



KENELLE?

Perheille sekä lapsille ja nuorille, jotka kaipaavat tukea arjenhallintaan tai terveellisempien elintapojen omaksumiseen.



KOSKA?

Matalan kynnyksen ryhmät: perheliikuntaryhmä (pe), sekä Kunnan startti junior (ma&to), toimii Eurajoen monitoimihallissa. Tiedustele ja ota yhteyttä!



MISTÄ LISÄTIETOA?

Hyte-valmentaja:
Mari Jalava 044 9067650
mari.jalava@sata.fi
Liikuntaneuvoja:
Paula Niemi 044 4312583
paula.niemi@eurajoki.fi
Kysy myös omalta terveydenhoitajalta/ Neuvolasta

EURAJOEN PERHELIIKUNTA- NEUVONTA

MIKSI?

Liikunta lisää hyvinvointia, perhe voi löytää uuden harrastuksen sekä saatte vinkkejä omaan arkeen!

MITÄ?

Terveys- ja hyvinvointivalmennuksessa saa ohjausta ja tukea elämäntapamuutoksen toteuttamiseen.

