

Program

- aktiviteter för seniorer

oktober



Gemenskap i Kungsör

i samarbete med Frivilligservice

I det här programmet ser du vilka aktiviteter som anordnas för seniorer på Mötesplats Tallåsgården.



Följ oss på Facebook
”Gemenskap i Kungsör”



Kungsör

MÅNDAGSTRÄFFEN

Varje måndag kl. 13.30-15.30

Lättgympa kl. 13.30- ca 13.55

Varje måndag har sedan ett tema från kl. 14



Teman i oktober

5 oktober Modevisning och klädförsäljning med Seniorshop



12 oktober Pianisten George framför klassisk musik på vår flygel



19 oktober Bingo med priser

26 oktober Frågesport runt fikabordet

.....

TALLISKÖREN

Vill du sjunga i kör? Välkommen till Talliskören som sjunger på Tallåsgården måndagar kl. 10-12.



TISDAGSPINGIS

Drop in varje tisdag kl. 10.00-12.00
Bordtennisklubben Kungsör har lånat ut
två pingisbord.
Genom stöd från RF-SISU är detta kostnadsfritt.
Ingen anmälan



MATTCURLING DROP IN

Varje tisdag kl. 13–16
Observera: Ingen curling 27 oktober.

Genom Sparbanken Mälardalen har PRO
och SPF fått bidrag till en curlingmatta som nu
finns på Tallåsgården.

Alla seniorer är välkomna att delta
– oavsett om man är medlem i en pensionärsförening eller inte



HANTVERKSCAFÉ Varje onsdag kl. 10.00-11.45

Vi träffas och umgås med eller utan något hantverk.
Du tar med dig eget hantverk hit.
Det vi har här som du kan få låna är bland annat
material för målning och lera.
Eller kom bara och håll oss sällskap.
Vi bjuder på kaffe!

.....

Är du hantverkare, konstnär, slöjdare eller kreativ skapare?
Nu har du chansen att visa upp och sälja dina alster
– helt kostnadsfritt!

Hantverksmarknaden är tänkt att hållas
måndag 30 november kl. 14-15.30 på biblioteket.
Vi bjuder på julmust och pepparkakor.

Bord finns att låna. Begränsat antal platser, anmäl er
gärna så fort som möjligt så vi vet om marknaden kan bli av.

Anmälan till aktivitetssamordnare Anna 0227 600 185
Göran 0227-600 345 gemenskap@kungsor.se



TORSDAGSTRÄFFEN Torsdag 1 oktober kl. 14.00-15.30

INSPEKTÖR FANTASI - Improviserad berättarteater

I en värld fylld av regler och mallar, där vi ständigt matas med vad andra tycker, blir det allt svårare att tänka själv.

Om vi inte hjälps åt att bevara den kreativa leken och förmågan att drömma kommer fantasin att dö ut. För att förhindra detta har Inspektör Fantasi fått i uppdrag att kontrollera fantasinivåerna bland dagens barn, innan det är för sent.

Längd: 30-40 min. Passar från 5 år och uppåt.

Det här är en perfekt föreställning att se tillsammans över generationsgränserna. Ta gärna med barnbarnen, grannbarnen eller kom precis som du är för en stunds härlig underhållning!

.....

TORSDAGSTRÄFFEN

Torsdag 8 oktober kl. 14.00-15.30

Välkommen på ett analogt vinylcafé!

Vi spelar upp blandade vinylskivor.

.....

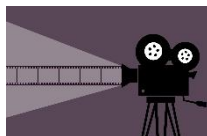


TORSDAGSTRÄFFEN

Torsdag 15 oktober kl. 14.00-15.30

Filmvisning Stekta gröna tomater.

Amerikansk flerfaldigt Oscarsnominerad dramakomedi från 1991. 2 timmar 10 min.



TORSDAGSTRÄFFEN

Torsdag 22 oktober kl. 14.00-15.30

Monica Göransson från frivilligservice
visar gamla Kungsörsbilder från hembygdsföreningen.
Känner du igen någon person, plats eller byggnad?

.....

LÖRDAG 24 OKTOBER kl.10.00-13.00 i Kungsörs Sporthall SENIORMÄSSA

Föreningar, organisationer och företag finns på plats
och visar upp sina verksamheter.

Prova på aktiviteter, tävlingar, gratis lotter,
musikunderhållning med mera.
Kungsörs Innebandyklubb säljer fika i serveringen.

Konferencier Ulf Carlsson

10.10 Välkomsttal av Lotta Österlund-Jansson, socialchef

10.00-12.30 Tipsrunda med frågor i mässområdet.
Start och mål vid aktivitetssamordnarnas bord

10.40 Musikuppträdande med dragospelare Ari Haatainen
och Leif Björklund på gitarr

11.15 Lokala Frestelser uppträder

11.45 Uppvisning Latinomix

12.00 Underhållning med dragospelare
Ari Haatainen och Leif Björklund på gitarr

12.50 Dragning i lotteri och tipsrundan,
fina priser sponsrade av ICA Torghallen och Coop Kungsör



TORSDAGSTRÄFFEN

Torsdag 29 oktober kl. 13.00-15.30

Välkommen på höstfest!

