



Seniorcafé

Hösten 2025

Välkommen till höstens Seniorcafé på Ljungbyheds bibliotek!

Varannan torsdag hela hösten 2025, klockan 10:00-12:00.
Programstart vid 10:30.

För dig som är senior, du behöver inte vara medlem i någon pensionärsorganisation för att delta.
Enkel fika ingår, fri entré, ingen föranmälan krävs.

2 oktober - Kaffe med skärm. Lär dig mer om teknik, digitala tjänster och verktyg. Ta gärna med dig dina egna tekniska verktyg som mobil, surfplatta, dator eller liknande.

16 oktober - Molly Ljunggren, fysioterapeut i Klippans kommuns förebyggande enhet, berättar om hur fysisk aktivitet kan förhindra flera vanliga folksjukdomar samt lindra dina besvär eller undvika försämring i din sjukdom.

30 oktober - Tusentals svenskar tog under årtiondena runt förra sekelskiftet, av olika anledningar det stora steget att lämna Sverige för en oviss framtid i Amerika. Med släkt och hembygdsforskaren Barbro Andrell.

13 november - Nina Osslén - Anställd på Annehem Fastigheter kommer berätta om utvecklingen av den gamla flygflottiljen F5, numera Ljungbyhed Park och alla dess verksamheter.

27 november - Vad är diabetes typ 2 och hur kan det förebyggas med livsstilsförändringar? Med sjuksköterskan Annette Thoresson och kostspecialist Magnus Ekelund.

11 december - Kommunens avgifts-, bistånd och färdtjänsthandläggare ger oss information om hur man ansöker om stöd. Tillfälle för frågor finns.

18 december - Byggnads och arkitekturhistoria med lokal anknytning med Nils Olof Johansson, f.d. fastighetsmäklare.