



EKL-yhdistyksille ja piireille tarjolla maksuton Elämäni eläkevuodet -valmentajakoulutus

Tule mukaan Elämäni eläkevuodet -vertaisvalmentajien joukkoon!

Yhdistysten Elämäni eläkevuodet -valmennusryhmiä luotsaavat koulutetut vertaisvalmentajat tai valmentajapari, joilla on kokemusta eläkkeellä olemisesta. Vertaisvalmentajat ohjaavat toimien tavallisen ihmisen taidoin, tukien ryhmäläisiä heidän hyvinvoinnin matkallaan.

Elämäni eläkevuodet -valmennusryhmät on tarkoitettu hiljattain eläkkeelle siirtyneille, jotka kaipaavat iloa liikkumiseen ja kipinää oman hyvinvointinsa vahvistamiseen. Valmennus on kahdeksan kerran kokonaisuus, joka rakentuu liikkumisen ja mielen hyvinvoinnin teemojen ympärille.

Yhdistys voi lähettää koulutukseen 1-4 henkilöä. Tervetuloa mukaan saamaan eväitä oman valmennusryhmän käynnistämiseen!

Elämäni eläkevuodet - valmentajakoulutus Naantalissa 12.-13.8.2020

Koulutus järjestetään Kultaranta Resortissa. Koulutus sisältää kahvitarjoilut, lounaan ja materiaalit.

Ilmoittaudu mukaan 10.7. mennessä osoitteessa https://www.lyyti.in/elamani_elakevuodet_NAANTALI

tai ottamalla yhteyttä Sainiin p. 040 526 2298

Lisätietoa:

Saini Suutari, Ikäinstituutti
saini.suutari@ikainstituutti.fi, p. 040 526 2298

Marja Raitoharju, Eläkkeensaajien Keskusliitto
marja.raitoharju@elakkeensaajat.fi, p.040 450 6565

Ainutlaatuinen liikkumisen ja mielen hyvinvoinnin valmennus