Det serveras köttfärssoppa med hembakt bröd och dryck.

Till dessert en äppelkaka med kaffe.

Musikunderhållning med Countrystyle

och lotteri på inträdesbiljetten.

Anmäl dig senast måndag 19 oktober till aktivitetssamordnarna
(Göran Böving 0227-600345) (Anna Hellberg 0227-600185)

Pris: 100 kr



INTRESSEKOLL BUSSRESA

Vill du följa med på en bussresa över dagen
till Livli köpcenter (hette tidigare Erikslund) utanför Västerås?
Bussen är tänkt att gå från Kungsör måndag 23 november
kl. 10 och lämna Livli kl. 15

Pris buss t/r 200 kr, betalning innan avresa

Resan blir av om vi får in tillräckligt många anmällda
så tipsa gärna vänner och bekanta!

TRÄNING

Välkommen att använda vår träningshörna.
Redskapen är till för egenträning, så kom när det
passar dig under våra öppettider!

Det finns en motionscykel, step up bräda, mjuk matta,
några kettlebells och träningsband. Plus en radio
om du vill ha något att lyssna på medan du tränar.
Vi har en pärm med exempel på generella övningar
som passar de flesta.



GAMLA KUNGSÖRSBILDER

På mötesplatsen vid flygeln har vi nu en bildskärm från Kungsörs Hembygdsförening, med stöd av Leader.

Skärmen sätter du i gång med fjärrkontroll så visar den rullande bilder med berättanderöst.

.....

SY-AKUTEN

Sy-akuten kan kostnadsfritt hjälpa dig som är pensionär med små ändringar av kläder och annan enklare "sy service". Du lämnar in dina rena kläder på Tallåsgården innan kl.11.30 de dagarna som sy-akuten är här.

Har du närmare till Misteln går det bra att lämna i lådan på mötesplatsen där. Man kan även lämna på Valskogs mötesplats för seniorer (Björskogsskolans fritidsgård onsdagar kl. 13-15)

Sy-akuten har öppet
Tisdagar: 6/10, 3/11, 1/12
Tid: kl.10.00–13.00



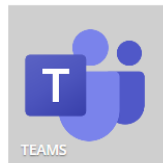
DIGITALA AKTIVITETER

Om du inte kan komma till oss

kan du vara med på digitala träffar hemifrån

Vi erbjuder digitala aktiviteter via ett digitalt mötesverktyg som heter Teams. Du behöver ha följande för att kunna delta:

- Dator, surfplatta eller smartphone
- Internetuppkoppling
- E-postadress



Kontakta aktivitetssamordnarna för mer information, anmälan och/eller hjälp. Kontaktuppgifter finns på baksidan av folder.

Det här kan du få hjälp med
Kommunens syn- och hörselinstruktör ger tips, råd och visar hur eventuella hjälpmedel du fått används.

Hjälp för dig med synnedsättning

Du kan få:

- hjälp att komma i gång att använda hjälpmedel
- tips och råd om belysning hemma
- hjälp att beställa talböcker från biblioteket



Hjälp för dig med hörselnedsättning

Du kan få:

- hjälp att komma i gång att använda hjälpmedel
- hjälp med rengöring av, och slang- och batteribyte på hörapparat
- viss felsökning om hörapparaten inte fungerar.

Mer information och tidsbokning, kontakta: Göran Böving,
goran.boving@kungsor.se 0227–600 345



Du som pensionär är välkommen att delta i olika aktiviteter eller bara

vara i en härlig gemenskap. Att besöka oss är gratis och vi erbjuder fika för självkostnadspris. Vi lägger fortlöpande ut kommande program på Facebooksidan "Gemenskap i Kungsör".

Gemenskap i Kungsör

Vi ordnar aktiviteter för och tillsammans med dig som är pensionär i Kungsörs kommun, i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Frivilligservice

Frivilligservice är ideelltarbetande pensionärer som hjälper andra äldre. Vill du veta mera vad dem kan hjälpa till med. Ring aktivitetssamordnarna.

Är du pensionär och vill hjälpa andra äldre?

Det är en fin gemenskap och du väljer själv vilka och hur många uppdrag du vill göra samt hur ofta. Välkommen att kontakta aktivitetssamordnarna, så får du veta mer.

Aktivitetssamordnare

Anna Hellberg, 0227–600 185

Göran Böving 0227-600 345

- Vi ses på Mötesplats Tallåsgården, Tornvägen 7 i Kungsör.
Öppet helgfria vardagar kl. 8.00-15.30



- Vi ses på Mötesplats Tallåsgården, Tornvägen 7 i Kungsör.
Öppet helgfria vardagar kl 8.00-15.30