



## Livscafé – Passion för livet

Passion för livet innebär att en grupp träffas vid 6-8 tillfällen på så kallade livscaféer. Under ledning av en utbildad handledare samtalar ni som deltar om olika hälsoteman. De områden som Passion för livet fokuserar på har, enligt forskning, en direkt påverkan på hälsa och livskvalitet.

### **Livscaféernas olika teman är:**

- Naturligt åldrande
- Fysisk aktivitet
- Förebygga fall
- Mat och dryck
- Social gemenskap
- Läkemedel för äldre

Start: Måndag den 16 september kl 10-12

Vi träffas varannan vecka jämna veckor.

Ledare: Karin Zetterlund

Anmälan senast 13 september till SPF-expedition tel: 070-386 9305 eller

epost: [oxelosund@spfseniorerna.se](mailto:oxelosund@spfseniorerna.se)