



# Svenska Sommarkdagar 2020

## Program

Tid: 23.-24.5.2020  
Plats: Red & Green i Närpes, Frank Henriksson salen  
Närpesvägen 16 C, 64200 Närpes

### Lördag 23.5.

- 10.00 Anmälan, välkomstkaffe, tilltugg och lotteri  
Välkomstceremoni
- 10.30 Öppningstal: ordförande för Närpes Reumaförening
- 10.40 Välkomstord: Tuula Tikkanen från Finlands Reumaförbund
- 10.50 Välkomstord: Närpes fullmäktige ordf. Mikaela Björklund
- 11.10 Musik Lasse Eriksson och Viktor Strömbäck
- 11.30 Föreläsning om motion för reumatiker, hälsofrämjande kost  
Carina Blom från Folkhälsan
- 12.00 Lunch
- 13.00 Föreläsning om kronisk sjukdom - psykisk sjukdom. Hur inverkar en  
kronisk sjukdom, som reuma på vårt psyke  
Läkare Curt West, K5
- 14.00 Sittdans med instruktör Marina Pått
- 14.30 Kaffepaus och dragning av lotteriet
- 15.00 Guidad rundtur i Närpes med omnejd
- 19.00 Festmiddag med underhållning på Sea Side i Fagerö, Rangsby  
Vi äter en god buffé, trevlig underhållning med Johan Pått, Klas Karlsson  
och Öspel från Kaskö  
Buss ordnas från hotellet
- 23.00 Retur till hotellet

### Söndag 24.5.

- 10.00 Hur kan vi förebygga en hälsosammare vardag  
med hjälp av våra näringsval  
Läkare Ulla Slama
- 11.15 Förbundets representant och  
ledande assistent Tuula Tikkanen  
Aktuellt inom verksamheten
- 11.30 Pausgymnastik, Christine
- 11.40 Ordet fritt
- 12.00 Lunch
- 13.00 Avsked

