

# Rosa Huset och hälsoveckan!

Under hälsoveckan och runt ikring var det full aktivitet i vår fina Ronnebyförening! Rosa Huset behövde omvårdnad liksom våra själar och lekamen! Hälsovecka skulle man nog ha lite oftare.

**SPF SENIORERNA RONNEBY FOLKHÄLSOVECKA 20 MAJ -24 MAJ**

- Måndag den 20 maj kl. 09.30. Promenad i Johannishus samhälle, samling vid Ålycke. Kaffe. Ledare Carina Lagerlund, seniorsamordnare Ronneby kommun.
- Måndag den 20 maj kl. 09.30. Promenad i Ronneby brunnsspark, samling vid Bäckahästen. Medtag dryck enligt eget önskemål. Ledare Eva Holmberg och Kerstin la Fleur Jeppsson.

**Spela boule i boulehallen intill Soft Center Arena i Kallinge.**

- Måndag den 20 maj och onsdag den 22 maj kl.13.30 - 15.45 samt fredag den 24 maj kl.13.30 - 15.00.

**Rosa Huset**

- Tisdag den 21 maj kl. 10.00 - 12.30. Välkommen att spela Canasta! Kaffe.
- Tisdag den 21 maj kl. 13.00 - 15.15. Välkommen till stickcafé! Kaffe.

**Ronneby Sporthall**

- Onsdag den 22 maj kl. 14.30 - 15.30. Seniorbad.

**Ronneby Padel, Västra industrigatan 6.**

- Onsdag den 22 maj kl. 14.30 - 15.30. Prova på att spela Pickleball, en kombination av tennis, badminton och bordtennis med två eller fyra spelare. Antal deltagare 4 upp till 10 st. Klädsel: Gympaskor och lättare klädsel, så man kan röra sig. Ingen avgift.
- Torsdag den 23 maj kl. 11.00 - 12.00. Promenad i Ronneby brunnsspark, samling vid entrén på Vidablick. Medtag dryck enligt eget önskemål. Ledare Mia Andersson, seniorsamordnare Ronneby Kommun

**Förutom ovanstående program anordnar förbundet föreläsningar på webben varje dag kl. 10.00.**

- Måndag 20 maj: Med livet i behåll - Om åldrandets frihet och förlust.
- Tisdag 21 maj: Reumatism - en sjukdom med många ansikten.
- Onsdag: 22 maj: Munnen - en del av kroppen.
- Torsdag 23 maj: Träna med Sofia!
- Fredag 24 maj: Om sömn och återhämtning.



Inget får stå i vägen ! Det gamla staketet hamnar på tippen liksom störande vegetation. Nya staketstolpar kommer på plats!





Vattenpass, muskelkraft och övervakning! Kan bara bli så bra!





# Några bilder under arbetets gång!





# Inge och John sätter de sista skruvarna!





# Torsten tänkte löva vagnen med byggställningar





Inre och yttre personal tar välbehövlig fika.





Ian och Gunnar har anlänt dag 2 för att hålla ställningarna. Nu är det dags att ge hängrännor och bakkappornas sin nya finish. Den mörka panelen och rosa väggen på baksidan är redan ommålade innan solen smiter runt hörnan!





Det är ju hälsoveckan. SPF Ronneby har sitt stickcafé och administrationen måste underhållas.





Canasta är en väldigt trevlig aktivitet. Så det är full aktivitet både ute och inne.



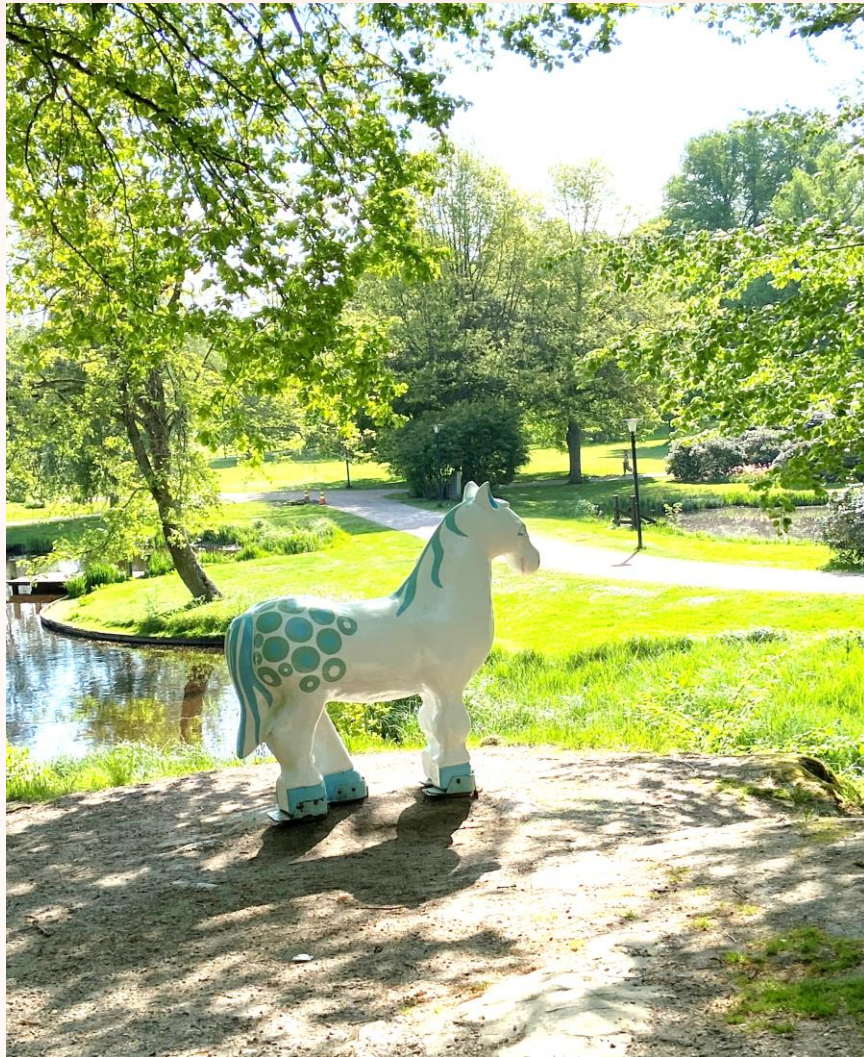


Promenad i Brunnsparken ingick också i hälsoveckans program.





Det var inte så många som kom denna soliga dag för att använda sina apostlahästar! Bäckhästen är permanent närvarande på sommarhalvåret.





Det hanns med bollsport också. Boule är väl de flesta bekanta med. Pickleball är däremot något nytt som dessa tre trallande jäntor provade på! Riktigt roligt spel enligt dem!





Vårt fina Rosa Hus! Nytt staket, fasad nymålat och klart!





Gårdssidan är klar. Rostiga hängrännor lyser nu vitt och mörk panel matchar även den rosa nymålade hörnan! Nyklippt gräsmatta putsat för nästa gårdsfest när SPF ska bjuda på våfflor! Därom kan man se och läsa i kommande reportage! Så tog denna hälsovecka slut!

