

Inbjudan till Friskvårdsdag:

Alla som arbetar med Friskvård i lokalföreningen

Dag och tid Fredag 7 november kl. 09.30 - ca 15.00.
Plats: Sal 11, Vuxenskolan. Kungsängsgatan 12,
Uppsala

PROGRAM

Kl. 09.30 - Samling med kaffe, lite information från Vuxenskolan

Kl 10.10 Hur vi behåller ett bra liv på äldre dagar. Övningar för både knopp och kropp med Anne-Lie Form (arbetat tillsammans med Åke Pålshammar)

12.00 - 13.00 Lunch

13.15 Veronica Sjölin från förbundet om deras policy kring folkhälsoarbete

14.15 Esbjörn och Sture Hogmark, Nyckelharpan - numera ett levande kulturarv.
Berättar om hur det gått till samt spelar låtar.

15.00 Utvärdering och avslutning

Kostnad Kostnadsfritt inkl. kaffe och lunch

Anmälan Maila din anmälan rubricerad "Friskvårdsdag" till: Barbro Spets, theptip@live.se senast 1 november 2024. Ange: Namn, telefonnummer och förening.
Vid frågor kontakta: Barbro Spets, 070-300 00 77

VÄLKOMMEN MED DIN ANMÄLAN!