

Liikunko terveyteni kannalta riittävästi?

Paljonko minulla on lihasta?

Mistä löytäisin minulle sopivan liikuntaharrastuksen ?

LIIKUNTA- NEUVONTAA

***Nilsian Terveyskeskuk-
sen Hyvinvointitorilla
(Pisantie 10)***

ke 7.2 klo 12-14



Tule testaamaan terveyttäsi ja hakemaan vinkkejä liikkumiseen sekä terveellisiin valintoihin arjessa. Testaa myös oma kehonkoostumuksesi! Terveyttä edistävää neuvontaa ja itsehoidon ohjausta myös saatavilla paikalla olevalta fysioterapeutilta ja sairaanhoitajalta.

MAKSUTON

TERVETULO!

Lisätietoja: 044 748 8228