

Coronatider: Tips, råd och stöd

SPF Seniorerna har lagt upp information på sin hemsida: [Klicka här](#)

Ytterligare tips:

Om man är intresserad av konserter och museer kan man gå in på följande hemsida:

www.kulturarenan.se. Här får man tillgång till olika evenemang.

"Gillar du frågesport så gå in på SPF Seniorernas hemsida, fliken Hälsa och aktivitet- Förbundsmästerskap - Hjärnkoll. En bit ner på sidan finns minst 10 frågesportfilmer sammanställda av Peter Sikström."

Länk: <https://www.spfseniorerna.se/aktiviteter/forbundsmasterskap/hjarnkoll/>

*****'

Varför inte titta på morgonprogrammet "Hemmagympa med Sofia" på TV1 varje måndag-fredag (bäst att kontrollera tiden i TV tablån)



Är du intresserad av körsång: Jämtlands musikskola sänder körsång live på sin Facebooksida måndagar kl 18-20.