

Välkommen till Esthercafé och workshop - med fokus på fallprevention

Socialförvaltningen i Nässjö kommun hälsar er varmt välkomna till en spännande eftermiddag med föreläsning och workshop kring fallprevention.

Lina Lindström, holistic strength coach, informerar kring vikten av fysisk aktivitet samt inspirera till olika typer av fysiska aktiviteter och träning för äldre.

Eva Timèn, folkhälsoutvecklare Region Jönköping informerar om betydelsen av preventivt hälsoarbete för äldre.

Sprid denna inbjudan vidare inom era pensionärsföreningar, Esthercoacher och övriga nätverk.

Datum: måndagen den 20 maj kl. 13.30

Plats: Parkgården, Rådhusgatan 14, Nässjö

(OBS! Platsen kan komma att ändras beroende på antal deltagare)

Anmäl senast den 11 maj till:
Nealy Ovesson, utskottssekreterare
E-post: nealy.ovesson@nassjo.se
Tel: 0380-51 85 05

Med vänliga hälsningar,
Anneli Tellmo Jung, avdelningschef äldreomsorg
Nässjö kommun
#lusttillivet