

Edistian valmennus- ja kurssipalveluiden kesäkausi 30.5.-14.8.2022

MAANANTAI

klo 10.30-12.00 Kilonkallio 7C, Espoo
SUOMI TUTUKSI Valmentaja: Eeva Aro-Puustinen
Harjoittelemme yhdessä suomen kieltä. Tutustumme suomalaiseen kulttuuriin ja tapoihin. Saamme neuvoja asioiden hoitamiseen, esim. Kela ja TE-toimisto.

klo 13.00-14.00 Kilonkallio 7C, Espoo
JUTTUTUOKIO Valmentaja: Kaisu Lähteenmäki
Ryhmässä käydään keskusteluja mielen päällä olevista asioista, pienemmistä tai suuremmista, ryhmäläisten toiveiden mukaisesti. Voit tulla mukaan porukkaan omana itsenäsi, olitpa sitten hiljaisempi tai puheliaampi. Lämpimästi tervetuloa!

TIISTAI

klo 13.00-14.30 Kilonkallio 7C, Espoo
LUOVUUS VALLOILLEEN Valmentaja: Heidi Heinonen
Rentoa jutustelua ja käsillä tekemistä: maalausta ja askartelua vuoden kierron ja juhlapyhien mukaan.

KESKIVIIKKO

klo 11.00-12.00 Kilonkallio 7C, Espoo
RENTOA LIIKUNTAA Valmentaja: Heidi Heinonen
Kevyttä ja rentoa ulkoilua ja pelailua yhdessä toiveiden mukaan. Ota mukaan ulkoiluun sopivat liikunnalliset vaatteet sekä vesipullo.

TORSTAI

klo 13.00-15.00 Kilonkallio 7C, Espoo
NUORTEN RYHMÄ Valmentaja: Heidi Heinonen
Nuorille suunnattu ryhmä rentoon yhdessäoloon. Pistäydy jutustelemaan ja pelailemaan kortti- ja lautapelejä yhdessä muiden kanssa.

PERJANTAI

klo 10.00-13.00 Kilonkallio 7C, Espoo
ILOA KULTTUURISTA JA LUONNOSTA Valmentaja: Eeva Aro-Puustinen
Retkiä luonto- ja kulttuurikohteisiin.

Järjestämme kesällä myös erilaisia teemapäiviä ja -tapahtumia, joista ilmoitamme Facebookissa. Valmentajien kesälomien aikana kursseja ohjaa sijainen.



Kysy lisää ja ilmoittaudu mukaan:

Eeva Aro-Puustinen, valmentaja
puh. 044 727 3426 | eeva.aro-puustinen@edistia.fi