

Yhteisöllisyys
Yhdenvertaisuus

Luottamus
Avoimuus
Osallisuus

HYVÄN ELÄMÄN OPISTO

Hyvinvointiin opastava, tukeva ja kannustava ryhmä
(HYVO)

29.9.-31.12.2021

Ke klo 8:15-12.15

To klo 11:30-15:30

- Opiston päiviin kuuluu ilmainen kevyt lounas tai välipala, inspiroivia luentoja, tutustumiskäyntejä, yhteistä suunnittelua ja keskustelua sekä liikkuvaan elämäntapaan harjoittelua
- Osa kerroista voidaan pitää etänä
- Kartoitat omaa elämäntilannettasi ja hyvinvointiisi vaikuttavia tekijöitä
- Opit suunnittelemaan ja valmistamaan terveellistä kotiruokaa



Kurssi on tarkoitettu vähintään 300 päivää työmarkkinatukea saaneille työttömille työnhakijoille. Kurssin aloittaminen edellyttää aktivointisuunnitelman laatimista TE-toimistossa, jonka jälkeen kurssi toteutetaan kuntouttavan työtoiminnan sopimuksella. Kurssin ajalta on mahdollista saada kulukorvaus ja matkakorvaus 3 km ja sen ylittävältä matkalta.

4

Hyvän Elämän Opisto

Turuntie 4, Salo

Tiedustelut: Riikka Orrenmaa

050 345 5710

riikka.orenmaa@kalliola.fi

Ilmoittautua voi arkisin klo 8.00-16.00

seuraaviin kuntouttavan työtoiminnan

ohjaajien numeroihin 044 778 3091,

044 778 3140 ja 044 7783095.

Kalliola

HYVÄN ELÄMÄN OPISTO