

# Ovet-valmennus työikäisille

Kyyhkylän Kartanossa 6.-7.10.2018

Jatkuuko työsi  
kotona?

Pääsetkö  
irrottautumaan  
työstäsi erityislapsesi  
lääkärikäynnin tms.  
takia kesken  
päivän?

Taasko anopin  
avuksi toiselle  
paikkakunnalle?

Tule mukaan vertaistesi pariin viikonloppukurssille virkistytymään sekä saamaan tietoa mm. sosiaalipalveluista ja -etuuksista.

Viikonlopun teemoina mm. ansiotyön ja läheisen hoivaamisen yhteensovittaminen sekä omasta hyvinvoinnista huolehtiminen.

Valmennus alkaa la klo 10 ja päättyy su n. klo 16.

Valmennuksen omavastuu 50€ (sis. majoitus, materiaalit, ruokailut)

## Lisätietoja ja ilmoittautuminen 10.9. mennessä

Kati Oinonen (Mikkeli)

p. 045 806 1361

s-posti: kati.oinonen@msol.fi

Mari Nykänen (Pieksämäki)

p. 050 320 7771

s-posti: mari.nykanen1@gmail.com

Avaa uusi ovi ja tule rohkeasti mukaan valmennukseen!

