

TRÄFFPUNKTEN

Mötesplats för seniorer

Välkommen till Träffpunkten, en mötesplats för gemenskap och glädje!

Här kan du ta del av ett varierat program med aktiviteter som dans, högläsning, bingo och musikstunder. Vi bjuder in till trevliga samtal, fika och intressanta föreläsningar.

Kom och umgås, träffa nya vänner och njut av en härlig vecka tillsammans med oss!

CAFÉETS ÖPPETTIDER

Mån-fre 10.00–16.00



Hälsosam mat för seniorer

Genom att äta bra ger du dig själv de bästa förutsättningarna för att hålla kropp och sinne i form. Kommunens dietist, Lina Johansson besöker Träffpunkten på Solhöjden och pratar om mat för god hälsa genom livet. Det blir också provsmakning av proteinrikt mellanmål och tillfälle att ställa frågor.



Onsdag 4 november kl. 15.00

ADRESS
Solhöjden 1
475 32 Öckerö

TELEFON
031-976365

WEBB
ockero.se/traffpunkten

E-POST
traffpunkten@ockero.se

HÄR HITTAR DU VECKANS AKTIVITETER

MÅNDAG 2 NOVEMBER

- 14:30 Dans till härlig musik
  Kom och rycks med
- 15:00 Fika på Träffpunkten

TISDAG 3 NOVEMBER

- 10:30 Utevistelse
  Kom ut och njut av frisk luft tillsammans
- 13:30 – 14.30 Cykla med Röda Korset
  Boka på Träffpunkten
- 14:00 Pingis
  För dig som vill röra på dig och ha kul
- 15:00 Fika på Träffpunkten

ONSDAG 4 NOVEMBER

- 10:30 Högläsning
  Vi läser "Fiskarens dröm"
- 14:00 Bingo
- 15:00 Fika på Träffpunkten med Dietist Lina Johansson

TORSDAG 5 NOVEMBER

- 10:30 Kreativa timmen – Vi skapar i lera
- 14:30 Sittgymnastik - styrka, rörlighet och glädje
- 15:00 Fika på Träffpunkten

FREDAG 6 NOVEMBER

- 11:00 Gudstjänst
  Svenska Kyrkan
- 14:00 Fredagsmys
  En mysig avslutning på veckan