

**Onsdag 6 november slår portarna upp för seniormässan För ett aktivt liv i kommunhuset Forum. Mässan anordnas av lokala pensionärsföreningar i samarbete med Munkedals kommun. Under dagen blir det föreläsningar, utställare och ett fokus på hur du som senior kan stärka din hälsa och livskvalitet. Dessutom delar kommunen ut broddar till besökare som är 65+. Mässan pågår kl. 11:00-15:00.**

Äldre personer som har en aktiv vardag och deltar i meningsfulla sociala sammanhang mår generellt bättre, både psykiskt och fysiskt. För att få fler att få upp ögonen för en bättre hälsa och livskvalitet är mässans huvudfokus en aktiv vardag.

– Fler och fler lever längre. Därför är det viktigt att vi tillsammans skapar möjligheter för att bibehålla hälsan när du blir äldre, säger Linn Karlsson, folkhälsostrateg i Munkedals kommun.

Som besökare kommer du bland annat att möta och lyssna på aktörer som Hjärnkraft, Munkedals IF, Närhälsan & Rehab, Hörsselföreningen, Folk tandvården, Polisen och många fler.

Kommunen har även ett begränsat antal broddar som delas ut till besökare som är 65+

Mässan pågår 11:00-15:00 i kommunhuset Forum och Café Kringlan håller öppet under dagen.

– Nu hoppas vi att många av kommunens seniorer besöker oss, så att vi kan börja planera för fler seniormässor i framtiden, säger Linn Karlsson.

Arrangörer är SPF Sörbygden, SPF Svarteborg och PRO i Munkedal i samverkan med Munkedals kommun.