

VIIRI

Virkeyttä, ruokaa ja arkiaktiivisuutta

Tervetuloa mukaan Marttojen järjestämään ilmaiseen Viiri-ryhmään!

Aika: maanantaisin 4.2.–18.3. klo 12–15 (7 kertaa)

Paikka: Väinölä, Kirkonrantatie 2, Taipalsaari

Kenelle: työelämän ja koulutuksen ulkopuolella oleville henkilöille

Ryhmäkertojen aikana mm.

- laitetaan yhdessä maistuvaa, helppoa ja terveellistä kotiruokaa
- käydään läpi kodinhoitoon liittyviä asioita
- jaetaan ja opitaan hyviä säästövinkkejä
- käydään yhdessä liikkumassa ryhmäläisten toiveiden mukaan
- joka kerta maksuton ruokailu!



**Lähde rohkeasti mukaan oppimaan uutta!
Osallistuminen on ilmaista!**

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

anni.ritala@martat.fi

050 5147307