

KURS I MESTRING AV BELASTNINGER - KIB

Vi starter nytt kurs i januar 2018

Kurset er utarbeidet for personer som ønsker å bedre sin evne til å mestre belastninger knyttet til både helse, arbeid og privatliv.

TID Kursstart tirsdag 23. januar kl 13.00 – 15.30

STED Rådhuset på Støren i 3. etasje

PÅMELDING Helse og familie tlf 72 40 30 80

Påmeldingsfrist 15. januar 2018

Kurset går over 8 ganger à 2,5 timer.

Kurset er gratis, men du må kjøpe kursbok som koster kr 500,-

Informasjon

Åse Marit Sletten ams@mgk.no - 959 79 158

Olga Kjotrød lolk@mgk.no - 959 98 038

