

Hverdagsglede

Inspirasjonskurs

5 grep for økt hverdagsglede

VÆRE OPPMERKSOM



VÆRE AKTIV



FORTSETTE Å LÆRE



KNYTTE BÅND



GI



Kurset går over seks ganger, hver økt varer i 2 timer.

Kurset passer for alle over 18 år som ønsker å ta grep i hverdagen.

Oppstart torsdag 3. mai kl.13.00-15.00

6 kurstreff: 03.05, 08.05, 15.05, 23.05, 30.05, 06.06.

Kl: 13.00-15.00

Sted: Jorekstad

Kursholder

Tone Karlsen og Astrid Rieber-Mohn

Påmelding

E-post: frisklivssentralen@helse-sg.no

tlf: 954 76 164 / 902 91 36

Frist for påmelding: mandag 30. april

Kurset er gratis. Enkel servering.