



Ikäinstituutti

Elämäni eläkevuodet alkamassa

NYTKU!

#eläkevalmennus

EKL-yhdistyksille ja piireille tarjolla maksuton

Eläkevalmentajakoulutus Lappeenrannassa

Sinustako Elämäni eläkevuodet -valmentaja?

Oletko eläkkeellä ja innostunut luotsaamaan yhdistyksessäsi Elämäni eläkevuodet -ryhmää valmentajaparin kanssa? Tule mukaan valmentajakoulutukseen!

Vapaaehtoisena vertaisvalmentajana tutustut uusiin ihmisiin, saat välineitä liikkeen ja mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen ja teet merkityksellistä työtä juuri eläkkeelle jääneiden hyväksi.

Elämäni eläkevuodet -valmennus on maksuton kahdeksan kerran kokonaisuus. Valmennuksen tavoitteena on innostaa osallistujia löytämään hyvinvoinnin kipinä ja liikkumisen ilo. Valmennus toteutetaan ratkaisukeskeisellä otteella.

**Elämäni eläkevuodet -valmentajakoulutus
23.-24.1.2020 Lappeenranta**

Koulutus järjestetään Kehruuhuoneella (Kristiinankatu 20).

Ilmoittaudu mukaan 10.1. mennessä osoitteessa
https://www.lyyti.in/elamani_elakevuodet_Lappeenranta

Lisätiedot:

Saini Suutari, Ikäinstituutti
saini.suutari@ikainstituutti.fi, p. 040 526 2298

Marja Raitoharju, Eläkkeensaajien Keskusliitto
marja.raitoharju@elakkeensaajat.fi, p.040 450 6565

Ainutlaatuinen liikkeen ja mielen hyvinvoinnin valmennus



sydän
tekee hyvää



EKL Eläkkeensaajien
Keskusliitto EKL ry
Pensionstagarnas Centralförbund PCF rf



Elämäni eläkevuodet – liikettä ja mielenvoimaa -hanke (2019–2021) innostaa kansanterveys- ja eläkeläisjärjestöjä perustamaan vapaaehtoisten vertaisvalmentajien ohjaamia eläkevalmennusryhmiä. Ikäinstituutti kouluttaa maksutta valmentajapareja järjestökumppaneiden paikallisyhdistyksiin.