



## KURSOVERSIKT FRISKLIV JÆREN 2021

---

### **BRA MAT for bedre helse**

#### **Gjesdal - Ole Nielsensvei 20**

Datoer: 9 og 16. februar 2021

Tid: 12:30-15:00

Kontaktperson: Friskliv Gjesdal, 947 81 631

### **Gammel vane mulig og vende**

#### **Klepp – Sirkelen, Olav Hålands veg 8**

Datoer: 18.feb, 25.feb, 11.mars, 18.mars og 25 mars.

Tid: 12:00 – 14:00

Kontaktperson: Friskliv Klepp, 474 74 695

---

### **SØVNKURS**

#### **Nærbø - Helsesenteret, Lyngvegen 14**

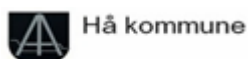
Datoer: 3, 10, 17 og 24 mars 2021

Tid: 14:00-16:00

Kontaktperson: Friskliv Hå, 992 14 822



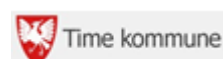
Gjesdal kommune v/FLS  
Rettedalen 1  
4330 ÅLGÅRD



Frisklivssentralen i Hå  
Lyngvegen 14  
4365 NÆRBØ



Frisklivssentralen i Klepp  
Pb. 25  
4352 KLEPPE



Frisklivssentralen i Time  
Pb. 38  
4349 BRYNE

## TANKEVIRUS

**Gjesdal - Ole Nielsensvei 20**

Datoer: Mai 2021

Kontaktperson: Friskliv Gjesdal,  
947 81 631

## Røyk- og snusslutt

**Time – Timehallen, Trallfavege 4**

Datoer: Nov 2021

Kontaktperson: Friskliv Time, 411 06 242

---

## LIVSSTYRKETRENING

**Frisklivssentralen, Klepp, Sirkelen**

Obligatorisk informasjonsmøte:

26.jan kl 09-11 eller kl 12-14

Oppstart kurs våren

10 tirsdager eller torsdager ukentlig fra  
2.februar (Klepp) og 4.februar (Sola)

Kontaktpersoner:

Borghild Myhre, 474 74 695

Åsne Gro Sandvik, 905 93 135

---

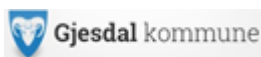
For mer informasjon:

[www.frisklivjæren.no](http://www.frisklivjæren.no)

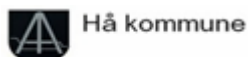
**FØLG OSS PÅ**



Friskliv Jæren: Gjesdal, Hå, Klepp og Time



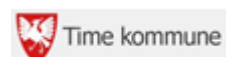
Gjesdal kommune v/FLS  
Rettedalen 1  
4330 ÅLGÅRD



Frisklivssentralen i Hå  
Lyngvegen 14  
4365 NÆRBØ



Frisklivssentralen i Klepp  
Pb. 25  
4352 KLEPPE



Frisklivssentralen i Time  
Pb. 38  
4349 BRYNE