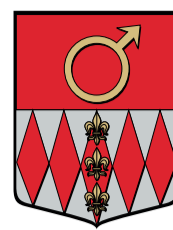


VÄLKOMMEN PÅ MÄSSA



FINSPÅNG

15/3

Kulturhuset  
Finspång

# Seniordagen 2024

**Tema: Hälsa genom sång och musik**

Varmt välkommen på mässa - fri entré!

Seniordagen arrangeras för sjunde gången och är ett samarbete mellan olika aktörer i Finspång för att inspirera seniorer att främja sin hälsa för ökad livskvalitet. Under dagen kan du lyssna till inspirerande föreläsningar och gå runt i mässan och besöka ett tjugotal 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 av Ola Palmqvist
- Kl. 10.10 Invigning
- Kl. 10.30 Östgötamusiken "Hasse och Tage".  
Musik skratt och lite annat med Crusellkvintetten
- Kl. 11.15 Lunchpaus
- Kl. 13.00 Lillian Bressler "Linedance"
- Kl. 13.30 Föreläsning av dietist Jenny Lindqvist: "Maten/  
matvanors betydelse för hälsan"
- Kl. 14.30 PRO-kören "Glädje genom musiken"
- Kl. 15.00 Mässan avslutas.



Arrangeras i samarbete med:

PRO

SKPF:  
pensionärerna



SENIORERNA  
SENIORERNA

Finspång  
Gruvan  
Hällestad



Region  
Östergötland

Svenska kyrkan  
FINSPÅNGS FÖRSAMLING

KULTUR  
HUSET  
FINSPÅNG