

KYYTIÄ NIVELRIKOLLE

– työpaja polven ja lonkan nivelrikkoa sairastaville

KE 6.3.2019 klo 14:00–16:00

Itsenäisyudentie 2, Vammala

Pursi-rakennus, liikuntasali

Työpajassa saat **terveyskeskuslääkäriltä** ajankohtaista tietoa polven ja lonkan nivelrikosta.

Fysioterapeutti kertoo liikuntasuosituksista ja ohjaa oikeanlaiseen harjoitteluun.

Liikuntakoordinaattori esittelee Sastamalan kaupungin tarjoamia liikuntapalveluita omahoidon tueksi.

Tiedustelut ja ilmoittautumiset ma-pe klo 8.00 – 10.00 puhelimitse numeroon 040 823 4547.

Mukaan mahtuu 20 henkilöä ilmoittautumisjärjestyksessä.