



## ADHD YHDISTYKSEN PERHELEIRI

Norrvalla- folkhälsan Vöyri, Vöyrantie 305-307

Lauantai 10.11.2018



SAAPUMINEN LA KLO 9.30

KOTIINLÄHTÖ 16.30

Ohjelma

9.30 Saapuminen, smoothie & hedelmä, infoa päivästä; vaatteiden vaihto ulkoiluun ja aktiivitoimintaa

10.30-12.30 Ulkona liikunta- ja esterata/joukkuetyöskentelyä koko perheelle

12.30-13.30 Lounasbuffe

13.30-16.00 Opiskelijoiden järjestämä toiminnallinen osio lapsille.  
Sosiaalinen sirkus, aistirata sekä liikunnallisia leikkejä ja erilaisia pelejä.

Vanhemmille varattu mahdollisuus 30 min hartia-niska hierontaan  
(Norvallon hieroja-opiskelijat). Rentoutumista voi jatkaa terapia-altaalla  
(aikuiset).

Nauttia voi myös ulkoilusta Norvallon maastossa ja Vamian  
lähihoitajaopiskelijat tekevät käsihoitoja sekä mittauksia  
(verensokeri, verenpaine ja hemoglobiini).

16.00-16.30 Kahvi + suolainen, palautekeskustelu leiristä

16.30 Leiri loppuu