



Höst 2025

Berget
Piratens Gata 9
6 oktober

Välkommen till den seniora hälsodagen - för ett rikt liv som senior!

Vi guidar dig i frågor som rör hela livet: kost, alkohol, boendeplanering och hjälpmedel. Kortare föreläsningar blandat med inspirationsträning samt utställare under hela dagen!

PROGRAM

- 10.00 Alkohol - guldkant eller riskbruk?** med Matilda Larsson
- 11.00 Kost för äldre** med Anette Bohman
- 12.00 Inspirationsträning** med Jenny Leion

- 13.00 Planera för mitt boende som senior** med kommunens biståndshandläggare
- 13.30 Kognitiv svikt och hjälpmedel** med Åsa Evernäs

Dagen är för dig som är senior och bor i Tranås kommun.
Missa inte detta tillfälle – hoppas vi ses!

Arrangörer
Hälsocenter, NBV & Tranås kommun

Tillsammans är vi Tranås ❤️