



Netværksgruppe for mennesker med KOL eller for dig der blot har lyst til motion og socialt samvær?

Gruppen mødes hver **onsdag kl. 9.30-11.00** ved Frivilligcenter & Selvhjælp Rudersdal, Skovgærdet 4 i Holte. Vi starter med en gåtur i den nærliggende natur, eventuelt deler vi os op, hvis nogen ønsker at gå langt. Efterfølgende er der kaffe og socialt samvær i Frivilligcentret. Deltagelse er gratis.

Vel mødt!

For tilmelding kontakt:

Frivilligcenter & Selvhjælp Rudersdal

Skovgærdet 4

2840 Holte

Tlf.nr.: 45 89 00 56 / 42591156

E-mail: selvhjaelp@frivilligcentret.dk

