



TVERRFAGLIG VURDERINGSTEAM
SØR-VARANGER KOMMUNE

TRIMGRUPPE FOR SENIORER «STERKERE SAMMEN» STARTER OPP IGJEN TIL HØSTEN



#139904148

*Sterkere sammen er en trimgruppe for seniorer
i regi av Sør-Varanger kommune.
Målet med gruppen er å forebygge fall hos seniorer
samt tilby en sosial arena med hyggelig atmosfære.
Treningen varer en times tid og vil bestå av balanse og styrkeøvelser
ledet av fysioterapeut.*

Hvor: Speilsalen på Eldresenteret i Kongensgate 10

**Når: Mandager og onsdager
kl. 12:00-13:00 og 13:00-14:00**

12 ukers gruppetilbud med oppstart 14. september

VED SPØRSMÅL/PÅMELDING, kontakt

**Fysioterapeut Vilde Risan
789 77 626 / 922 08 737
vilde.risan@svk.no**