



Folkhälsoveckan 12-16 maj

I samarbete med SPF Litsbygden sänder vi digitala föreläsningar klockan 10:00 - 11:00 under folkhälsoveckan på SVs kontor i Lit, Östersundsvägen 27A. Kom och ta del av föreläsningarna tillsammans, diskutera och umgås.

PROGRAM

12 maj - Yoga med Göran Boll, utbildare av yogainstruktörer, skapare av MediYoga.

13 maj - Vad är viktigt för hjärthälsan? Aase Wisten, specialistläkare geriatrik, SPF:s sakkunnig inom vård-omsorg.

14 maj - Sarkopeni - en dold folksjukdom. Tommy Cederholm, överläkare geriatrik Akademiska Sjukhuset Uppsala

15 maj - Smärta - ett nödvändigt ont? Björn Bragee SPF:s expert på seniorhälsa

16 maj - Du kan påverka hur du mår , Kay Pollack, filmregissör, mental träning, personlig träning

Anmäl dig till sanna.hestner@sv.se, ring 063-12 34 00 eller scanna QR-koden och anmäl dig till de föreläsningar du önskar delta på.

Ort: Lit

Lokal: Vuxenskolas lokaler i Lit, Östersundsvägen 27A

Pris: Kostnadsfritt

Tid: 10:00 - 11:00 måndag till fredag

