



Stærke knogler— hele livet

Mandag den 17. februar kl. 19.00-21.00

Foredrag v/ fysioterapeut og master i sundhedspædagogik
og sundhedsfremme, Dorte With



- Hvordan styrker du knoglerne gennem hele livet?
- Hvornår i livet kan du styrke knoglerne mest?
- Hvad er knoglesundhed?

Kom og hør Dorte With fortælle om den nyeste forskning og nye anbefalinger omkring træning og aktiviteter, der kan medvirke til at bevare knoglestyrken.

Foredraget afholdes i samarbejde med Osteoporoseforeningens lokalafdeling i Skanderborg.



OSTEOPOROSE
foreningen

I mødelokalerne 2. sal i Skanderborg Sundhedshus,
Sygehusvej 7, Skanderborg.

Foredraget er gratis, og i pausen serveres en let forfriskning.
Alle interesserede er velkomne.

Aktivitetsudvalget ved Skanderborg Sundhedshus planlægger 6 gratis foredrag om året - 3 i foråret og 3 i efteråret. Foredragene omhandler emner, som er sundhedsrelaterede og aktuelle.

Læs mere på: www.rhh.sshforedrag.rm.dk