

HYVINVOINTIA OMAAN ELÄMÄÄN

Tiistai 16.1.2018 klo 16.45-19.00

Kaijankulma (os. Lindemaninkatu 1, Jämsä)

Koulutuksessa saat tietoa hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä, aivoterveystestistä sekä päihteidenkäytön haitoista. Koulutus pitää sisällään tietoiskuja, keskustelua ja ryhmätyöskentelyä.

Koulutuksen kohderyhmänä ovat henkilöt, jotka kaipaavat tukea oman tai lähipiirin hyvinvointiin. Tavoitteena on löytää yhdessä toimivia keinoja hyvinvoinnin edistämiseksi.

Koulutuksesta vastaa Jämsän Terveystieteiden mielenterveys - ja päihdepalvelut (A-klinikka), Jämsänjokilaakson A-Kilta ry ja Jämsän Muistiyhdistys ry:n Nyt mun päässä ei raskasta -työttömyys on uhka aivoterveydelle -projekti.

Koulutus on maksuton. Kahvitarjoilu.

**Lisätietoja ja ilmoittautuminen
(viimeistään 14.1.2018):**

Elina Koivumäki p. 040 673 0777,
Jani Huotari, p. 050 375 2513,
info@jamsanmuistiyhdistys.fi

Tervetuloa!