



**3 OKT TIS**

# AKTIVITETER OKTOBER

Träffpunkten Djurgårdsplan

Vendelsö Skolväg 124

136 71 Vendelsö

Du är alltid välkommen under våra öppentider, vi har även tidsgivna aktiviteter nedan

Öppettider: Måndag–Torsdag kl 9.00–16.00 Fredag kl 09.00- 15.30

Telefon 08–606 92 21

<b>2 OKT MÅN</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling/ handarbete
<b>3 OKT TIS</b>	<b>10.00-13.00</b>	Bridge: För dig som redan kan spela
<b>4 OKT ONS</b>	<b>10.00-15.00</b>	Kanelbullens dag , vi har kanelbullar till försäljning i cafét hela dagen
	<b>13.00-14.00</b>	Bingo: vi träffas och spelar bingo

<b>5 OKT TOR</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling/ handarbete
<b>6 OKT FRE</b>	<b>10.00-13.00</b>	Bridge: för dig som redan kan spela
	<b>12.00-14.00</b>	Målarcirkel: Vi målar med olika material akvarell ,blyerts mm
<b>9 OKT MÅN</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling och handarbete
	<b>13.00-13.45</b>	Herrträff: Att hitta glädje och tacksamhet i livet.
<b>10 OKT TIS</b>	<b>10.00-10.45</b>	Seniormöte
	<b>12.30-15.30</b>	Bridge: För dig som redan kan spela
<b>11 OKT ONS</b>	<b>13.00-14.00</b>	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar
<b>12 OKT TOR</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka

<b>12 OKT TOR</b>	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling/handarbete
<b>13 OKT FRE</b>	<b>10.00-13.00</b>	Bridge: För dig som redan kan spela
	<b>12.00-14.00</b>	Målarcirkel :vi målar med olika material, akvarell, blyerts
<b>16 OKT MÅN</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling och handarbete
<b>17 OKT TIS</b>		Idag öppnar träffpunkten 12.00
	<b>12.30-15.30</b>	Bridge: För dig som redan kan spela
<b>18 OKT ONS</b>	<b>13.00-14.00</b>	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar
<b>19 OKT TOR</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling/handarbete
<b>20 OKT FRE</b>	<b>11.00-14.30</b>	Bridge: För dig som redan kan spela

<b>20 OKT FRE</b>	<b>11.30-14.00</b>	Målarcirkel: Vi målar med olika material akvarell, blyerts mm
<b>23 OKT MÅN</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling/handarbete
<b>24 OKT TIS</b>	<b>12.30-15.30</b>	Bridge: För dig som redan kan spela
	<b>13.00-15.00</b>	Hörselvård: Du som har hörapparat kan få hjälp med skötsel och rengöring av dessa.
<b>25 OKT ONS</b>	<b>10.00-14.00</b>	Teknikhjälp: Har du frågor kring teknik? Kom in så hjälper vi dig! Vi hjälper till med frågor kring mobiltelefoner, läsplattor, datorer och andra tekniska frågor. Vi lär dig även hur du skickar sms, laddar ner appar, eller surfar på nätet. Alla är välkomna för personlig hjälp
	<b>13.00-14.00</b>	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar
<b>26 OKT TOR</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling/handarbete
<b>27 OKT FRE</b>	<b>10.00-13.00</b>	Bridge: För dig som redan kan spela
	<b>11.30-14.00</b>	Målarcirkel :vi målar med olika material, akvarell, blyerts

<b>30 OKT MÅN</b>	<b>10.00-11.00</b>	Seniorgympa: sittande/stående gymnastik med inslag av balans och styrka
	<b>13.00-15.15</b>	Knyppling/handarbete cirkel
<b>31 OKT TIS</b>		Träffpunkten öppnar 11.00
	<b>12.30-15.30</b>	Bridge: För dig som redan kan spela