

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 15.8.2023 JA KOKOONTUU KERRAN VIIKOSSA
KAUPUNGINTALON HYVINVOINTITOIMIALAN TILOISSA klo 16-17.30.
(Valtuustosalin vieressä, virastotalo 2 krs.)

KURSSI ON MAKSUTON.

Ryhmään otetaan enintään 10 henkilöä. Ryhmä kokoontuu 7 kertaa.

KURSSI ILMOITTAUTUMISET: 044 715 12 53 tai

hyvinvointitoimi@virrat.fi

OHJAAJINA KURSSILLA HYVINVOINTITOIMEN TYÖNTEKIJÄT

Lea, Päivi ja Sanna

