

Tunnin täsmäiskut hyvinvointisi tueksi

- Luennot katsottavissa sinulle sopivana aikana viikon aikana
- Ilmoittaudu heti, paikkoja rajattu määrä.
Ilmoittautuminen www.lyyti.in/hyvinvointisyksy2020
- Ilmoittautuneille lähetetään sähköpostiin osallistumislinkki ohjeineen, kun katsominen avautuu.
- Luennot ovat maksuttomia.

Klikkaa tästä
ja ilmoittaudu



katsottavissa
29.10.-3.11.

Satu Lähteenkorva

Itsensä johtaminen /
kehittäminen – Hyvinvoinnin
kulmakivet

Satu tunnetaan valtakunnallisesti
hyvinvoinnin ja elintapaohjauksen
eturivin kouluttajana ja kehittäjä-
nä. Hyvinvoinnin Kulmakivet®
ovat vuosien saatossa tulleet
tutuksi tuhansille suomalaisille!



katsottavissa
12.11.-17.11.

Patrik Borg

Rentoa painonhallintaa –
Oikealla syömisellä jaksami-
nen uudelle tasolle

Patrik on arvostettu ravitsemus-
asiantuntija, joka toimii erilaisissa
asiantuntijatehtävissä. Hän on
mm. Suomen Lihavuustutkijat
ry:n puheenjohtaja ja kirjoittaa
suosittua ravintoa ja syömistä
käsittelevää blogia Pöperöproffa.



katsottavissa
26.11.-1.12.

Joni Jaakkola

Onnistuneen
elämäntapamuutoksen
tekeminen

Joni on Optimal Performancen
toimitusjohtaja, voimaharjoittelu-
valmentaja, innostava luennoitsi-
ja ja tietokirjailija. Joni on myös
suosittu ja aktiivinen some-vai-
kuttaja oivaltavan ja ihmislähei-
sen lähestymistapansa kautta.

Etäluennot tarjoaa Sinulle

Varavoimaa Farmarille muutoksiin -hanke yhteistyössä LiikUn ja Buusti360 -palvelun kanssa



Satakunta **MTK**
Varavoimaa Farmarille
muutoksiin



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin

