

ONLINE

TREDJE ÅLDERN

- Frihet att forma tillvaron

Är du nybliven
pensionär?

Välkommen med på diskussionsträffar online!

Diskussionsgruppen ger en möjlighet att tillsammans med andra i samma livsskede diskutera och utbyta erfarenheter samt reflektera över hur man önskar forma sin nya tillvaro.

Frågor som lyfts under de fyra träffarna är bl.a. fysiskt och psykiskt välbefinnande, meningsfull tillvaro och de nya möjligheterna som pensionär.

Diskussionerna leds av Solveig Nylund och Gunilla Norrgård, utbildade frivilliga ledare med egna erfarenheter av pensionering.

Begränsat antal deltagare.

Deltagaravgift 10€



Datum för träffarna

Mars 2023

20.3, 22.3, 24.3 och 27.3

Kl. 14.00-16.00

Träffarna hålls online via Zoom.

Har du inte möjlighet att vara med dessa datum kan du anmäla intresse så ordnar vi träffar när vi har deltagare till en ny grupp.

Anmälan senast 16.3.

Pia Nabb

Tfn 050 542 8175

pia.nabb@folkhalsan.fi

Lotta Böling

Tfn 040 148 9110

lotta.boling@redcross.fi