



AKTIVITETER FEBRUARI

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

1 FEB ONS	13.00-14.00	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar
2 FEB TORS	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling/handarbets cirkel
3 FEB FRE	10.00-13.00	Bridge: För dig som redan kan spela
	11.30-14.00	Målarcirkel :vi målar med olika material, akvarell, blyerts

6 FEB MÅN	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling/ handarbets cirkel
7 JAN TIS		Träffpunkten öppnar 12.00
	12.30-15.30	Bridge :För dig som redan kan spela
8 FEB ONS	13.00-14.00	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar
9 FEB TORS	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling/ handarbets cirkel
10 FEB FRE	10.00-13.00	Bridge: För dig som redan kan spela
	11.30-14.00	Målarcirkel :vi målar med olika material, akvarell, blyerts
13 FEB MÅN	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling/ handarbets cirkel

14 FEB TIS	13.00-14.30	Vi firar alla hjärtansdag med att servera våfflor med sylt och grädde
	12.30-15.30	Bridge: För dig som redan kan spela
15 FEB ONS	10.00-14.00	Teknik hjälp med mobiltelefoner, bärbar dator, läsplattor(paddor) ni får hjälp med att kunna surfa hitta på nätet, lägga in telefonnummer hur man använder wifi, maila m.m. Ring och boka på 606 92 21
	13.00-14.00	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar
16 FEB TOR	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling/handarbets cirkel
17 FEB FRE	10.00-12.00	Hörselvård: rengöring av hörapparater, byte av slangar och batterier.
	10.00-13.00	Bridge: För dig som redan kan spela
	11.30-14.00	Målarcirkel :vi målar med olika material, akvarell, blyerts
20 FEB MÅN	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling/ handarbets cirkel

21 FEB TIS		Träffpunkten öppnar 12.00
	12.30-15.30	Bridge: För dig som redan kan spela
	13.00-14.00	Fettisdagen:Idag serverar vi semla & kaffe
22 FEB ONS	13.00-14.00	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar
23 FEB TOR	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling och handarbets cirkel
24 FEB FRE	10.00-13.00	Bridge: För dig som redan kan spela
	11.30-14.00	Målarcirkel :vi målar med olika material, akvarell, blyerts
27 FEB MÅN	10.00-11.00	Seniorgympa: sittande gymnastik med inslag av balans och styrka, vi sitter på stolar och gör en hel del övningar tillsammans för att hålla kroppen igång
	13.00-15.15	Knyppling och handarbets cirkel
28 FEB TIS	12.30-15.30	Bridge: För dig som redan kan spela

Biljarden öppen för bokning max 2 personer tid 1,5 tim.

OBS!! Gymmet måste förbokas

Vi har även en snickarverkstad i källaren. Det finns även böcker och pussel att låna.

Det kan komma att ske förändringar i månadsprogrammet samarbete med seniorer,-föreningar och studieförbund