

INFO 2024



Bästa närståendevårdare

Ni som hjälper och ger stöd till någon anhörig eller god vän:

VÄLKOMMEN PÅ VATTENGYMNASTIK

Tidpunkt: **Fredagar kl 13.00 – 13.45** med start den **19.1** (12 ggr)

Plats: Kristinestads simhall

Anmäl dig till Pia Nabb tfn.050-542 8175

pia.nabb@folkhalsan.fi

Avgift: 35 €

VÄLKOMMEN PÅ KONDITIONSSALSTRÄNING

Tidpunkt: **Onsdagar kl 10.00 – 11.00** med start den **24.1** (12 ggr)

Plats: Kristinestads simhall

Anmäl dig till Pia Nabb tfn 050-5428175

pia.nabb@folkhalsan.fi

Avgift: 35€

Närståendevårdare både med och utan avtal om närståendevårdsstöd är välkommen att delta. Även du som har din närstående på ett annat boende.

I mån av utrymme prioriteras före detta närståendevårdare.

Frågor och anmälan kontakta:

Pia Nabb tfn. **050 542 8175**, pia.nabb@folkhalsan.fi

VARMT VÄLKOMMEN MED!