

Hyvinvointi -tietoisku

+75
vuotiaille

Etelä-Savon hyvinvointialue järjestää ikääntyneille hyvinvointi-tietoiskut yli 75-vuotiaille.

Tule kuulemaan miten voit itse ylläpitää terveyttä ja toimintakykyä!

Tervetuloa

TO 13.3.2025 KLO 12-14

Mikkelin pääkirjasto, Mikkelin Sali (2. krs) Raatihuoneenkatu 6, Mikkelin

KE 26.3.2025 KLO 12-14

Mikkelin keskussairaala, Auditorio (1. krs. pääovista vasemmalle)
Porrassalmenkatu 35-37, Mikkelin

Tietoiskun aiheina

- Ravitsemus
- Liikunta ja sosiaaliset suhteet
- Uni ja mielenterveys
- Kulttuuri
- Suun terveys
- Ikäneuvola ja ikääntyneiden palveluohjaus

*Tietoiskut
ovat maksut-
tomia ja saman
sisältöisiä!*



Etelä-Savon
hyvinvointialue