

MÅ BRA-DAG

Hörsselföreningen i Östnyland

17.9.2024 KL. 10.00 - 14.00

Haiko herrgård, Borgå

Varmt välkommen med på Må Bra-dag på Haiko herrgård. Temat för dagen är rörelseglädje, återhämtning och att hitta kraftkällor och styrkor i vardagen. Under dagen kommer vi att både vara inomhus och utomhus, ta med bekväma uteskor. Under dagen kommer det även att bjudas på sött och salt.

Dagen ordnas i samarbete med Folkhälsan och från Folkhälsan deltar Nina Hongell-Ekholm som är sakkunnig inom närståendevård och äldre och Malin Grönros som är sakkunnig inom fysisk aktivitet och återhämtning.

Må Bra-dagen är avgiftsfri och det finns ett begränsat antal platser.

Anmäl senast 30.8.2024 till
jennifer.augustsson@horsel.fi eller på
0503140015.

