

Program för folkhälsoveckan, 8 – 12 maj

Måndag: Vi träffas i församlingshemmet, 9.45, för att tillsammans lyssna och titta på förbundets föreläsning: Sitt inte still, risker för fall

Efter föreläsningen promenerar vi valfri runda och avslutar med korvgrillning, som vi bjuder på.

Tisdag: Går vi Hälsans stig i Ljungby. Efter det fikar vi tillsammans på Lilla Hembageriet. Vi samlas vid Hufs kl 13.00 för samåkning.



Onsdag: Promenerar vi själva eller gör valfri aktivitet

Torsdag: Mellan 9.30- 11.30 är vi Välkomna till boulebanan i Berghem. Lars Gunnarsson kommer att vara där för att visa och guida



oss. Vi är Välkomna för att prova på.

Efter boulen kommer det att smaka bra med mat i Ryssby, kl 12.45.

Fredag: Simning i Ljungby, gratis och bastun öppen. Samling vid Hufs kl 9.00, för samåkning

Förbundet sänder varje förmiddag kl 10, olika föreläsningar, som vi kan se via datorn.

Vi deltar i stegutmaningen, förra året gick vi med råge ett varv runt jorden, ni får ett aktivitetskort att fylla i.

Vi vill ha anmälningar till Ethel som vanligt

VÄLKOMNA