

MITEN MINÄ PIDÄN HUOLTA ITSESTÄNI?

TERVETULOA VIRTAIN KAUPUNGIN HYVINVOINTITOIMEN
JÄRJESTÄMÄLLE PIDÄ HUOLTA ITSESTÄS!
MATALANKYNNYKSEN KURSSILLE

Tuntuuko sinusta, että kaipaat sosiaalista tilannetta, tekemistä itsesi hyväksi? Tällä kurssilla tutustutaan itseemme ja hyvinvointiimme. Mitä voimme tehdä hyvinvointiimme jo pienilläkin muutoksilla?

KURSSI ALKAA TIISTAINA 16.5.2023 JA KOKOONTUU KERRAN
VIIKOSSA KAUPUNGINTALON HYVINVOINNIN TOIMIALAN
TILOISSA. (Valtuustosalin vieressä, virastotalo 2 krs.)

Ryhmä 1 kokoontuu klo 13-14.30

Ryhmä 2 kokoontuu klo 17-18.30

Ryhmään otetaan enintään 10 henkilöä. Ryhmä kokoontuu 7
kertaan.

KURSSI ILMOITTAUTUMISET: 044 715 12 53 tai
lea.koskimaki@virrat.fi

OHJAAJINA KURSSILLA HYVINVOINNIN TOIMIALAN
TYÖNTEKIJÄT **Lea, Päivi ja Sanna**

