GISLAVEDS KOMMUN



Träffpunkt Hestragården

Program för Maj
på träffpunkten i Hestra

SOCIALFÖRVALTNINGEN
gislaved.se/traffpunkter

2025-04-29

Du som senior är varmt välkommen till träffpunkt Hestragården. 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 18

Tisdag 29 april	
9.00	Tipspromenad sitter uppe
10.00–10.45	Sittgymnastik
10.45–11.45	Öppet café
14,00–15.30	Andakt med Equmenia kyrkan. Vi blir bjudna på fika
Fredag 2 maj	
	Stängt

Program för vecka 19

Tisdag 6 maj	
9.00	Tipspromenad sitter uppe
10.00–10.45	Sittgymnastik
10.45–11.45	Öppet café
14,00–15.30	Tisdagstimmen: Underhållning av Stig Svensson med sång och dragspel. Kaffe och kaka 35 kr
Torsdag 8 maj	
14.00–15.00	Promenadgrupp samling vid lusthuset
Fredag 9 maj	
10.00 – 11.30	Bingo
13.30-	Balans och styrka cirkelträning

Program för vecka 20

Tisdag 13 maj	
9.00	Tipspromenad sitter uppe
10.00–10.45	Sittgymnastik
11.00–11.45	Öppet café
14.00–15.30	Tisdagstimmen: Hjälpmedels café. Du får hjälp med service och enklare reparationer av dina hjälpmedel, tips och råd för en säkrare vardag i ditt hem.
Torsdag 15 maj	
14.00–15.00	Promenadgrupp samling vid lusthuset
Fredag 16 maj	
10.00–11.30	Bingo
13.30	Balans och styrka cirkelträning

Program för veckan 21

Tisdag 20 maj	
9.00	Tipspromenad sitter uppe
10.00–10.45	Sitt gymnastik
10.45–11.45	Öppet café
14.00–15.30	Tisdagstimmen: ”Saker berättar” Ta med dig hantverk, foto eller något som betyder något. Samarbete med kulturförvaltningen
Torsdag 22 maj	
14.00–15.00	Promenadgrupp samling vid lusthuset
Fredag 23 maj	
10.00–11.30	Bingo
13.30	Balans och styrka cirkelträning

Program för vecka 22

Tisdag 27 maj	
10.00–10.45	Sittgymnastik
10.45-11.45	Öppet cafe
14.00–15.30	Tisdagstimmen: Andakt med Svenska Kyrkan
Fredag 30 maj	Stängt

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.