

HYVÄPÄIVÄ:

Tule mukaan Hyvä päivä -porukkaan hakemaan enemmän hyviä päiviä omaan arkeesi!

Jutellaan ruoasta, arjesta, liikkumisesta ja elämästä yleensä.



"Vähä p*** olot ollu mutta tää kyllä piristi taas!"**

"Tuntuu hyvältä, että on muita ihmisiä ympärillä."



"Huomasin oman elämän hyviä asioita!"



"Mukavaa ku jotain vähä terveempää aktiviteettia eikä ees ahistanu paljoo yhtää."





Mieluummin hyvä päivä kuin huono päivä! Vai?

- Hyvä päivä -porukka kokoontuu kymmenen kertaa.
- Tapaamisia 1–2 viikossa. Yksi tapaaminen kestää 3–4 tuntia.
- Päätämme porukalla millaisia ruokia tapaamisilla valmistetaan ja minkälaisia liikkumiskokeiluja tehdään.
- Toiminta on maksutonta ja vapaaehtoista!
- Porukkaan mahtuu kerrallaan noin 10 nuorta.



**HYVÄ PÄIVÄ -RYHMÄSTÄ
SAAT ARKESI HYVÄÄ
RYTMIA JA RENTOA
TEKEMISTÄ.**

**Rohkeasti mukaan,
jos olet alle 30-vuotias,
eikä sinulla ole työ- tai
opiskelupaikkaa!**



**Soita minulle,
laita viestiä
tai WhatsAppia!**

.....
puhelin / WhatsApp

.....
sähköposti



Syöpäjärjestöt

HYVÄPÄIVÄ::

