

Kunnon kaveri ♥ Performancesirkus!



Kuva: Kai Keränen

Tervetuloa ikääntyneiden sirkustyöpajaan!

Kunnon kaveri -toiminta edistää yli 65-vuotiaiden Pikku Huopalahden ja sen lähialueiden asukkaiden monipuolista liikkumista ja arjessa toimimista. Osana toimintaa järjestämme ikääntyneille mahdollisuuden tutustua maksuttomaan sirkustyöpajaan, jossa opetellaan rennolla otteella erilaisia sirkustemppeja ja -harjoituksia sekä sirkusvälineiden käyttöä. Sirkustemppejen harjoittelu parantaa tasapainoa sekä koordinaatiota ja on loistavaa aivojumppaa. Opettajina toimivat sirkusalan ammattilaiset.

Tule ja ihastu!

- Milloin?** Keskiviikkona 13.10.2021 klo 11–12
Tapaamme klo 11 Wilhelmiinan edessä ja siirrymme sisälle ryhmänä.
- Missä?** Wilhelmiina Asumispalvelukeskus (Taavetti Laitisen katu 4)

Ilmoittautumiset Heidille 8.10. mennessä.

Työpajaan mahtuu 10 henkilöä.

Lisätietoa sinulle antaa hankekoordinaattori Heidi Bucht.

puh. 044–0151 756 (arkisin klo 10–15) tai

heidi.bucht@miinasillanpaa.fi

www.miinasillanpaa.fi



MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