

SPF Seniorernas årliga Folkhälsovecka startar nu!

Idag, den 12 april, startar SPF Seniorernas Folkhälsovecka över hela landet. De flesta lokalavdelningar liksom riksförbundet bjuder på olika program med syftet främja vår hälsa. Varje dag klockan 10.00 kan du till exempel ta del av en intressant föreläsning på förbundets hemsida. <https://www.spfseniorerna.se/aktiviteter/folkhalsoveckan-2025/>

På tisdagen bjuder Örebrodistriktet in till en större konferens om hörsel, minne och demens. Vi i Club Skoga ordnar ett par lokala aktiviteter, nämligen på torsdag då vi inleder säsongens boulespelsperiod. Vi har införskaffat spritt nya spelklot som vi inviger kl 14 på boulebanan nere vid Strandpromenaden. Hoppas många vill komma och pröva eller bara titta på när andra ger sig på denna uppskattade idrottsgren! Boule är den verksamhet som har högst antal deltagare inom SPF! Ture Österberg leder och instruerar.

Men hälsa handlar inte bara om kropp, psyke eller sociala sammanhang. Den handlar också om hur man tar sig an existentiella frågor och tankar. Vi hade därför tänkt att avsluta folkhälsoveckan med ett föredrag inom detta område. Så vi kontaktade kyrkoherde Tomas som gärna ville hjälpa till.

Tyvärr kunde det inte ske söndagen den 18 maj utan fick flyttas fram en vecka.

Men då blir det av! Söndagen den 25 maj deltar prästen och psykoterapeuten Lars Gustafsson i söndagsgudstjänsten och efter denna samlas vi i församlingshemmet till kyrkkaffe och för att lyssna till Lars som pratar utifrån temat: Tankefällor och psykologiskt kapital–nycklar till hälsa. Visst låter de intressant!



Mässa Bönsöndagen
Nora 2025-1.pdf

Sänder också med min favoritdikt den här tiden på året:

*Jag såg hur hæggen blommade, det kom en doft från den.
Då gick jag till min älskade och sade: Se och Känn!
Hon stod vid makaronerna, hon sydde på en klut,
och när hon lyfte ögat hade hæggen blommat ut!*

Glöm nu inte att ta vara på dagen och njuta av hæggen!

Vårliga hälsningar från ordf. Birgitta