



Psykosociala  
förbundet

# Kurs i skärgården

**Arrangör:** Psykosociala förbundet r.f

**Plats:** Skärgårdsskolan, Houtskär, Åbolands skärgård

**Tid:** 9-13.6.2025

**Ansökan senast 5.5.2025**

**Målgrupp:** Vuxna personer med erfarenhet av psykisk ohälsa som vill finna krafter via naturen.

**Målsättning:** Erbjuder upplevelser av psykiskt välmående genom olika gruppaktiviteter i gemenskap med andra. Föreläsning och gruppdiskussioner om psykisk hälsa och återhämtning. Få insikt om sin egen kapacitet. Friluftsliv genom skärgårdsaktiviteter som bl.a. mete, vandra i naturen, bastubad och dopp. Kamratstöd.

Kursen är avgiftsfri inkl. Kost och logi i dubbelrum.

Ansökan till kursen sker via vår hemsida [www.fspc.fi](http://www.fspc.fi) under kurser

Vi tar inte emot ansökningar per e-post.

**Kursförfrågningar:** Kurskoordinator Christian Nyman telnr. 050-9113295 eller [kurs@fspc.fi](mailto:kurs@fspc.fi)



Chef för kurs- och  
Rådgivningsverksamheten

Ann-Charlott Rastas  
Tel: 050-3688891  
[ann-charlott.rastas@fspc.fi](mailto:ann-charlott.rastas@fspc.fi)



Rådgivare

Camilla Roslund-Nordling  
Tel: 050-4096640  
[camilla.roslund-nordling@fspc.fi](mailto:camilla.roslund-nordling@fspc.fi)

Vi behöver varandra

