



15. MARTS KL. 14-16 HVORDAN GÅR DET MED BENENE?

Mulighed for at få testet dit fysiske funktionsniveau – her i huset.

Studerende fra Fysioterapeutuddannelsen kommer på besøg og tilbyder at teste dit funktionsniveau. Det vil foregå med lettere fysiske undersøgelser, som vil kunne sige noget om din fysiske funktion - herunder din balance. Tilbuddet er til dig der er +65 år og det kræver ingen særlige fysiske forudsætninger at blive testet – hvis du, indenfor de sidste måneder, har oplevet forandringer i din fysiske formåen, er tilbuddet måske særlig relevant. Kunne du tænke dig at få et lille indblik i hvordan "det går med kroppen" og måske få lidt råd om hvad du kan gøre for at forebygge funktionstab, så skal du sætte et stort kryds i kalenderen d. 15. marts 2023 og huske at tilmelde dig. Der er et begrænset antal pladser, så tilmeld dig før din nabo. På selve dagen mødes vi kl. 14.00 i Dagligstuen.

**En mulighed du ikke
må lade passere!**

**Vidste du at ca. 1/3 af
alle ældre falder
mindst én gang om
året**

"Først til mølle"

**Flere ældre fortæller
at de har problemer
med benene. Vidste
du at der kan være
mange andre
årsager end benene,
til at man føler, at
dagligdagen er
blevet mere
udfordrende.**

**Du hjælper dygtige
studerende**

**TILMELDING SENEST
D. 8. MARTS**

*Langenæshus og
Langenæsbo
Augustenborggade 21
8000 Aarhus C*

Tilmelding sker på kontoret



Gør tanke til handling
VIA University College