

**Oktober månads aktiviteter
Frivilligcentralen
Träffpunkt 14
PRO**

Frivilligcentralen: 0584 – 473398

Laxå- Rölfors PRO: 0584 – 473398

Träffpunkt 14: 0584-128 70



Vecka 40:

Måndag 2/10

9.30 PRO spelar Boule
9.30–11.30 Café på Frivilligcentralen
9.30–11.00 Rollatorsevice. **Plats: Frivilligcentralen.**
Servicen är kostnadsfri
13.00–14.30 Rollatorsevice. **Plats: Övre plan vid Laxå vårdcentral (tryck 4 i hissen).** Servicen är kostnadsfri
13.30 Bingo med hälsomacka på Träffpunkt 14
15.00 PRO har Qigong för sina medlemmar.
Lokal: Frivilligcentralen

Tisdag 3/10

9.30–11.30 Café på Frivilligcentralen
11.45 Träffpunkt 14 äter hälsolunch på Björkhagen. Därefter gymnastik

Onsdag 4/10

9.30–11.30 Café på Frivilligcentralen
13.30 Onsdagsgrupp på Frivilligcentralen. Tema hälsa och motion
13.30 Frågesport om hälsa och motion på Träffpunkt 14
14.00 Allmän dans i Bergfästet
18.00 Seniorcafé
Lokal: Frivilligcentralen

Torsdag 5/10

9.30 PRO spelar Boule
9.30–11.30 PRO-café på Frivilligcentralen
12.00 Lättlunch i hälsans tecken på Träffpunkt 14

Fredag 6/10

9.00 Promenad och hälsomacka på Träffpunkt 14
9.00–11.00 God enklare frukost och tipsfrågor på Frivilligcentralen.
Obs! Ändrad öppettid
13.30 PRO har Bingo för sina medlemmar.
Lokal: Frivilligcentralen

Söndag 8/10

15.00–18.00 Söndagscafé.
Lokal: Frivilligcentralen

Vecka 41:

Måndag 9/10

9.30 PRO spelar Boule
9.30–11.30 Café på Frivilligcentralen
13.00–14.30 Anhörigcafé på Frivilligcentralen
13.30 Bingo på Träffpunkt 14
15.00 PRO har Qigong för sina medlemmar.
Lokal: Frivilligcentralen

Tisdag 10/10

9.30–11.30 Café på Frivilligcentralen
11.00 Träning på servicehuset. Buss från Frivilligcentralen kl 11
återresa kl 13. Det finns möjlighet att äta i matsalen på
servicehuset för en kostnad av 55 kr.
13.30 Träffpunkt 14 har gymnastik i servicehuset

Onsdag 11/10

9.30–11.30 Café på Frivilligcentralen
13.30 Onsdagsgrupp på Frivilligcentralen
13.30 Bingo med SRF på Träffpunkt 14
14.00 Allmän dans i Bergfästet
18.00 Seniorcafé
Lokal: Frivilligcentralen

Torsdag 12/10

9.00 Träffpunkt 14 äter lunch i Askersund
Obs! Föranmälan
9.30 PRO spelar Boule
9.30–11.30 PRO - café på Frivilligcentralen

Fredag 13/10

9.00 Öppet hus på Träffpunkt 14
9.30–11.30 Café på Frivilligcentralen
13.30 PRO har Bingo för sina medlemmar.
Lokal: Frivilligcentralen

Söndag 15/10

15.00–18.00 Söndagscafé.
Lokal: Frivilligcentralen

Vecka 42:

Måndag 16/10

| | |
|------------|---|
| 9.30 | PRO spelar Boule |
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen. |
| 14.00 | Senior dag i Casselgården. Information och sång av Polisens sångkör. Lättgympa med Birgitta Wallbom, folkhälsosamordnare SPF Seniorerna Örebro distrikt |

Tisdag 17/10

| | |
|------------|--|
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen. |
| 13.30 | Träffpunkt 14 har gymnastik i servicehuset |

Onsdag 18/10

| | |
|------------|--|
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen. |
| 13.30 | Onsdagsgrupp på Frivilligcentralen. |
| 13.30 | Sven Eliasson visar bilder från Kongo på Träffpunkt 14 |
| 14.00 | Allmän dans i Bergfästet |
| 18.00 | Seniorcafé Lokal: Frivilligcentralen |

Torsdag 19/10

| | |
|------------|---------------------------------|
| 9.30 | PRO spelar Boule |
| 9.30–11.30 | PRO- café på Frivilligcentralen |
| 13.30 | Bingo med SRF på Träffpunkt 14 |

Fredag 20/10

| | |
|------------|--|
| 9.00 | Öppet hus på träffpunkt 14 |
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen |
| 13.30 | PRO har Bingo för sina medlemmar. Lokal: Frivilligcentralen |

Söndag 22/10

| | |
|-------------|---|
| 15.00–18.00 | Söndagscafé. Lokal: Frivilligcentralen |
|-------------|---|

Vecka 43:

Måndag 23/10

| | |
|-------------|---|
| 9.30 | PRO spelar Boule |
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen. |
| 13.00–14.30 | Anhörigcafé på Frivilligcentralen |
| 13.30 | Bingo på Träffpunkt 14 |
| 15.00 | PRO har Qigong för sina medlemmar. Lokal: Frivilligcentralen |

Tisdag 24/10

| | |
|------------|---|
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen |
| 11.00 | Träning på servicehuset. Buss från Frivilligcentralen kl 11 återresa kl 13. Det finns möjlighet att äta i matsalen på servicehuset för en kostnad av 55 kr. |
| 13.30 | Träffpunkt 14 har gymnastik i servicehuset |

Onsdag 25/10

| | |
|------------|---|
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen. |
| 13.30 | Onsdagsgrupp på Frivilligcentralen. |
| 13.30 | Frågesport på Träffpunkt 14 |
| 14.00 | Allmän dans i Bergfästet |
| 18.00 | Seniorcafé Lokal: Frivilligcentralen |

Torsdag 26/10

| | |
|------------|---|
| 9.30 | PRO spelar Boule |
| 9.30–11.30 | PRO-café på Frivilligcentralen |
| 17.00 | Kvällsbingo med tilltugg på Träffpunkt 14 |

Fredag 27/10

| | |
|------------|--|
| 9.00 | Öppet hus på Träffpunkt 14 |
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen |
| 13.30 | PRO har Bingo för sina medlemmar. Lokal: Frivilligcentralen |

Söndag 29/10

| | |
|-------------|---|
| 15.00–18.00 | Söndagscafé. Lokal: Frivilligcentralen |
|-------------|---|

Vecka 44:

Måndag 30/10

| | |
|------------|---|
| 9.30 | Pro spelar Boule |
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen. |
| 13.30 | Bingo på Träffpunkt 14 |
| 15.00 | PRO har Qigong för sina medlemmar. Lokal: Frivilligcentralen |

Tisdag 31/10

| | |
|------------|--|
| 9.30–11.30 | Café på Frivilligcentralen. |
| 13.30 | Träffpunkt 14 har gymnastik i servicehuset |

Med reservation för ändringar i programmet.