

Är du 60 år eller äldre och intresserad av att lära dig mer om kost, hälsa och aktivitet?

Anmäl dig då till,

SENIOR SPORT SCHOOL

Meningsfull sysselsättning – Goda matvanor – Social gemenskap – Fysisk aktivitet

Informationsmöte hålls den 18 maj kl. 10:00 i Skeneholmssalen (vid biblioteket) i Billesholm.

Tillsammans med Region Skåne och Skåneidrotten genomför Bjuvs kommun sin första Senior Sport School under hösten 2015.

Syftet med denna kurs är att förbättra livskvalitet och välmående att skapa livslång rörelseglädje.

Innehållet i kursen sträcker sig över 12 veckor med två träffar varje vecka där du får uppleva fysisk aktivitet, föreläsningar kring kost och hälsa, utbildning i hjärt- och lungräddning (HLR), matlagning och mycket annat.



Välkommen!