
Terapeuter i Pensionisthusene

Fysioterapeut Bettina

Stranden den 1. mandag i måneden
kl. 12.30 - 13.30.

Møllen den 1. torsdag i måneden
kl. 10.30 - 11.30.

Ergoterapeut Anne

Stranden den 3. fredag i måneden
kl. 13.00-14.00

Ergoterapeut Sara

Møllen den 3. mandag i måneden
kl. 12.30-13.30

Terapeuternes Tema oplæg

Stranden den 1. torsdag i måneden
kl. 12.00-13.00

Møllen den 2. tirsdag i måneden
kl. 12.00 - 13.00.

Læs mere på www.brondby.dk

eller i Pensionisthusenes avis.

KONTAKT

Pensionisthuset Stranden

Kulturhuset Brønden
Brøndby Strand Centrum 60, 1. sal
2660 Brøndby Strand
Telefon: 43 28 2688

Pensionisthuset Møllen

Brøndby Møllevvej 37
2605 Brøndby
Telefon: 4328 2680

Man - fre. 09.00 - 15.00

E-mail: pensionisthusene@brondby.dk



BRØNDBY
KOMMUNE

Brøndby Kommunes Trykkeri



Pensionisthusenes & Terapeuternes

Tilbud og information til borgere i Brøndby kommune





BEVÆGELSE AKTIVITETER I STRANDEN

Mandage kl. 12.30: Gymnastik

Tirsdage kl. 12.00: Zumba

Fredage kl.10.00: Stavgang

Vinter Cykling (oktober til april)

Sidste Torsdag i måneden kl. 10.00.

Sommer Cykling.

Hver torsdag kl.10.00.

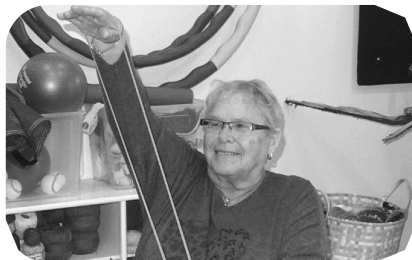


MOTIONSVENNER

Hvis du har svært ved at komme ud af hjemmet, eller af andre grunde har svært ved at deltage i motionsaktiviteterne i Pensionisthusene, kan motionsvenner måske være et tilbud for dig.

Motionsvenner er frivillige, som kommer på besøg en gang om ugen i ½-1 time og laver motion sammen med dig, enten i hjemmet eller ude i det fri. De frivillige bliver klædt på til opgaven, og I får en pose med små motionsredskaber I kan bruge sammen. Du vil blive matchet med en frivillig der passer til dine ønsker og behov.

Kontakt Camilla på:
tlf. 4328 3962/ Mobil. 40148974



Motionsvenner er et samarbejde mellem Pensionisthusene, træningscentret, Røde Kors, Ældre Sagen og kirkerne i Brøndby.

BEVÆGELSE AKTIVITETER I MØLLEN

Onsdage kl. 10:00: Stavgang

Torsdage kl.10.30: Gymnastik

Vinter Cykling (oktober til april)

Sidste Torsdag i måneden kl. 10.00.

Sommer Cykling.

Hver torsdag kl.10.00.

