



MARIA AKATEMIA  
MARIA AKADEMI

## Työn ja perheen yhteensovittaminen

### Kuinka se on mahdollista ja onko?

*Tuntuuko, että olet usein väärässä paikassa ja syyllisyys ei helpota? Ovatko työelämän paineet todellisia vai itsesi asettamia ja tuntuvatko ne mahdottomilta yhdistettynä vanhemmuuteen ja sen tuomaan vastuuseen ja muutokseen itsessä? Näitä ja paljon muita kysymyksiä pohdimme ja löydämme myös vastauksia, jotka jo ovat meissä itsessämme, kun pysähdymme niitä vain kuuntelemaan.*

*Tähän tarvitsemme muita ihmisiä. Kannustavaa, luotettavaa ja avointa vertaisryhmää ja ammattitaitoista ohjausta. Takaamme että löydät takaisin omaan viisauteesi mahdollisten "ruuhkavuosiesi" sokeuden keskellä. Lempeästi ja toisiamme tukien.*



**Kenelle:**

Kaikille naisille, jotka haluavat tarkastella työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen moninaisia kysymyksiä. Ryhmätyöskentelystä on apua omaan jaksamiseen ja syvällä olevien tunteiden tiedostamiseen, oma sisäinen käsikirjoitus on tausta jota vasten peilaamme kysymyksiä tämän päivän elämässä. Ryhmä on ammatillisesti ohjattu vertaisryhmä, johon mahtuu 10 naista.

**Aika**

Alkaen perjantaina 5.10.2018 klo 16.30–18.30.

Muut tapaamiskerrat ovat 19.10, 2.11, 16.11. ja 30.11. klo 16.30-18.30.

yhteensä 5 tapaamista. Ryhmän on syksyn kertojen päätyttyä mahdollisuus jatkaa vielä keväällä 2019 viisi kertaa (hinta 180 €)

**Paikka**

Maria Akatemia, Fredrikinkatu 29 A 3. krs, 00120 Helsinki

**Hinta**

180 € /osallistuja.

**Ohjaajat**

Maria Akatemian kouluttajat *Laura Perheentupa* ja *Eivor Wallinvirta*.

**Lisätiedot**

työnohjaaja, naistietoisuusryhmänohjaaja *Eivor Wallinvirta*, puh. 050 360 7530

työnohjaaja, naistietoisuusryhmänohjaaja *Laura Perheentupa*, puh. 040 755 9041

**Ilmoittautuminen** [toimisto@maria-akatemia.fi](mailto:toimisto@maria-akatemia.fi), puh. 09 7562 2250

*Ryhmän toteutumista tuetaan yhdistyksen varainhankinnalla.*