



AKTIVITETER JANUARI

Träffpunkten Djurgårdsplan
Vendelsö Skolväg 124
136 71 Vendelsö

Öppettider: Måndag–Torsdag kl 9.00–16.00
Fredag kl 09.00- 15.00

Telefon 08–606 92 21

3 JAN 9.00-16.00 Välkommen in och ta en fika
MÅNDAG

4 JAN 9.00-16.00 Välkommen in och ta en fika
TISDAG

5 JAN 10.00-11.00 Välkommen in och ta en fika
ONSDAG

6 JAN Träffpunkten är stängd
TORDAG

7 JAN Träffpunkten är stängd
FREDAG

10 JAN MÅNDAG	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
11 JAN TISDAG	12.30-15.30	Bridge för dig som kan spela
12 JAN	13.00-14.00	Bingo: vi träffas och spelar bingo och fikar 15 Kr brickan
13 JAN TORDAG	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
14 JAN FREDAG	10.00-13.00	Bridge: För dig som redan kan spela
	10.00-10.45	Fredagsfys: dans till musik utomhus
	11.30-14.30	Målarcirkel: Vi målar med olika material
17 JAN MÅNDAG	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.
18 JAN TISDAG	12.30-15.30	Bridge för dig som redan kan spela

19 JAN ONSDAG	13.00-14.00	Bingo: Vi träffas och spelar och fikar tillsammans 15 kr/bricka
20 JAN TORSDAG	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 JAN FREDAG	10.00-11.00	Bridge: för dig som redan kan spela
	10.00-10.45	Fredagsfys: Dans ute till musik
	11.30-14.30	Målarcirkel: vi målar med olika material
24 JAN MÅNDAG	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
25 JAN TISDAG	12.30-15.30	Bridge: för dig som redan kan spela
26 JAN ONSDAG	13.00-14.00	Bingo: Vi träffas och spelar och fikar tillsammans 15 kr/bricka
27 JAN ONSDAG	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.

27 JAN TORDAG	13.00-15.15	Knyppling och handarbets cirkel
28 JAN FREDAG	10.00-13.00	Bridge för dig som kan spela
	10.00-10.45	Fredagsfys:Dans till musik utomhus
	11.30-14.30	Målarcirkel: Vi målar med olika material
31 JAN MÅNDAG	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