

SPF Seniorerna Östgötadistriktets medlemsdag 24 augusti 2026

Här samlades deltagarna vid ankomsten till Borgen i Norrköping. Det serverades kaffe och fralla.



Annika Rannström öppnade dagen med att hälsa välkomna och gav en kort introduktion av dagen.



Aase Wisten, geriatriker och sakkunnig på förbundet inledde förmiddagens föredrag.



Korpen med två tjejer kom därefter med olika tips om aktiviteter som stärker balans och styrka.



Lunch serverades och efter den så var det Henrik Widegren som tog oss på en både musikalisk och humoristisk resa genom olika myter om mat. Han lyckades punktera de allra flesta myterna!

