

## Inbjudan till Folkhälsodag

Plats: Södra änden av Lilla Älgsjön

(Vägbeskrivning: Sväng ut på Nyköpingsvägen vid Strömsforskorset och kör mot Stavsjö. Efter 1 km sväng vänster vid vägs skylt Böksjö 1. Kör denna väg så långt den går.)

Styrelsen för SPF Seniorerna Bråviken Kolmården inbjuder föreningens medlemmar till en folkhälsodag torsdagen den 16 maj.

**Tid: Torsdagen 16 maj kl. 13.00 – ca: 16.00**

Eftersom våra aktiviteter skall kunna nyttjas av alla har vi gjort ett tidsschema med olika starttider:

13.00 Vandring ca. 3 km med information om trakten.

Ca. 14.15 Föreläsning om motion och hälsa av Eva Aronsson med efterföljande yoga.

Ca. 15.00 Tipspromenad med priser.

Vi kommer att ha olika aktiviteter under eftermiddagen såsom vandring, tipspromenad, föreläsning och yoga av distriktets folkhälsoansvarige Eva Aronsson.

Vi bjuder på korvgrillning med dryck samt kaffe och kaka.

Grillad korv mm kan intas när det passar under hela eftermiddagen.

Dessutom kommer vi ha ett lotteri, så ta gärna med en tjuga, Swish fungerar också!

Stol eller sittunderlag är bra ta med sig!

Försök om möjligt ordna egen samåkning.

För att vi skall kunna planera inköp av varor måste vi ha er anmälan senast den **8 maj** till Annmari Johansson på mail [annmari.johanson@gmail.com](mailto:annmari.johanson@gmail.com) eller telefon 070-2442107.

Och du "Allt är gratis"

Välkomna!

Kolmården den 30 april 2024

Styrelsen

