

SPF 159 Seniorerna Hässleholm har haft onsdagsträff, där TV-kocken och matforskaren Jan Boris-Möller underhöll i en fullsatt lokal under temat Äta bör man – ändå dör man. Vårt stora problem är att vi äter för mycket, har för varmt inne och rör på oss för lite. En lång promenad på morgonen är väl så bra för viktminskning som att gå på gym. Var gärna skeptisk till nya rön om mat och annan förtäring - finns det en expert som säger så, finns det alltid en annan som säger så. Tänk "follow the money!" - vem tjänar på detta? Det var många visa ord som sades, men kontentan av det hela var Ät mindre! Ut och gå! Dra ner värmen inomhus!

Jan behärskade församlingen till hundra procent med kärnfulla uttryck, och rösten svepte i alla tonlägen. Han är visst inte bara kock och matforskare, utan även teateraktör! Efter avtackning med äkta biodlarhonung, surdegsbröd och hemlagad senap, gick Jan runt och pratade med åhörarna, vilket blev mycket uppskattat. Det var också ett ovanligt tilltugg till kaffet den dagen – scones, honung och sylt! En trevlig eftermiddag på Senioren!