



Stockholms
stad

Hälsodagen på Stockholms stadion

6 september

För dig som
är senior





Stockholms
stad

Hälsodagen 6 september på Stockholms stadion

**Vi hälsar alla seniorer välkomna till Hälsodagen.
Låt dig inspireras, få nya hälsoinsikter, testa nya
aktiviteter, ta en kaffe och umgås med vänner.**

Lyssna på hälsoprofiler som Sofia Åhman,
från SVT:s Träna med Sofia; Richard Tellström,
docent i måltidskunskap; Maj-Lis Hellenius,
professor i allmänmedicin och forskare inom
förebyggande medicin, folkhälsa och hjärt-
kärlhälsa.

Träffa dietister, anhörigkonsulenter, syn- och
hörselinstruktörer, Stockholms stads öppna
träffpunkter och simhallar, kommunstyrelsens
pensionärsråd och föreningar inom allt från judo,
gåfotboll och kampsport till schack.

Guidad tur runt stadion. Lasse Wahlström tar
dig med på vandring i en av världens äldsta
olympiaarenor där det fortfarande tävlas i idrott.

Fritt inträde. Välkommen till en inspirerande dag!
Öppet mellan 12-16.

Läs mer på **senior.stockholm/hälsodagen**