

Balansera mera

***Varje dag faller ca 200 personer.
De flesta fallolyckor sker närmare
än du tror!***

De flesta fallolyckor sker i hemmet. Alla kan falla, men risken ökar när vi blir äldre. Genom att äta näringsriktigt, träna balans och styrka, ha koll på dina mediciner och några andra enkla vanor kan du minska risken att falla.

Passa på att besöka kampanjdagen för att få tips och information.
om balansövningar och bra kost med mera.

Tipspromenad

Vi bjuder på fika!

Onsdag 5 oktober 2022

”drop-in” kl. 13.30 –16.30

Plats: Lingården

Tegelbruksvägen 3, Laholm



Kontakt: Lotsen Laholms kommun
tel. 0430-266 80

Laholm

Hälsöfrämjande enheten

Laholms kommun