



PROGRAM FOLKHÄLSOVECKAN 2023

Folkhälsoveckan startar måndag den 8 maj och SPF Seniorerna utmanar alla föreningar i stegräkning. Vi antar utmaningen och har lagt in två organiserade vandringar under veckan.

På **måndag den 8 maj kl. 10.00** promenerar vi på Hälsans stig i Kungsparken. Vi samlas vid fontänen utanför Casinot i Kungsparken. Promenaden tar ca 1 timme och vi avslutar i Slottsträdgården.

Måndag den 8 maj kl. 13.00 föreläser Sten Ullerud om Selma Lagerlöf på Bellevue Park Anmälan senast den 2 maj.

På **tisdag den 9 maj mellan 10.00 och 12.00** tränar vi fallteknik med instruktör från Judoföreningen Enighet. Vi ses på Baltzarsgatan 1

På **onsdag den 10 maj kl. 13.00** föreläser professor Susanne Iwarsson om det friska åldrandet. Plats Kockum fritid. Anmälan senast den 3 maj
Läs mer i kalendern på vår hemsida spfseniorerna.se/petri

På **torsdag den 11 maj** har vi stavgång med **start kl. 13.00** från Baltzarsgatan 1

På **fredag den 12 maj kl. 13.00** får vi besök av två biståndshandläggare från Malmö stad. De berättar om beslutsgången när det gäller hemtjänst, särskilt boende och färdtjänst. Vi ses på Baltzarsgatan 1 Anmälan senast den 9 maj

SPF Seniorerna erbjuder föreläsningar varje dag kl.10.00. Läs mer om detta på spfseniorerna.se/folkhalsovecka

Program 2023 med reservation för eventuella ändringar.

Dag Tid Föreläsning

Måndag 8 maj 10:00 Sitt inte stilla då ökar risken att trilla Marina Arkkukangas

Tisdag 9 maj 10:00 Seniorer och diabetes typ 2 Kerstin Brismar

Onsdag 10 maj 10:00 Läkemedel och äldre Thony Björk

Torsdag 11 maj 10:00 Vår stillasittande livsstil – vad betyder den för vår hälsa?

Mai-Lis Hellenius

Fredag 12 maj 10:00 Vad ska man göra för att må bra? Aase Wisten

Besöksadress

e-post

tel.

bankgiro

org. nr

Baltzarsgatan 1
211 36 MALMÖ

spfpetri@gmail.com

0793-59 74 71

385-1045

846005-1488