



9 FEB

AKTIVITETER I FEBRUARI

Välkommen till Jordbro mötesplats

Öppettider: Torsdag 09.00-16.00 och Fredag 09.00-15.30

Telefon: 08-606 4914

Adress: Södra Jordbrovägen 25 (ring på porttelefon så öppnar vi)

Försäljning av kaffe/te, fikabröd och smörgås

2 FEB	11.00	Bingo!
3 FEB	11.00	Gympa. Vi värmer upp med sittgymnastik och fortsätter sedan med lite styrke- och balansträning stående.
9 FEB	10-14	Teknikhjälp. Jenny kommer och hjälper dig som behöver med mobilen , datorn eller paddan. Mini-lunch med toast och liten sallad för den som önskar.
	11.00	Mini-lunch med toast och liten sallad för den som önskar
10 FEB	11.00	Gympa. Vi värmer upp med sittgymnastik och fortsätter sedan med lite styrke- och balansträning stående.
16 FEB	11.00	Bingo!

- 17 FEB 11.00** Gympa. Vi värmer upp med sittgymnastik och fortsätter sedan med lite styrke- och balansträning stående.
- 23 FEB 10.00-14.00** Hörselvård. För dig som behöver hjälp med rengöring och skötsel av din hörapparat. Kan även vara behjälplig med information och tips om övriga syn- och hörhjälpmedel
- I dag firar vi fettisdagen i efterskott och har smarriga semlor till fikat
- 24 FEB 11.00** Gympa. Vi värmer upp med sittgymnastik och fortsätter sedan med lite styrke- och balansträning stående.