla, Hietakummuntie 19 B, (rappu torilta päin katsoen Postitalon takana; soita ovikelloa). Tarkempaa tietoa: [malmi@helsinginakilta.fi](mailto:malmi@helsinginakilta.fi)