



Nasjonalt sentrifast: 1660  
Grafisk design og trykk: Tapir Uttrykk  
Bestillingsnummer plakat: IS-1732

# 65+

+ Øvelser som holder deg i form  
+ Konkrete råd om fysisk aktivitet

Brosjyren kan bestilles på [www.helsedirektoratet.no](http://www.helsedirektoratet.no)

Bestillingsnummer IS-1732.