

Hei sinä 75 vuotta täyttänyt mäntyharjulainen! Kaipaatko lisää hyvinvointia arkeesi?

**Tule mukaan
maksuttomaan
Hyvän arjen avaimet
-keskusteluryhmään!**

Ryhmä sopii sinulle, jos:

- olet 75 vuotta täyttänyt
- toivot lisää iloa ja tekemistä arkeesi
- kaipaat juttuseuraa ja ihmisiä ympärillesi
- kynnys lähteä kotoa on kasvanut huomaamatta



Ryhmässä on tarjolla:

- rentoa keskustelua ja yhdessäoloa
- harjoituksia arjen hyvinvoinnin vahvistamiseen
- kahvia ja pientä syötävää

Ohjaajina Anna Heino ja Hanne Kemppinen Ikäinstituutista.

Ryhmiä on kaksi:

- Leppälän kerhotilalla perjantaisin 18.9.–23.10.
klo 9:30–11:00.
- Taruvuoren kerhosalilla perjantaisin 18.9.–23.10.
klo 13–14:30

Lisätietoja ja ilmoittautuminen:

hanne.kemppinen@ikainstituutti.fi tai
p. 040 663 2170