

Perinteinen Kemin terveyden edistämisen päivä ystävänäpäivänä 14.2.2013

Toimintakykyä, tietoa, elämyksiä ja iloa ikäihmisille

koko päivän kello 10.00. - 17.00

Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun Terveysalan yksikössä

(Meripuistonkatu 26 94100 Kemi, Uimahallia vastapäätä)

Talo täynnä ohjelmaa ja toimintaa:

- Kemin kaupungin fysioterapiaoaston esittelypiste arjen turvallisuuden ja toiminnallisuuden parantamiseen
- Kemin kaupungin suun terveydenhuollon neuvontapiste "Lääkkeet ja suun terveys"
- Kemi-Tornion AMK:n ja Lappian opiskelijoiden ohjaamia toimintapisteitä: mm. pientä hierontaa, kuntosalin käytön ohjausta, rytmipyörän pyörittystä, muistiharjoituksia
- Mukana päivässä Kemin Ykkösapteekki, Hiuspysäkki, Kauneus- ja Terveyspysäkki
- Seura- ja senioritansseja ohjaavat Meri-Lapin Seuratanssijat SwengiJengi ry:stä Anita Seppänen ja Raimo Tolonen
- Kello 16.00 Geriatrian ja yleislääketieteen erikoislääkäri Paula Vuollon yleisöluento "Miten pysyä toimintakykyisenä ikääntyessä: pillereitä, puukkoa vai jotain muuta?"

Kahvi +
vohveli
5 €

Kemin Martat Ry:n vohvelikahvio avoinna koko päivän -

tarjolla suolaista ja makeaa

(käteismaksu)

Tervetuloa mukaan!



