



Träffpunkt Hestragården

Program för juni, juli och augusti
på träffpunkten i Hestra

Du som senior är varmt välkommen till träffpunkt Hestragården. Kom och var med på aktiviteter och bli en del av den sociala gemenskapen i Hestra.

Träffpunkten är till för dig!

Träffpunkten är öppen för alla, såväl seniorer som sjukpensionärer. Här kan du umgås med gamla och nya vänner över en kopp kaffe. Fika finns att köpa på plats.

Det är gratis att besöka en träffpunkt och du behöver inte föranmäla dig. Hoppas att vi snart ses!

Program för vecka 23

| | |
|----------------------|--|
| Måndag 1 juni | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 2 juni | |
| 09.00-10.00 | Träffpunkten öppen för en pratstund och hjälp med digital teknik |
| 10.00-11.30 | Sittgymnastik |
| 14.00-15.30 | Tisdagstimmen: "Saker berättar" ta med dig något gammalt/nytt eller något som betyder något för dig. Samarbete med kulturförvaltningen. Kaffe och kaka 35:- |
| Fredag 5 juni | |
| 10.00-11.30 | Bingo |
| 13.30 | Balans och styrka |

Program för vecka 24

| | |
|------------------------|--|
| Måndag 8 juni | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 9 juni | |
| 14.00-15.30 | Tisdagstimmen: Underhållning flöjt, gitarr och sång av Jonathan Granefeldt & Andrea Maer från musikskolan Kaffe och kaka 35:- |
| Onsdag 10 juni | |
| 13.15-15.00 | Sillunch endast anmälda Avslutas med Kaffe & jordgubbstårta |
| Torsdag 11 juni | |
| 14.00-15.00 | Promenad samling vid lusthuset |
| Fredag 12 juni | |
| 10.00-12.00 | Bingo |

Program för vecka 25

| | |
|-----------------------|--|
| Måndag 15 juni | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 16 juni | |
| 09.00-10.00 | Träffpunkten öppen för en pratstund och hjälp med digital teknik |
| 10.00-11.30 | Sittgymnastik |
| 14.00-15.30 | Tisdagstimmen: Midsommarfest underhållning av Eva & Ingvar med dragspel och sång arrangeras tillsammans med Hestragårdens boende. Kaffe & jordgubbstårta 35:- |

Program för vecka 26

| | |
|-----------------------|--|
| Måndag 22 juni | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 23 juni | |
| 09.00-10.00 | Träffpunkten öppen för en pratstund och hjälp med digital teknik |
| 10.00-11.30 | Sittgympa |
| 14.00-15.30 | Tisdagstimmen: Equmeniakyrkan Hestra sång, musik och samtal Kaffe och kaka 35:- |
| Fredag 26 juni | |
| 10.00-11.30 | Bingo |
| 13.30 | Balans och styrka |

Program för vecka 27

| | |
|-----------------------|---|
| Måndag 29 juni | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 30 juni | |
| 09.00-10.00 | Träffpunkten öppen för en pratstund och hjälp med digital teknik |
| 10.00-11.30 | Sittgymnastik |
| 14.00-15.30 | Våffelcafe ute om det är fint väder annars inne Kaffe och våffla 35 kr |
| Fredag 3 juli | |
| 10.00-11.30 | Bingo |

Program för veckan 29

| | |
|-----------------------|--|
| Måndag 13 juli | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 14 juli | |
| 09.00-10.00 | Träffpunkten öppen för en pratstund och hjälp med digital teknik |
| 10.00-11.30 | Bingo kaffe och kaka |
| 14.00-15.30 | Balans och styrka och en pratstund |

Program för vecka 30

| | |
|-----------------------|--|
| Måndag 20 juli | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Fredag 24 juli | |
| 10.00-11.30 | Bingo Kaffe och kaka |
| 13.30-15.30 | Balans och styrka och en pratstund |

Program för vecka 31

| | |
|-----------------------|--|
| Måndag 27 juli | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Fredag 31 juli | |
| 10.00-11.30 | Bingo Kaffe och kaka |
| 13.30-15.30 | Balans och styrka och en pratstund |

Program för veckan 32

| | |
|-------------------------|---|
| Måndag 3 augusti | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 4 augusti | |
| 10.00-11.30 | Balans och styrka |
| 14.00-15.30 | Tisdagstimmen: Sång och samtal tillsammans med Katarina från Svenska kyrkan. Sommarfika 35:- |
| Fredag 7 augusti | |
| 10.00-12.00 | Bingo |

Program för vecka 33

| | |
|--------------------------|--|
| Måndag 10 augusti | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| 10.00-15.00 | Vi gör en liten resa ...fika/lunch till självkostnad Anmälan senast 4 augusti till Eva-Lena eller Jessica begränsat antal platser |
| Tisdag 11 augusti | |
| 10.00-11.00 | Bingo |
| 14.00-15.30 | Tisdagstimmen: Sång, musik och samtal tillsammans med Katarina från Svenska kyrkan Kaffe och glass 35:- |

Program för vecka 34

| | |
|--------------------------|--|
| Måndag 17 augusti | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Tisdag 18 augusti | |
| 09.00-10.00 | Träffpunkten öppen för en pratstund och hjälp med digital teknik |
| 10.00-11.00 | Balans och styrka |
| 14.00-15.30 | Tisdagstimmen: Våffelcafe ute om det är fint väder annars på aktiveringen. Kaffe och våffla 35:- |
| Onsdag 19 augusti | |
| 14.00-15.00 | Vi ses på fika och goda samtal tillsammans med svenska kyrkan Hestra |
| Fredag 21 augusti | |
| 10.00-11.30 | Bingo |

Program för vecka 35

| | |
|--------------------------|--|
| Måndag 24 augusti | |
| 08.45-11.00 | Boule ute vid boulebanan arrangeras av spf |
| Fredag 28 augusti | |
| 10.00-11.30 | Bingo |
| 13.30 | Balans och styrka och en pratstund |

För mer information, kontakta:

Jessica Attelid, Aktivitetspedagog /USK

E-post: jessica.attelid@gislaved.se

Telefon: 0371-815 32

Månadsaktiviteterna hittar du på gislaved.se/traffpunkter

eller på respektive träffpunkt.