Foto: Thomas B, Pixabay

INBJUDAN till utbildningsdag för Folkhälsoombud i SPF Seniorerna

anmäl gärna två ombud från din förening

En dag för kropp och själ!

Dag och tid: tisdag 22 september 2026 kl. 9-16
Plats: Folkets Hus, Götaforsvägen 8 i Vaggeryd.

Program:

9.00	Kaffe och smörgås, registrering	
9:30	Folkhälsokommittén *Arbete och visioner*	*Ragnhild Lorefors* *Folkhälsokommittén*
	Tag dig upp och håll dig på benen *Hur kan vi motverka fall?*	*Fredrik Larsson,* *TRIM friskvårdscenter, Taberg*
	Social gemenskap – för ett gott liv *Ideell föreningsverksamhet motverkar ofrivillig ensamhet*	*Maria Jacobsson* *Distriktskansliet*
12:00	Lunch	
13:00	Musik ska byggas utav glädje *Att sjunga tillsammans är roligt,* *man mår bra och kan även glädja andra!*	*Birgitta Sigfridsson,* *SPF Seniorerna Skirö-Alseda*
	Eftermiddagskaffe	
	Tid för samtal och diskussioner *Friskvårdskorten, samarbete och stöd, erfarenheter, m.m.*	*Folkhälsokommittén* *+ deltagarna*
16.00	(senast) Avslutning	

Anmälan: via e-post: kansli@spf-f.se eller telefon: 073-267 16 03
senast **fredag 11 september**, ange ev. allergier.
Distriktet står för dagen, din förening står för eventuell reseersättning.

Frågor?
Ragnhild Lorefors, 070 - 258 56 49, SPF Seniorerna Tabergsdalen

Studieförbundet Vuxenskolan

SPF SENIORERNA Jönköpingsdistriktet