



Välkomna till Seniorhälsans dag

Under Seniorhälsans dag kan du som äldre i Strömstad få kunskap och tips hur du kan förbättra din hälsa. Ta del av föreläsningar, mingla bland olika utställare och lyssna till musik med Åke Candell.

Program

- 09:00 Folkhälsorådet och PRO hälsar välkommen
- 09:15 Hur kan äldre skydda sig mot bedrägerier? Johan Hilding, kommunpolis Strömstad och Tanum
- 09:45 Fika, mingel bland utställare och musikunderhållning med Åke Candell
- 10:15 Vikten av goda kostvanor och fysisk aktivitet för äldre. Evelyn-Elisabeth Forsberg, Friskvårdare och Emelie Porath Edvardsson, tränare
- 10:45 Mer mingel bland utställare och musikunderhållning med Åke Candell
- 11:15 Information om digitalt stöd till anhöriga "En bra plats" och "Demenslotsen". Trine Johansson, Demensjuksköterska/Silviasjuksköterska vid Socialförvaltningen Strömstads kommun och Gustaf Cavalli, grundare av "En bra plats".
- 11:45 Avslutade reflektion

När: tisdagen den 23 april 2024

Tid: 09:00 - 12.00

Var: Kulturhuset Skagerack

Äldre har möjlighet att avsluta förmiddagen med en lunch på Strömstads församlingshem till egen kostnad.

Kontaktperson:

Irma Nordin, folkhälsostrateg
vid Strömstads kommun

irma.nordin@stromstad.se,

0526-196 58