

Låt oss träffas digitalt när vi inte kan ses i verkligheten!

Hej Senior!

Korpen Gotland och Socialförvaltningens Hälsofrämjande enhet bjuder in till fem digitala fredagsträffar där vi önskar att just DU skulle vilja delta! Det är kostnadsfritt.

Träff 1: 5/2 kl. 10:30-11:30

Föreläsning "Glädje-vänner-goda möten"

Träff 2: 12/2 kl. 10:30-11:30

Föreläsning "Måste jag jogga eller? Vad behöver jag? Enkelt och lätt. Sova verkar onödigt?"

Träff 3: 19/2 kl. 10:30-11:30

Föreläsning "Mat - enkelt och färgglatt"

Träff 4 och 5 klockan 09.30-10:15

Träning i sittande eller stående. Du väljer två datum som passar dig.

Föreläsare gör Annelie Hanebring och träningspassen leds av Elisabeth Johansson. Vi ses, fikar och småpratar tillsammans.

Anmälan

Anmäl dig via e-post senior@korpengotland.se eller telefon 0498-20 70 65 senast 3/2. Du får e-post med en länk till träffarna.

För att delta behöver du ha en dator, surfplatta eller mobil med internet och kamera, så vi kan se och höra er och ni oss. Kontakta oss gärna om du vill delta men känner dig osäker på tekniken så hjälper vi dig efter bästa förmåga.

Varmt välkomna – det kommer bli intressant, trevligt och roligt!

Under våren kommer du som vill kunna låna surfplatta på biblioteken, för mer information surfa in på www.gotland.se/surfplatta