

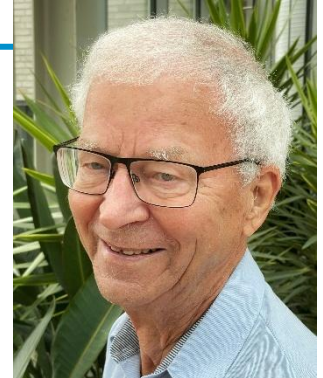
SPF Seniorerna Växjö inbjuder till studiecirkeln ”Bli yngre med tiden”



Studiecirkeln syftar till att du får ett längre, friskare och rikare liv. Inspirationskällan är studieboken ”Bli yngre med tiden” som bygger på vetenskapliga fakta och beprövade erfarenheter.

Vardagsmotion, hälsosam kost, vitaminer och mineraler samt den viktiga sömnen är bärande delar i studiecirkeln.

- Datum och tid:** Start måndagen 14 september 2026 kl 13.30-16.00.
- Plats:** Studieförbundet Vuxenskolan, Linnégatan 17, Växjö.
- Cirkelledare:** Valter Jeppsson, som under sin aktiva tid i huvudsak jobbat som byggnadsinspektör i Växjö kommun. Som pensionär har han varit cirkelledare för bl a *Bo bra på äldre dagar*, och *Må bättre och lev 10 år längre*.
- Omfattning:** Fem träffar varannan måndag eftermiddag.
- Kostnad:** 250 kronor/deltagare inkl studiebok och kaffe/te vid träffarna. Deltagare 2 från samma hushåll betalar 50 kronor (exkl studiebok).
- Anmälan:** Anmäl ditt deltagande senast 1 september 2026, men gärna tidigare, till Studieförbundet Vuxenskolan, [Länk till SV hemsida för anmälan](#). Tel 0470-145 00. Arr.nr 47392.



Välkommen med anmälan!

Många hälsningar från styrelsen i SPF Seniorerna Växjö

I samverkan med