



TERVETULOA AIVOTERVEYSILTAAN - VINKKEJÄ STRESSINHALLINTAAN JA MIELEN HYVINVOINTIIN

Lapin Muistiyhdistys ry, Muistikunto -hanke järjestää yhteistyössä Erityislasten Omaiset ELO ry:n kanssa aivoterveysillan.

Illan teemana on stressi ja mielen hyvinvointi. Tavoitteena on, että osallistujat saavat vinkkejä stressinhallintaan ja mielen hyvinvointiin sekä mahdollisuuden jakaa kokemuksia ja ajatuksia aiheeseen liittyen. Ilta on suunnattu erityislasten vanhemmille.

Ryhmä kokoontuu: ti 26.2. klo 17 – 19

Tornion Perheiden talo, Putaankatu 2, Tornio

Ilmoittautuminen: 25.2.2019 mennessä sähköisesti osoitteessa
<http://bit.ly/torniostressi>

Vähimmäisosallistujamäärä: 4 hlö

Lisätietoja: Mirja Heikkala, Lapin Muistiyhdistys ry, 045 668 3844
Eveliina Johansson-Kivioja, Erityislasten Omaiset ELO ry, 040 197 5050

Tilaisuus on maksuton. Kahvitarjoilu.

