

# RETKI- RYHMÄ

Lämpimästi tervetuloa avoimeen yhteiseen retkiryhmään, joka on tarkoitettu kaikille Väkivaltatyön yksikön asiakkaille. Retket tarjoavat mahdollisuuden pysähtyä luonnon äärelle, vahvistaa kehon ja mielen hyvinvointia sekä olla yhdessä turvallisessa ryhmässä.

Voit osallistua kaikkiin neljään retkipäivään tai valita niistä itsellesi sopivat.

Retket järjestetään klo 12–15.

## RETKIPÄIVÄT JA OHJELMA:

**9.5. Voimaa luonnosta ja kivimaalausta**

Suolijärvi

**23.5. Aistimatka metsässä**

Peltolampi

**29.8. Kehon ja mielen hoitoa**

Iso-Naistenjärvi

**12.9. Äänimaljarentoutus luonnossa**

Arboretum

**Ilmoittautuminen**



**Tarjoilu:** Kaikilla retkillä on tarjoilua järjestäjän puolesta.

**Tarkemmat kokoontumispaikat ilmoitetaan osallistujille ennen retkeä.**



**Setlementti  
Tampere**

VÄKIVALTATYÖ