

## TERVETULOA ODL LAIHDTUSKLINIKAN PSYKOLOGISEEN PAINONHALLINTARYHMÄÄN!



Haluatko pudottaa painoa ryhmässä ja kokeilla uusia keinoja hallita painoasi?

ODL Laihdutusklinikan asiantuntija tukee sinua saavuttamaan ja ylläpitämään painotavoitteesi.

Painonhallintaryhmän aloitustapaaminen on **20.2.2011 klo 16.30** ODL Liikuntaklinikalla. Ryhmässä edistetään terveellisiä elämäntapoja psykologisia painonhallintamenetelmiä hyödyntäen. Painonpudotusohjaus ja seuranta tapahtuvat ryhmässä asiantuntijan ohjauksessa.

Ryhmä on tarkoitettu ylipainoisille henkilöille, joiden painoindeksi on 35 tai alle. Ryhmä sisältää kuusi 1,5 tunnin kokoontumiskertaa joka toinen viikko ja mukaan mahtuu 12 henkilöä.

Ryhmän hinta on 280,00€ / henkilö.

Ryhmän loputtua ryhmäläisillä on mahdollisuus osallistua jatkoryhmään. Jatkoryhmä kokoontuu neljä, kokoontumisista sovitaan ryhmän kanssa. Ryhmä käynnistyy vuoden 2012 alussa. Jatkoryhmän hinta on 180,00€ / henkilö.

### Lisätietoja ja ilmoittautumiset:

Tekstiviesti ENE numeroon 050 312 5753, niin otamme sinuun yhteyttä.  
Sähköpostiviesti osoitteeseen [laihdtusklinikka@odl.fi](mailto:laihdtusklinikka@odl.fi).  
Puhelimitse puh: (08) 313 2154 arkisin klo 8.00 – 15.00.