



Vad kan Du tänka på och göra för att minska risken att ramla och skada dig?

**Kom till seniorernas mötesplats i Slite för tips och kunskap.
Plats: Apoteksgatan 3, Kilåkern**

**Måndag 2 oktober
13.30**

Eva Hellgren, sjukgymnast, ger tips och råd på vad man kan göra i sin hemmiljö för att minska risken att falla.

**Torsdag 5 oktober
10.00**

Kristin Hjorth Stenström, rörelsesamordnare, erbjuder balansgympa och balanstester.

**Torsdag 5 oktober
13.30**

Sofia Karlsson från Sjukgymnast Slite kommer och pratar träning och fysisk aktivitet.

Det är kostnadsfritt och vi bjuder på kaffe!

Välkommen och ta gärna med en vän!