

Fysioterapeut Linda Löfbom från USÖ

kommer till Livsgnistan

onsdagen den 28 februari klockan 13.

Vi får en kort föreläsning med bilder om varför det är bra att röra på sig, vilka rekommendationer som finns samt ett enklare rörelseprogram som du kan utföra hemma.



Bilden är tagen från Internet

Och så blir det fika förstås! 5-årskalas!

Du är välkommen!