

# KUTSU TAPAHTUMAAN

Hyvinvointia ja voimaa vanhuuteen  
– miten kehitän omaa hyvinvointiani?

Torstaina 7.11.2024 klo 15 Toijalan yhteiskoululla

Akaan kaupunki järjestää kaikille avoimen hyvinvointitapahtuman. Tapahtumassa tarjotaan luento otsikolla ”Mistä hyvinvointi muodostuu”, sekä ohjattua matalan kynnyksen tutustumista liikuntaan.

Tapahtuman yhteydessä on kahvitarjoilu.

Osallistujilta ei vaadita aiempaa kokemusta liikunnasta, sillä tilaisuus toteutetaan jokaisen oma taso huomioiden. Tapahtuman järjestävät Akaan kaupungin vanhusneuvosto ja liikuntapalvelut.

Tapahtuma on suunnattu ikäihmisille, mutta on avoin kaikille. Tapahtuma on esteetön ja maksuton.

Tapahtumaan ei tarvitse ilmoittautua.

Tervetuloa!



Katso lisää: [aka.fi](https://www.aka.fi)

