



Temaaften med fokus på Sundhed, Livsstil og arbejdsglæde

den 25. februar 2015 kl. 19.00

i Medlemshuset, Østergade 12, 8900 Randers C

Kl. 19.00 – 19.45 Oplæg:

- Hvordan passer du på dig selv og hvordan kan du selv bidrage til et godt arbejdsmiljø? v/ *Faglig sekretær Karen Ø. Sørensen FOA*
- Hvad er godt i gang projektet, og hvad kan man bruge Randers Sundhedscenter til? v/ *Konsulent Rie Andersen Randers Sundhedscenter*
- Hvorfor er træning så vigtigt og hvordan praktiseres det i "Butterfly Women"? v/ *Tina Nielsen, leder af Butterfly Women Randers syd.*

Herefter er der mulighed for at smage på forskellige snacks og sund mad og samtidig kan du besøge de 3 stande i lokalet, hvor du kan få yderligere inspiration og gode råd, få målt din BMI og afprøve forskellige træningsredskaber.

Kl. 21.00 Et sjovt indslag ved Randers sundhedscenter

Kl. ca. 21.30 Tak for i aften og gå glad hjem.

Tilmelding via hjemmesiden www.foa.dk/randers

Med venlig hilsen

Aktivitetsudvalget

FOA Randers

FOA
FAG OG ARBEJDE