

Folkhälsoveckan 16 - 20 maj 2022 Sandviken

Måndagen 16 maj

Kl. 10:00 Ingrid Palm tar oss med på en guidad tur i vår stad. Vi träffas vid "Kopparrosen" bredvid Bruksmässen dvs mitt emot Brandstationen

Tisdagen 17 maj

10.00-11.30 Besök på brandstationen därefter promenad till Valhalla där SPF bjuder på korvgrillning eller hamburgare. **Anmälan** för att delta görs till Anitha Eriksson aneris48@gmail.com **senast den 12 maj.**

13:00-14:30 Ambulansen kommer och visar upp sitt fordon samt informerar om HLR, ABS, stroke och infarkt.

Onsdagen 18 maj

10:00- 11:30 Tipspromenad i Stadsparken. Kaffe medtages men SPF bjuder på kaka.

13.00-14:30 Boule på Valhalla

Torsdagen 19 maj

Besök på Växtzoo 4 där vi får en guidning samt möjlighet att handla växter till 10% rabatt. En lättare lunch eller fika kan också fås på egen bekostnad. Föranmälan krävs där då det är begränsat med lunchplatser samt öppet för allmänheten. **Anmälan** sker till Anitha Eriksson aneris48@gmail.com **senast den 8 maj.**

Fredagen 20 maj

10.00-11.30 Frisbeegolf i Stadsparken. Samling vid "Kyssbron". Instruktör kommer att finnas på plats.

Under veckan utmanas alla medlemmar att vara med i förbundets nationella stegutmaning. Hur långt kan vi gå? Förra året gick vi med råge ett varv runt jorden. Formulär för att anmäla hur långt man gått kommer att publiceras den 16 maj på förbundets hemsida. Vinnare publiceras där sedan. Dess utom är det föreläsningar varje dag som kan avlyssnas när det passar dig.

Se mer här [SPF - Seniorerna Folkhälsoveckan 2022 \(spfseniorerna.se\)](https://spfseniorerna.se)

DAG	TID	FÖRELÄSNING
Måndag 16 maj	10:00	Relationernas betydelse i våra liv och för vår hälsa <i>Anna Bennich</i> <i>Marie-Louise Söderberg</i>
Tisdag 17 maj	10:00	Hela livet En läkares erfarenheter om hälsa, forskning och vardagens utmaningar <i>Anders Rosengren</i>
Onsdag 18 maj	10:00	Folkhälsa ur ett äldreperspektiv, vad är det? Vad görs och vad kan göras mer av för att uppnå en god äldre hälsa? <i>Bernt Lundgren</i>
Torsdag 19 maj	10:00	Kosten som håller dig ung <i>Charlotte Erlanson-Albertsson</i>
Fredag 20 maj	10:00	Veckofinal! Vi avslutar veckan med inspirerande intervjuer och inte minst – frågesport med vår generalsekreterare <i>Peter Sikström</i> .

Här kan du läsa mer om föreläsningarna [fhv2022_program.pdf \(spfseniorerna.se\)](https://www.spfseniorerna.se/fhv2022_program.pdf)

Vill du veta mer?

Syrenen, Sandviken:
 Ingalill Hedborg, tfn 070-636 54 01
 E-post: i.hedborg@telia.com