

Balansera mera!

Välkommen till en dag där du kan lyssna på föreläsningar, gå på balansträning och få tips som främjar hälsa hela livet!

Balansera mera är en kampanj som Socialstyrelsen har tagit fram för att minska och förhindra fallolyckor hos seniorer.

Föreläsningar:

10.00-10.45, Om yrsel med **Eva Ekvall Hansson**, professor i fysioterapi, Lunds universitet

11.00-11.45, Om balans med **Måns Magnusson**, professor emeritus i öron-, näs- och halsjukdomar.

13.00-13.45, Om hälsosamt åldrande med **Tine Kolenda Paulin**, doktorand vid institutionen för kliniska vetenskaper, Lunds universitet.

14.00-14.45, Om att förbättra mående, seende och sömn, med **Kiran M Gerhardsson**, arkitekt och forskare i gruppen Tillämpad gerontologi, Lunds universitet.

Datum: 3 oktober

Tid: kl. 10-15

Plats: Stadshuset, Stortorget

Under dagen kan du bland annat även mäta ditt blodtryck, testa din balans och träffa Malmö stads syninstruktörer, fixartjänst och äldreombudsman. Vi bjuder på smörgås och kaffe/te i pausen (kl. 12-13).

Evenemanget är kostnadsfritt men antalet platser är begränsat. **Föramälan görs 8-11 september** kl. 13-15 till tel: 0721-80 12 11.



Malmö stad