GISLAVEDS KOMMUN



# Träffpunkt Hestragården

## Program för Mars
## på träffpunkten i Hestra

SOCIALFÖRVALTNINGEN
gislaved.se/traffpunkter

2025-02-21

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

# 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 10

| **Tisdag 4 mars** | |
|---|---|
| 9.00 | Tipspromenad sitter uppe |
| 10.00–10.45 | Sittgymnastik |
| 10.45–11.45 | Öppet café |
| 14,00–15.30 | Tisdagstimmen: Underhållning Pelle och Jacob från Hillared sjunger och spelar blandad musik<br>kaffe& semla 35:- |
| **Fredag 7 mars** | |
| 10.00 – 11.30 | SeniorShop - klädförsäljning |
| 14.00–15.00 | Balansträning |

## Program för vecka 11

| **Tisdag 11 mars** | |
|---|---|
| 9.00 | Tipspromenad sitter uppe |
| 10.00–10.45 | Sittgymnastik |
| 11.00–11.45 | Öppet café |
| 14.00–16.00 | Tisdagstimmen: Andakt Mission kyrkan |
| **Fredag 14 mars** | |
| 10.00–11.30 | Bingo |
| 14.00–15.00 | Balansträning |

## Program för veckan 12

| **Tisdag 18 mars** | |
|---|---|
| 9.00 | Tipspromenad sitter uppe |
| 10.00–10.45 | Sitt gymnastik |
| 10.45–11.45 | Öppet café |
| 14.00–16.00 | Tisdagstimmen: ”Saker berättar” Ta med dig hantverk, foto eller något som betyder något. Samarbete med kulturförvaltningen |
| **Fredag 21 mars** | |
| 10.00–11.30 | Bingo |
| 14.00–15.00 | Balans träning |

## Program för vecka 13

| **Tisdag 25 mars** | |
|---|---|
| 10.00–10.45 | Sittgymnastik |
| 10.45-11.45 | |
| 14.00–16.00 | Tisdagstimmen: Andakt med Svenska kyrkan |
| **Fredag 28 mars** | |
| 10.00–11.30 | Bingo |

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.