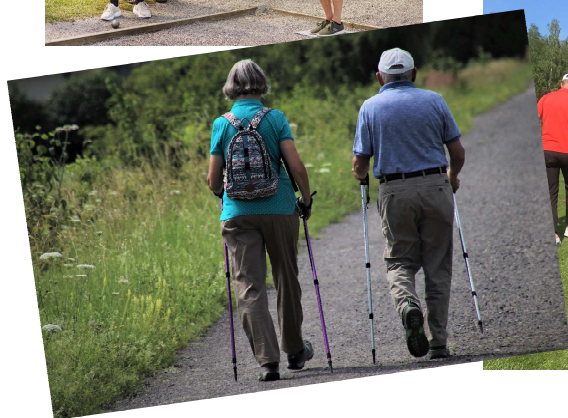


SPF Seniorerna Flensbygden inbjuder till



DEN 16 – 20 MAJ 2022



Förbundet

webbsänder en digital föreläsning varje dag kl 10.00.
Sändningen sker på SPF Seniorernas hemsida.
Varken föransmäljan, registrering eller inloggning krävs.

På hemsidan finns även det färdiga programmet.

<https://www.spfseniorerna.se/aktiviteter/folkhalsovecka/>

Flensavdelningen

bjuder på promenader, prova-på-boule och
prova-på-golf, föreläsning om hälsosamt åldrande
samt digitalt café.

PROGRAM

Måndag 16/5

Digitalt Café

Kl 10.00-12.00 bjuder vi in till diskussion i små grupper och lär oss hantera våra telefoner och läsplattor.

Lunch på Norrtorp

Kl 13.00 kan vi äta lunch till ett reducerat pris om 95 kr.

Prova-på-Golf vid Norrtorp

Kl 14.00 vid övningsområdet kan vi prova på golf under ledning av Monica Falk.

Tisdag 17/5

Prova-på-Boule

Kl 14.00 samlas vi vid aktivitetsparken, Septembervägen på Brogetorp och får prova på spelet.
Medtag fika!

Onsdag 18/5

Hälsosamt åldrande

Kl 14.00 föreläser Lars Falk om hur vi kan åldras på ett bättre och hälsosamt sätt.

Torsdag 19/5

Tipspromenad

Kl 14.00 samlas vi vid värmestugan, Hammarvallen och går en hälsosam promenad med frågor i ämnet. Vi går lilla Stenhammarrundan.

Fredag 20/5

Promenad med Evy

Samling vid Brukshundsklubben kl 10.00
Vi går upp till tornet eller så långt du orkar.
Medtag eget fika!

