

FOLKHÄLSOVECKA

6/9-10/9 2021

Måndag 6/9	Tisdag 7/9	Onsdag 8/9	Torsdag 9/9	Fredag 10/9
Tid: Kl 10:00-12:00 Plats: Sjövikskyrkan *Vår ordförande Per Adler öppnar vår hälsovecka *Tipspromenad – en kort sträcka nära Sjövikskyrkan *IT-gruppen visar dig användbara App:ar för din mobiltelefon <i>Under tiden bjuder SPF på fika.</i>	Tid: Kl 10:00-11:00 Plats: Scoutgården (vid tennisbanorna) Boule, prova på Ta med eget fika Föranmälan, senast den 3/9, till Britt-Marie Ullstrand tel: 011-39 27 09 eller epost: ullstrand46@telia.com	Tid: Kl. 10:00-10:30 Plats: Sjövikskyrkan IT-gruppen visar dig användbara App:ar för din mobiltelefon Tid: Kl. 11:00-12:00 Plats: Sjövikskyrkan Sittyoga med Yoga by Lina 	Tid: Kl. 10:00-11:00 Plats: Samling vid scoutgården Promenad med eller utan stavar i egen takt, ca 3 km på stigar. Lätt uppvärmning och avslutande stretch.	Tid: Kl. 10:30-11:30 Plats: Serveringsbergets dansbana (First Camp) Linedance, prova på; nybörjarnivå <i>Platsen för nedanstående aktiviteter är:</i> Serveringsbergets dansbana (First Camp) <u>OBS!</u> <u>Tag gärna med egna stolar</u>
Tid: Kl. 13:30-14:30 Plats: Sjövikskyrkan Styrka, balans och rörlighet. Maria L Törnudd, fysioterapeut vid Rehab, ger oss tips och råd.	Tid: Kl. 13:30-14:30 Plats: Scoutgården (vid tennisbanorna) Linedance, prova på; nybörjarnivå	Tid: Kl. 13:30-14:30 Plats: Sjövikskyrkan Styrka, balans och rörlighet. Maria L Törnudd, fysioterapeut vid Rehab, ger oss tips och råd.	Tid: Kl. 13:30-14:30 Plats: Sjövikskyrkan Sittyoga med Yoga by Lina 	Tid: Kl. 13:30-14:30 Göran Bjarnegård intar scenen med sin gitarr
Tid: Kl. 14:30-16:00 Plats: Vilbergen Bowling Center Bowling, prova på Föranmälan, senast den 3/9, till Annmari Johansson tel: 070-244 21 07 eller epost: annmari.hollstad@telia.com	 MÅ BRA			Tid: Kl. 14:30-15:00 Fikapaus (medhavd förtäring) 
				Tid: Kl. 15:00-16:00 Carina Perenkrantz bidrar med ”Humor och skratt”
				Tid: 16:00 Vår ordförande, Per Adler, avrundar och avslutar Folkhälsoveckan

OBS!! Vid Serveringsberget, First Camp, är vissa parkeringsplatser avgiftsbelagda.
Under Folkhälsoveckan är samtliga aktiviteter kostnadsfria!