

För tredje året arrangeras

# ”Möjligheternas dag”

Dagen med fokus på tillgänglighet för alla

**Fredagen den 16 maj kl. 11-14  
i ABF:s lokaler, Kyrkogatan 4, Torsby.**

Årets tema för dagen är ”Det goda livet”. Information om kost, motion och aktiviteter för äldre och/eller funktionsnedsatta. Lokala handikappföreningar ställer ut. Kaffeservering. Alla är välkomna att besöka dagen!

**kl 11.00 Dagen öppnas** - Carina Nordqvist, ordförande, kommunala tillgänglighetsrådet hälsar alla välkomna.

**kl 11.15 Aktiviteter för äldre** - Anette Edberg, aktivitetssamordnare, fritidsavdelningen, berättar om aktiviteter för äldre som planeras på kommunens trygghetsboenden, Valbergsgården, Torsby och Klarastrand, Stället.

**kl 12.15 Var kan man gå och äta?** – Ninni Boss, kost- och städchef och Ulla Bodén, kökschef Centralköket, berättar om kommunens kostenhet. Mat till särskilda boenden och övrig matdistribution. Olika matlådor visas.

**kl. 13.00 Motion för stillasittare** – Anna Larsson, friskvårdskonsulent, Friskvården i Värmland, visar bra övningar för dig som är sittande och för dig som är mindre rörlig.

*Välkommen hälsar Torsby kommun, handikappföreningarna och ABF*

