Hälsoveckan 2017

Måndag 2 oktober *Internationella barndagen*

9.00 Prova-på-pass för seniorer i Gymfabriken. Gratis.
17.00-19.00 Internationella barndagen firas på Kulturhuset. Barn-zumba och lekar, ansiktsmålning, sagostund m.m Vi bjuder på fruktbuffé! Tandtrollen Karius och Bactus kommer på besök.
Arrangörer: BUS, Storfors Församling, Storfors folktandvård och Biblioteket Junis.

Tisdag 3 oktober

14.00—16.00 Sittgympa på Seniorernas Hus. Vi bjuder på kålsoppa.
Arrangörer: Storfors kommun, Svenska kyrkan och Friskvården i Värmland

Onsdag 4 oktober *Balansera mera och Cykelns dag på Kulturhuset*

13. 00 –15.00 Kom och ta en fika gratis på vårt rullatorcafé medans du får din rullator servad. Få tips om hur du kan förbättra och bibehålla din balans av sjukgymnast. Tipspromenad med fina priser utlovas.
16.00 NTF demonstrerar trafiksäkerhet för cyklister. Team Sportia visar cykelsortiment, gör säkerhetskontroll och gör enklare service på din cykel till specialpris. Kristinehamns cykel och MTB klubb medverkar.
Vi bjuder på härlig Nikkaluoktasoppa med bröd från öppen eld.
Arrangörer: Storfors kommun, NTF, Team Sportia

Torsdag 5 oktober *Promenera mera*

En dag då vi uppmanar Storfors invånare att promenera mera!
10.00 Stavgång /promenad från Seniorernas välj att gå 3 eller 5 km.
12.00-12.45 Lunchpromenad, start vid kommunhusets entré ca 45min.
18.00 Våga prova i Bjurtjärns församlingshem. Latinamerikansk afton. Kom och prova olika danser som zumba, salsa ,tango m.m Vi bjuder på latinamerikanska tilltugg. Ingen föranmälan.
Arrangörer: Storfors kommun, Friskvården i Värmland och Storfors församling

Lördag 7 oktober

14.00 Mental Health Run. Motionslopp ca 3 km och 5 km. Välgörenhetslopp för att öka öppenheten kring psykisk ohälsa. Start och mål vid vargbroskolans skolgård. Uppvärmning 13.30.

Söndag 8 oktober

Tacksägelsedagen firas kl **11.00** i Bjurtjärns kyrka och kl **15.00** i Storfors kyrka.

11.00-14.00 Nyinvigning av Lårhöjdsleden och Åsjöleden på följande platser :
Lårhöjdsstugan. Föreningen Storfors Skidor bjuder på tipspromenad, barnaktiviteter, kaffe och grillad korv. Klockan **12.00** klipper kommunalråd Hans Jildesten bandet. Info: 070-674 18 71
Hembygdsgården Börjes. Bjurtjärns Hembygdsförening bjuder på kaffe och grillad korv.
Klockan **12.00** klipper kommunstyrelsens vice ordförande Christina Skogström bandet.
Info: 0730-89 03 05.
Kyrkbussen transporterar dig som inte har möjlighet att själv ta dig till Lårhöjdsstugan.
Bokas dagen före hos Lars-Erik Karlsson 070-3513513

Hela veckan

Fri träning i gymmet, Gymfabriken kl 8-17 må-fr gäller ej pass.