



Seniordagen 2019

Mässa

Tema - En aktiv senior

Fri entré

Fredag 25 oktober

i Kulturhuset Finspång

Seniordagen arrangeras för sjätte gången och är ett samarbete mellan olika aktörer i Finspång för att inspirera seniorer att främja sin hälsa för ökad livskvalitet. Årets tema är "en aktiv senior". Under dagen kan du lyssna till inspirerande föreläsningar och gå runt i mässan och besöka ett fyrtiotal montrar. Kunniga utställare från företag, föreningar och det offentliga väntar på att få träffa dig, ge dig värdefull rådgivning och visa vad de har att erbjuda.

Program:

- Kl. 09.30 Sång och musik med Arne Palmqvist
- Kl. 10.10 Mässan invigs av vård- och omsorgschef Åsa Karlsson och socialrådet Marie Johansson (KD)
- Kl. 10.15 Medicinsk träning, andningsteknik och massage med Maria Wiklund samt kom igång med qigong med Rode Mitev
- Kl. 10.45 Sång och musik med Arne Palmqvist
- Kl. 11.00 Underhållning av "Debbie och Lasse"
- Kl. 12.00 Lunchpaus
- Kl. 13.00 Sång med PRO kören
- Kl. 13.30 Nyheter från biblioteket
- Kl. 14.00 Höstens kläd- och hårmode, modevisning av På håret, Royal och Mingla
- Kl. 15.30 Mässan avslutas.

Välkommen!

PRO **SKPF** **Pensionärsföreningen**
pensionärerna **Aura**



SENIORERNA

Finspång

Finspångs
Finska-förening

Svenska kyrkan
FINSPÅNGS FÖRSAMLING

KULTUR
HUSET
FINSPÅNG

Region
Östergötland



FINSPÅNG