

SPF Seniorernas
FOLKHÄLSOVECKA

Måndag 16 maj kl 13.30: **Fågelskådning i Hjälstaviken.**

Anmälan till Sven Gustafsson tel 070-318 08 51 eller mail gustafsson.s@outlook.com.
Medtag kikare och fika! Samling vid Coop parkeringen (nära macken) för samåkning.

Tisdag 17 maj kl 14.00: **Besök kolonilott på Gröngarn**

Anmälan till Els-Britt Adelhag tel 073-891 56 93 eller mail eba1241@gmail.com.
Medtag fika!

Onsdag 18 maj kl 9.00: **Boule på Hökens Grusplan.** Kom och prova på!

Medtag bouleklott (finns även att låna) samt fika. Ingen anmälan!

Onsdag 18 maj kl 14.00: **Tipspromenad i Drömparken.**

Start Joar Blå parkeringen. Ingen anmälan! Ta gärna med fika!

Torsdag 19 maj kl 14.00: **Stadsvandring med guiden Eva Wrede.**

Anmälan till Tina Sandelin tel 070-496 13 75 eller mail asandelin@yahoo.se.
Samling ovanför Spanska Trappan (hörnet Kungsgatan – Rådhusgatan).

Fredag 20 maj kl 10.00: **Besök trädgård i Fanna.**

Solveig Zander visar sin terrasserade trädgård och bjuder på fika.
Anmälan till Anita Nehler tel 070-660 17 57 eller mail anita.nehler@hotmail.com.

Söndag 22 maj kl 9.00: **Boule på Hökens Grusplan.** Kom och prova på!

Medtag bouleklott (finns även att låna) samt fika. Ingen anmälan!

Alla veckans aktiviteter är kostnadsfria och alla hälsas välkomna!

Under Folkhälsoveckan, vecka 20, måndag till fredag erbjuder SPF Seniorernas Förbund digitala föreläsningar med kända föreläsare på temana **kost, hälsa, livsstil och motion**. De kommer att ligga kvar på nätet en längre tid, men olika länge. Detta och mer därtill kan Du läsa om på förbundets hemsida **www.spfseniorerna.se/folkhalsovecka**

Arr.  Enabygden

I samarbete med
 **Studieförbundet
Vuxenskolan**