

Reumatikerdistriktet Örebro län bjuder in dig som håller i aktiviteter till en friskvårdsledare utbildningsdag.

Vi kommer att träffas torsdagen den **12 november**.

Tid: 8.30 – 16.00

Plats: Svalan i Brunnparken, Brunnsluckevägen 15, 702 28 Örebro

8.30 Introduktion/presentation

9.00 Föreläsning Fysisk aktivitet och träning

9.45 Kaffe och smörgås

10.15 Träningspass 1

11.30 Föreläsning om Reumatikerförbundet och hemsidan

12.15 Lunch

13.00 Föreläsning om Hur blir jag en bra ledare?

14.00 Träningspass 2

15.15 Fika och avslutning

Anmälan snarast men senast 2026-10-04 till Helena Flodström på 0722-22 70 68 eller mejl helena.flodstrom@reumatiker.se.

Vore tacksam om ni ordföranden kan ge denna inbjudan till de som inte har eller läser mejl.

Varmt välkomna!