



Schema för föreläsningar under fallveckan 2024

Nedan följer schemat för de olika föreläsningar som ges under fallveckan. Demenssjuksköterska och dietist föreläser på alla träffpunkter medan andra föreläsningar är spridda på några av träffpunkterna. Platser till föreläsningarna är begränsade så först till kvarn gäller. Man är välkommen till vilken träffpunkt man vill.

Träffpunkt Brandbergen:

Jungfruns gata 419, 136 60 Brandbergen

Tid	Måndag 30/9	Tisdag 1/10	Onsdag 2/10	Torsdag 3/10	Fredag 4/10
10.00 – 10.45	Träning: Cirkelträning i gymmet. OBS! Kl. 09.15-09.45			Föreläsning: Kognitiva sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun	Föreläsning: Mat och muskler. Dietist Jenny, Haninge kommun
11.00 - 11.45	Träning: Stolfys			Föreläsning: Läkemedel och sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun	Föreläsning: Mat vid mindre aptit. Dietist Jenny, Haninge kommun
14.00 – 14.45	Föreläsning: Hörselskadades riksförbund. Hans Moberg, ordförande i lokalföreningen			Träning: Balansövningar med Jane	
15.00 - 15.45			Föreläsning: Fallförebyggande och hjälpmedel. Arbetsterapeut och fysioterapeut Haninge kommun		



Träffpunkten Dalarö

Odinsvägen 20, 137 70 Dalarö

Tid	Måndag 30/9	Tisdag 1/10	Onsdag 2/10	Torsdag 3/10	Fredag 4/10
10.00 – 10.45		Föreläsning: Mat och muskler. Dietist Jenny, Haninge kommun	Föreläsning: Kognitiva sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun		
11.00 - 11.45		Föreläsning: Mat vid mindre aptit. Dietist Jenny, Haninge kommun	Föreläsning: Läkemedel och sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun		

Träffpunkt Djurgårdsplan:

Vendelsö Skolväg 124, 136 71 Vendelsö



Tid	Måndag 30/9	Tisdag 1/10	Onsdag 2/10	Torsdag 3/10	Fredag 4/10
10.00 – 10.45	Föreläsning: Mat och muskler. Dietist Jenny, Haninge kommun	Träning: Stolfys		Träning: Styrka och balans	Föreläsning: Kognitiva sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun
11.00 - 11.45	Föreläsning: Mat vid mindre aptit. Dietist Jenny, Haninge kommun			Träning: Balansövningar med Jane	Föreläsning: Läkemedel och sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun
14.30 – 15.15		Föreläsning: Fallförebyggande och hjälpmedel. Arbetsterapeut och fysioterapeut Haninge kommun			



Träffpunkt Tallhöjden:

Runstensvägen 13, 136 46 Handen

Tid	Måndag 30/9	Tisdag 1/10	Onsdag 2/10	Torsdag 3/10	Fredag 4/10
10.00 – 10.45	Träning: Zumba			Föreläsning: Mat och muskler. Dietist Jenny, Haninge kommun	Träning: Cirkelträning i gymmet
11.00 - 11.45	Träning: Stolfys	Träning: Seniorboxning, Kom och prova på!	Träning: Styrka och balans	Föreläsning: Mat vid mindre aptit. Dietist Jenny, Haninge kommun	Träning: Balansövningar med Jane
13.00- 13.45				Föreläsning: Hjälpmedel och fall. Arbetsterapeut Evelina från Handens hemrehab.	
14.00 – 14.45			Föreläsning: Kognitiva sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun		Föreläsning: Hörselskadades riksförbund Hans Moberg, ordförande i lokalföreningen
15.00 - 15.45		Föreläsning: Ing-Mari Dohrn Fysioterapeut, PhD, Docent Institutionen för NVS	Föreläsning: Läkemedel och sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun		



Träffpunkt Västerhaninge:

Kyrkvägen 7, Västerhaninge

Tid	Måndag 30/9	Tisdag 1/10	Onsdag 2/10	Torsdag 3/10	Fredag 4/10
10.00 – 10.45	Föreläsning: Kognitiva sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun		Föreläsning: Mat och muskler. Dietist Jenny, Haninge kommun		
11.00 - 11.45	Föreläsning: Läkemedel och sjukdomar. Demenssjuksköterska Anneli, Haninge kommun		Föreläsning: Mat vid mindre aptit. Dietist Jenny, Haninge kommun		
13.00- 13.45	Träning: Senioregympa		Träning: Senioregympa och balansövningar med Jane		