

En del av RF-SISU
Hallands satsning
Idrott för äldre!

Den digitala idrottsskolan!

Höstveckor fyllda med inspiration för dig som är senior
och intresserad av rörelse och välmående!

Välkommen på kostnadsfria föreläsningar
och studiebesök på distans i höst!

Under fem onsdagar mellan 14 oktober och 11
november har du som är senior möjlighet att lyssna
på föreläsningar, följa med på studiebesök hos
idrottsföreningar som har en etablerad verksamhet
för äldre – *allt digitalt via verktyget zoom.*

Målgrupp
Halländska seniorer

Kontakt:
Katharina Nilsson, katharina.nilsson@rfsisu.se
070-342 57 12

Lisa Fallhagen, lisa.fallhagen@rfsisu.se
070-289 90 34

Frågor om anmälan eller zoom:

Malin Eriksson, 070-285 43 57
Åsa Agmyr, 070-341 40 03
utbildning.halland@rfsisu.se

Anmäl dig via vår hemsida
rfsisu.se/halland senast den 11 oktober.

Program:

14 oktober kl. 9.00-10.00
*Social hållbarhet genom interaktion över
generationer*
- Kristina Ziegert, Högskolan i Halmstad

21 oktober kl. 9.00-10.00
Kost för en aktiv och energirik vardag
- Malin Eriksson, RF-SISU Halland

28 oktober kl. 9.00-10.00
Studiebesök hos Falkenbergs Bordtennisklubb
- Katharina Nilsson och Lisa Fallhagen, RF-
SISU Halland

4 november kl. 9.00-10.00
Ny syn på åldrandet
- Åsa Johnsson, Varbergs kommun

11 november kl. 9.00-10.00
Studiebesök hos Varbergs GIF – friidrott
- Katharina Nilsson och Lisa Fallhagen, RF-
SISU Halland

*Läs mer om respektive föreläsare på vår
hemsida rfsisu.se/halland där du anmäler dig! I
anmälan väljer du vilka träffar du vill delta på.*



Halland