

Till medlemmarna i SPF Seniorerna Stallarholmen

Här kommer information om en ny studiecirkel som startar den 23/9:

Studiecirkel Hälsosamt liv

Vi tittar på SPF Folkhälsoveckans inslag tillsammans, läser på texter på egen hand, lyssnar på radioinslag om hälsa. Tillsammans diskuterar vi det vi hört och sett om vad det betyder för hälsan och för oss var och en. Allt för att bättre förstå och kunna hantera vår hälsa.

Lokal: Mötesplatsen Gula Industrihuset

Tid: 9.30-12.00

Datum: Torsdagar jämna veckor med start 23/9 och därefter 7/10, 21/10, 4/11, 18/11, 2/12

Studiematerial: Marklund, Bertil; **10 Tips, Må bättre och lev längre**
SPF förbundets hemsida **Filmer från Folkhälso-
veckan**
SVT radio play **Ingemar Skog, sommarvärd 2/8**

Kostnad: 100 kr. inkl. Bertil Marklunds bok

Cirkelledare: Else-Marie Jarl, Birgit Carlsson, Anita Engström

Anmälan senast 10 september till
Else-Marie Jarl else-marie.53@hotmail.com eller 0733-268191