

LIVSLUST 2019

Målgruppen är alla pensionärer i Umeåregionen

Onsdag 30 oktober

Regionsalen (f.d Fullmäktigesalen)

Regionens hus, Köksvägen 11 B, Umeå

Ingång vid restaurangen

8.45 Registrering och fika

9.30 Välkommen

Representant från föreningarna
hälsar oss välkomna

9.35 Våra fötter

Helena Sandström, medicinsk fotterapeut,
informerar

10.30

Psykisk hälsa

Folkhälsoenheten föreläser

11.45

Mind

Föreningen berättar om sitt förebyggande arbete
inom psykisk ohälsa

12.00

Lunch

13.00

Underhållning

Snowflakes sjunger

13.20

Skogsbad, bra för hälsan?

Ann Dolling, universitetslektor på SLU, Sveriges lantbruksuniversitet

14.30

Avslutning

Alejandro Caviedes, ordförande i Beredning för folkhälsa och demokrati i
Umeåregionen

Anmälan: Senast måndag 28 oktober till:

Ann-Sofi Grenholm, telefon: 090-785 70 78 eller e-post:

annsofi.grenholm@regionvasterbotten.se

Kom ihåg att meddela eventuella allergier!

Kostnad:

Föreläsningarna är kostnadsfria. Lunchrestaurangen i regionhuset tar endast emot betalkort, ej
kontanter.

Ange vid anmälan om särskild kost önskas.



Kom doftfri
och med
mobiltelefon helt
avslagen!

Välkomna!

Ett samarbete mellan:

Pensionärsorganisationer och

Beredningen för folkhälsa och primärvård i Umeåregionen