

HYVINVOINTI-ILTA

Ti 8.1.2019

Klo 18.00-19.00

Aiheena:

- **TASAPAINOA ALKANEELLE VUODELLE!**

Maksuton tilaisuus

- **Miten voin ehkäistä kaatumista?**
- **Tasapainoharjoituksia ja -testi (vapaa)**
- **Tilaisuudessa mukana EloaHerttoniemenrantaan ry**

Tervetuloa!

Asiantuntijana:

fysioterapeutit Jaana Nissilä
ja Inari Degener



Herttoniemen
Geriatrisen
Hoitolaitoksen



Niittaajankatu 1, 00810 Helsinki

(09) 783 856

www.hfh.fi

BEMER
P.