



## MIELENTERVEYDEN ENSIAPU 2 HAKU PÄÄTTY 6.9.2026

### LAAJUUS

15 t

### AJANKOHTA

15.9.2026 -22.9.2026

### PAIKKA

Kälviä

### OPPILAITOS

Keski-Pohjanmaan kansanopisto

### HINTA

100 €

### HAKEMINEN

Ilmoittautuminen päätty 6.9.2026

### Tavoite

Tavoitteena on saada tietoa ja työkaluja mielenterveysongelmien varhaiseen tunnistamiseen, vahvistaa valmiuksia ottaa puheeksi mielenterveyteen liittyviä kysymyksiä sekä tarjota tukea ja apua.

### Kohderyhmä

Koulutukseen ovat tervetulleita kaikki, joita kiinnostaa hyvän mielenterveyden vaaliminen.

### Sisältö

Koulutuksessa käsitellään mm. mielenterveyttä, tunnetaitoja, elämän kriisejä, ihmissuhteita, vuorovaikutusta ja elämänhallintaa.

#### Aikataulu:

ti 15.9. klo 17-21

to 17.9. klo 17-21

ti 22.9. klo 17.21

Paikka: Keski-Pohjanmaan kansanopisto, Opistontei 1, Kälviä, luokka I4

Kouluttaja: Anssi Pulkkinen

### Lisätietoja

Lisätietoja: [info.kansanopisto@kpedu.fi](mailto:info.kansanopisto@kpedu.fi)

#### Peruutus- ja maksuehdot

Peruttamattomasta koulutuspaikasta laskutamme koko koulutuksen hinnan.

#### Lisätietoja:

Keski-Pohjanmaan kansanopisto

puh. 040 8085 035/koulutussihteeri

[info.kansanopisto\(at\)kpedu.fi](mailto:info.kansanopisto(at)kpedu.fi)

Lisätietoja hakeutumisesta  
[info.kansanopisto\(at\)kpedu.fi](mailto:info.kansanopisto(at)kpedu.fi)