



SRF
SENIORERNA



”BLI YNGRE MED TIDEN”

FÖRFATTARTRÄFF



Göran Murvall

Läkare och gymnastikdirektör

Göran blev mycket omskriven när han för flera år sedan startade träning för 90-plussare i Nacka utanför Stockholm



Birger Öhman

f.d. VD och försäljningschef

På äldre dar sadlade Birger om till ridskolechef och hans hobby blev hans nya yrke. Det höll honom i fin form i 21 år.

Författarna berättar om sin bok:

”Bli yngre med tiden - för er som vill få ett längre, friskare och rikare liv”

Onsdag den 27 nov. kl. 15.00

Seniorkaféet Pensionärernas Hus

Anmälan: mail margareta.wallin@gmail.com

Ingen avgift