

Hvad er en skade? Hvornår er jeg skadet? Hvordan undgår jeg skader?
Hvordan starter jeg op efter en skade? Hvordan skal den akutte skade
behandles – koldt/varmt?

Vi har næsten alle sammen prøvet at være skadet i en eller anden
grad, og det er ikke sjovt.

Måske har det været anklen, måske knæet, hoften, ryggen eller
nakken.

Kan man undgå skader, når man dyrker sport, og hvordan skal de
behandles, når de sniger sig ind på vores krop?

Nogle af de ting vil vores fysioterapeuter Joachim Krogstrup og
Mark Abildhauge fra A-fys svare på



Den 25. september 2018 kl. 18.30 i Greve Borgerhus

Foredraget vil vare 2 timer med en pause på 15 min. og 15 min. til sidst til besvarelse af spørgsmål.

Der vil blive serveret vand og frugt og vi rydder, som altid, op i fællesskab bagefter. Skulle der være et par
stykker, som kan afse en halv time til at sætte stole op inden foredraget, vil det være dejligt.

Kom frisk

