

# Kutsu sauna-iltaan 20.10.14

Olet lämpimästi tervetullut STHL Lohjan seudun paikallisosaston järjestämään iltaan, jonka aluksi kättilö Titta Järvenpää kertoo raskaudenajan ja omaan hyvinvointiimmeikin liittyvistä itsehoitokeinoista vyöhyketerpian avulla.

Jatkamme iltaa saunoen ja kokoonnumme lisäksi nyyttäripöydän äärelle. Tuothan siis jotain pientä purtavaa/juotavaa mukanasasi.

**Paikka:** Monkolan saunaosasto, Karstuntie 4 (käynti Monkolaan takapihan henkilökunnan oven kautta, ovisummeria soittamalla)

**Aika:** ma 20.10.2014 klo 18.00

Ilmoittautumiset sähköpostitse pe 17.10.2014 mennessä:

[anita.lindevall\(at\)lohja.fi](mailto:anita.lindevall(at)lohja.fi)

Tervetuloa kuulemaan ja keskustelemaan raskausajan itsehoitoasioista ja viettämään mukavaa iltaa kollegojen kanssa!

