

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET

Aktiv Sundhedsdag for seniorer i Lejre Kommune



# Vær sund og aktiv hele livet senior..

Oplev forskellige foreningsaktiviteter og hør spændende foredrag.  
Bliv klog på dine mange muligheder for et godt og aktivt liv.  
Det foregår tirsdag den 10. september 2019 kl. 10-13 i Hvalsø Hallerne.

Lejre Kommune og lokale idræts-, motions- og patientforeninger vil igen sammen med DGI invitere dig til en Aktiv Sundhedsdag.

Sæt allerede nu X i din kalender... og glæd dig til august, hvor det endelige program ser dagens lys.

Du får som senior/efterløner/pensionist eller med flexjob en unik mulighed for at se og afprøve, hvad Lejre Kommunes foreninger kan tilbyde dig i dagtimerne.

Der er mulighed for omklædning i hallen.

Så vær nysgerrig og prøv eller oplev dine mange muligheder for at leve et sundt og aktivt liv i hele Lejre Kommune.

Der vil i løbet af dagen være relevante og spændende oplæg/foredrag.

Der er fri entré - du kan købe sund mad og forfriskninger i hallens café.

Borgmesteren byder velkommen kl. 10.

Du kan se mere på kommunens hjemmeside [www.lejre.dk](http://www.lejre.dk)

**DGI**

[dgi.dk/senior](http://dgi.dk/senior) - [www.sjovseniormotion.dk](http://www.sjovseniormotion.dk)

**Lejre**  
Kommune

SJOV SENIOR MOTION

