

Hyvinvointia arkeen -tapautuma

Torstaina 25.9. klo 14.30-17.30
Lounatuulet Yhteisöotalo Pihlaja-sali,
2. krs, Läntinen Pitkätatu 33

Klo 12-14.30

Omakustanteinen salaattibuffa Lounaskahvila Tähtihetkessä,
Lounatuulet Yhteisöotalon katutaso (hinta 4 €)

Klo 14-18.00

Pihlaja-salin yhteydessä toimiva
Lehmus-kahvio avoinna ja **minimessut**

Klo 14.30-15.30

Luento: Pysähdys vahvuuksien ja voimavarojen äärelle
Anna-Mari Siekkeli, SparriKumppani, johdon coach,
työyhteisövalmentaja

Klo 15.30-15.40

Lyhyt taukojumppa

Klo 16.30-17.30

Luento: Oivalluksia syömisestä psykologiasta
psykologi, psykoterapeutti Taija Wilenius

Esteetön kulku taloon www.lounatuulet.fi

