



Luftfartsverkets pensionärsförening

Arlanda-Bromma

Org.nr:80 2413-1685

Pg: 408345-7

www.lfvpensionarer.se

e-post: styrelsen@lfvpensionarer.se

2012-12-04



**Inbjudan till en föreläsning om
Hälsa
24 januari 2013 kl 13.30**

Vi börjar även år 2013 med en månadsträff som följs av en föreläsning med tema Hälsa.

Det är sjukgymnasten Margareta Rosén som håller i föreläsningen om hur vi kan röra oss för att hålla oss i form. När vi blir äldre blir balansen sämre och Margareta kommer att ge oss en introduktion till Wuji-Gong, en mycket enkel form av Qigong – tai.chi.

Föreläsningen börjar kl 13.30 och vi kommer att vara kvar i Rest Krubban. Margareta svarar gärna på frågor så om det är något Du vill ha svar på kan Du kontakta någon i styrelsen så förmedlar vi Din fråga till Margareta (styrelsen@lfvpensionarer.se).

Du kan som vanligt äta lunch före föreläsningen (12.45-13.30). Vi brukar meddela Rest Krubban hur många vi blir, så därför är det bra om Du talar om att Du tänker äta när Du anmäler Dig.

Din anmälan gör Du till Ulla Holm som Du kan nå på tel 08-591 40282 eller mobil 070-608 7632. Senast den 17 januari 2013 vill vi ha Din anmälan.

Välkommen!

Styrelsen

Vi arbetade för dagens flyg