

SPF SENIORERNAS FOLKHÄLSOVECKA I UPPVIDINGE KOMMUN 8-12 MAJ 2023

-Välkommen till gemensamma aktiviteter!

LENHOVDA-HERRÅKRA:

Månd. 8/5 Månadsmöte i Borgens B-sal kl. 14.00

Därefter programaktiviteter utomhus som avslutas med korvgrillning.

ÅSEDA-NOTTEBÄCK:

Månd. 8/5 Gympa, allsång och fika kl. 14.00

Dagverksamhetens lokaler på Olofsgården, Åseda.

Tisd. 9/5 Boule på boulebanan Åseda kl. 10.00-12.00 samt 14.00-16.00

Onsd. 10/5 Pröva på att måla och teckna med Wivis målarkurs kl. 14.00-17.00

Material finns på plats. Fika. Lokal se 8/5.

Torsdag 11/5 Boule kl. 10.00-12.00 samt 14.00-16.00. Plats se 9/5.

ÄLGHULT-ALSTERMO:

Torsd. 11/5 Digital föreläsning från SPF-förbundet kl. 10.00-11.00,

“Vår stillasittande livsstil - vad betyder den för vår hälsa?”

Föreläsare är Maj-Lis Hellenius. Lokal Hembygdsgården Älgfalt. En förstärkt fika.

Torsd. 11/5 Boule och tipspromenad i Boule-parken Älgfalt kl. 12.00

Promenad i lagom takt och därefter korvgrillning.

Denna dag kan man delta för/eftermiddag eller hela dagen.

Mer info och kontakt:

SPF Seniorerna Lenhovda Herråkra; Lars Woxneryd, 070- 627 13 94, lars.woxneryd@telia.com

SPF Seniorerna Åseda Nottebäck; Gunilla Holmström Bokor, 070- 254 99 98 gunillanokor@hotmail.com

SPF Seniorerna Älgfalt Alstermo; Roland Cronholm 070-636 41 93, roland.cronholm@hotmail.com