



Söndagsfika i oktober, en del av helgens seniormässa!

Genom vårt vanliga Söndagsfika, som vi i SPF Jössebygden detta året haft tillsammans med pensionärsföreningarna PRO Arvika och RPG, var vi idag en del av kommunens stora satsning på seniorer, "Ha ett bra liv."



Första programpunkt under söndagen var friskvårdskonsulent Monica Henner, som fick oss att vakna till ordentligt, genom lite musik och rörelse till!



Förmiddagens huvudpunkt var sedan ett estradsamtal mellan författare Britt Warg och vår egen välkände lokalpoet Urban Andersson, den senare även SPF-medlem.

Urban inleder med presentation av Britt på vers, men sedan följer ett undersökande samtal: huvudsakligen om Britts skrivprocess, och om hennes relationer till geografiska platser, och då särskilt Arvika och Paris, som är utgångspunkter för hennes debutroman, "Paris kommer alltid att finnas kvar". Nu skriver hon på en uppföljare.

Många hade lockats av programpunkten, foajén var som synes fullsatt av intresserade lyssnare!



Efter samtalet följde signering och tillfälle till bokköp, och nog såldes det böcker!

Seniormässan var förstas också ett tillfälle att informera om vår verksamhet till allmänheten. Vi hade under alla dagarna ett bord med lite broschyrer stående framdukat. Här ses Maria och Lennart Paulsson representera föreningen.



Mässan riktade sig förstas till alla de föreningar och verksamheter, som vänder sig till seniorer, så hela foajén var smockfull av olika föreningsbord, och folk som trängdes runtom!

Och i källaren pågick även olika pröva-på-aktiviteter, exempelvis stolyoga och yinyoga, skaparverkstad, och övningar i fallteknik.

På plats under några förmiddagstimmar: Annelise Paulsen, SPF Jössebygden.