

Träffpunkten

-Fritidsgården för dig som är senior

November

Foto: Veronica Andersson

Träffpunkten har öppet helgfri måndag–fredag kl. 9.30–15.00.

Vissa förändringar av öppettider kan förekomma vid arrangemang etc.

Varmt välkommen att delta i våra aktiviteter eller kom och umgås.

På baksidan hittar du hela programmet.

Några aktivitetstips...

6 november

Kl. 13.30 Kom till oss på vernissage! Brittlis Wallgren ställer ut sin konst.

13 november

Kl. 9.30 Följ med oss på bussresa till Åsby hem och trädgård. Låt dig inspireras av allt vackert, både höstligt och kanske lite julmysigt. Hemresa kl. 13.45. Kostnad 140 kr.

19 november

Kl. 13.30 Eva, Calle och Britten visar Sven Norlings filmer och berättar om lokala kändisar förr i Sala.

27 november

Kl. 13.30 Kom och titta på film med oss! Filmvisning. "Somliga går med trasiga skor" i samarbete med Sala demensförening.

Läs mer om Kultur och fritids aktiviteter för dig som är 65+ på

www.sala.se/meningsfullfritidsenior

VÄLKOMMEN ATT KONTAKTA TRÄFFPUNKTEN

Telefon: 0224-74 77 14, 74 77 13

Adress: Drottninggatan 10, 733 25 Sala

ÖPPETTIDER

Helgfri måndag –fredag kl. 9.30–15.00

Följ Träffpunkten för dig som är senior på Facebook

www.sala.se/traffpunkten

VECKA 44

- MÅN 28/10 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 29/10 Kl. 13.30 Eva Nilsson och Tjalle presenterar personer som betytt mycket för Sala.
- ONS 30/10 Rörelseglädje för senior 65+. En dag med rörelse, gemenskap och inspiration i Idrottshallen. Mer information, tid och separat program kommer på Träffpunkten och www.sala.se/meningsfullfritidsenior
- Kl. 16.00 Vi beställer hit pizza och har en pizzakväll! Hel pizza 80 kr. Halv pizza 40 kr. Anmäl dig senast 28/10 till Träffpunkten.
- TORS 31/10 Kl. 13.30 Bingo, kostnad 5 kr/bricka. Fika kostar 20 kr.
- FRE 1/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. En lite mer krävande träning i stationsform med fokus på styrka och stabilitet. Vi använder hantlar, gummiband, balansboll, träningscykel, roddmaskin, boxningssäck och den egna kroppen som vikt. (inga hopp). Föranmälan krävs!
- Kl. 13.30 Allhelgonamys. Sture Holmberg läser för oss.

VECKA 45

- MÅN 4/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- ONS 6/11 Kl. 13.30 Vernissage, Brittlis Wallgren ställer ut sin konst.
- FRE 8/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. En lite mer krävande träning i stationsform. Föranmälan krävs! Se fredag vecka 44 för mer info.

VECKA 46

- MÅN 11/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 12/11 Kl. 13.30 Tisdagsmys, Kurt Fernros spelar och sjunger.
- ONS 13/11 Kl. 9.30 Bussresa till Åsby hem och trädgård. Hemresa kl. 13.45. Bussresan kostar 140 kr.
- TORS 14/11 Kl. 13.30 Bingo, kostnad 5 kr/bricka. Fika kostar 20 kr.
- FRE 15/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. En lite mer krävande träning i stationsform. Föranmälan krävs! Se fredag vecka 44 för mer info.

VECKA 47

- MÅN 18/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 19/11 Kl. 13.30 Eva, Calle och Britten visar Sven Norlings filmer och berättar om lokala kändisar förr i Sala.
- TORS 21/11 Kl. 13.30 Vi kikar in till ungdomslokalen en kortis och förflyttar oss därefter in till Aguélimuseet där vi får lyssna på Helen som berättar om Ivan Aguélis liv och leverne.
- FRE 22/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. En lite mer krävande träning i stationsform. Föranmälan krävs! Se vecka 44 för mer info.
- Kl. 13.30 Fredagsmys, Johan B Andersson sjunger och spelar för oss.

VECKA 48

- MÅN 25/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 26/11 Kl. 13.30 Vernissage, Hanna Lindholm ställer ut sin konst hos oss.
- ONS 27/11 Kl. 13.30 Filmvisning. "Somliga går med trasiga skor" i samarbete med Sala demensförening.
- TORS 28/11 Kl. 13.30 Bingo, kostnad 5 kr/bricka. Fika kostar 20 kr.
- FRE 29/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. En lite mer krävande träning i stationsform. Föranmälan krävs! Se fredag vecka 44 för mer info.