**Luontoliikuntaa ja**

Kuva, joka sisältää kohteen puu, kasvi

Kuvaus luotu automaattisesti

**Kuva, joka sisältää kohteen teksti

Kuvaus luotu automaattisesti**

**-elämyksiä syöpäpotilaille**

**Paikka: Pieksämäen ympäristö, Vedenjakajan reitistö.**

**Kokoontuminen torilla, josta yhteinen lähtö kimppakyydeillä.**

**Lauantaisin klo 10–12**

**26.8.–14.10. yhteensä 8 kertaa,**

**sekä Saimaan Syöpäyhdistyksen neuvontapalveluntiloissa tiistaisin klo 17–19**

**19.9. ja 3.10.**

Luontoliikuntaryhmä ulkoilee ja nauttii samalla luonnon rauhoittavasta ympäristöstä. Etsitään yhdessä uusia motivaatioita liikkumiseen. Kaikkien osallistujien oma terveydentilanne huomioidaan toiminnassa.

Ryhmänohjaajana Terhi Fullwood Pieksämäen Seutuopistosta. (Varalla Sari Sorvali).

**Ryhmään otetaan kymmenen ensimmäiseksi ilmoittautunutta. Ensikertalaiset etusijalla.**

**Ilmoittautuminen viimeistään 18.8. puh. 040 7674043.**