

Inbjudan till friskvårdsdag :

Dag och tid 25 april 2024 kl 9.30 -15 30 ca
Plats: Drakensalen, Vuxenskolan. Kungsängsgatan 12,
Uppsala

PROGRAM

Kl. 09.30 -10.00 Samling, kaffe och smörgås

10.00 Välkommen presentation

10.20 Livskvalité hela livet med utbildningskonsult Lisbeth Höddelius

11.50-13.00 lunch

13.15 Håll dig på fötter. Iteb Zitouni om att träna rätt för att inte falla.

14.20 ca Hur innehållet i en spånkorg kan leda till en tjock vacker bok. Hans Rutberg och Kristina Söderlund -Rutberg om Nils Ferlin.

Utvärdering -Avslutning

Kostnad Kostnadsfritt inkl. kaffe och lunch

Anmälan Ring eller SMS-a din anmälan till Barbro Spets, telefon 070-300 00 77 senast 15 april 2024

Vid frågor kontakta: Barbro Spets, 070-300 00 77

VÄLKOMMEN MED DIN ANMÄLAN!