

Folkhälsoveckan

Nu ska vi soffpotatisar knäcka
i SPF Väsby's folkhälsovecka.

Så ut med er alla uti långa rader,
kör Boule i Carlslund eller tipspromenader
och gå-fotboll till en häpen publik
och långpromenader till Brunnbyvik
och bowling det finns det, det har jag förstått
och cykelutflykter till Steninge slott
och Discogolf och såna bravader
och likaså stavgångarnas promenader
och gympa som kan vara soft, och jag tror
att ni även kan prova seniorparkour.

Ja, se till nu att hälsan ha som rutin
och ha nu en hiskeligt god disciplin
och skratta, då frigörs det - ditt endorfin
Lycka till säger hälsocoach Jacke Sjödin.

