

Syyskaudella 2023

Luontoliikuntaa ja -elämyksiä syöpäpotilaille

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

**Lauantaisin klo 10-12
26.8.-14.10. yhteensä 8 kertaa.**

sekä

**Saimaan Syöpäyhdistyksen neuvontapalvelun
tiloissa kahtena tiistai-iltana klo 17-19
19.9. ja 3.10.**

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

Ryhmänohjaajana toimii Terhi Fullwood Pieksämäen Seutuopistosta.

Ryhmään otetaan kymmenen ensimmäiseksi ilmoittautunutta. Ensikertalaiset etusijalla.

**Ilmoittautuminen viimeistään 18.8.2023
Saimaan Syöpäyhdistyksen neuvontahoitajalle,
puh. 040 767 4043.**

