SALA KOMMUN

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.

MÅNADENS HÖJDPUNKTER

13 NOVEMBER

Seniordisco
kl. 16.30-18.30

Äntligen blir det disco på Träffpunkten! Kom och dansa, lyssna på musik, träffa folk, fika och ät korv med bröd! Vi håller till i matsalen vid Café Lugnet. Gratis inträde. Varmt välkomna!

24 NOVEMBER

Kransbindning med Blomsterverkstan.
kl. 13.30

Kom och bind din egen julkrans med hjälp av Blomsterverkstan. Material och fika ingår i priset. Begränsat antal platser!

3 DECEMBER

Bussresa
kl. 9.00-16.30

Passa på att julhandla på Erikslunds köpcenter (Livli). De som vill följer med till Åsby Hem och Trädgård på eftermiddagen och tittar på deras julutställning. Biljett kostar 120 kr och köps på Träffpunkten senast 1/12 Begränsat antal platser!

Välkommen!

VÄLKOMMEN ATT KONTAKTA TRÄFFPUNKTEN

Telefon: 0224-74 77 14, 74 77 13
Adress: Drottninggatan 10, 733 25 Sala
Mejl: veronica.andersson@sala.se eller sandra.snickars@sala.se

Följ *Träffpunkten för dig som är senior* på Facebook

ÖPPETTIDER

Helgfri måndag –fredag
kl. 9.30–15.00

www.sala.se/traffpunkten

NOVEMBER 2026

VECKA 45

MÅN 2/11	Kl. 13.30	**Sittgympa**. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
TIS 3/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning** i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.
	Kl. 9.30-12.00	**Cirkelträning** på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.
	Kl. 13.30	**Vernissage.** Susanne Olsson Glädje visar upp sina tavlor.
ONS 4/11	Kl. 13.30	**Högläsning.** Vi läser ur Nina Nilssons bok Gläntan.
TORS 5/11	Kl. 13.30	**Balansträning.** Träna upp din balans med enkla övningar. Alla kan vara med!
FRE 6/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning**. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.
	Kl. 13.30-15.00	**Speleftermiddag** . Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.

VECKA 46

MÅN 9/11	Kl. 13.30	**Sittgympa**. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
TIS 10/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning** i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.
	Kl. 9.30-12.00	**Cirkelträning** på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.
ONS 11/11	Kl. 10.00	**Balansträning.** Träna upp din balans med enkla övningar. Alla kan vara med!
TORS 12/11	Kl. 13.30	**Musikunderhållning av gruppen Sånglust.** Fika kostar 30 kr.
FRE 13/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning**. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.
	Kl. 13.30-15.00	**Speleftermiddag** . Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.
	Kl. 16.30-18.30	**Seniordisco.** Gratis inträde. Fika och korv med bröd finns att köpa.

VECKA 47

MÅN 16/11	Kl. 13.30	**Sittgympa**. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
TIS 17/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning** i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.
	Kl. 9.30-12.00	**Cirkelträning** på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.
ONS 18/11	Kl. 13.30	**Lös ett mysterium.** Fika kostar 30 kr.
TORS 19/11	Kl. 16.00	**Tacokväll.** Biljett kostar 80 kr och köps på Träffpunkten senast 16/11
FRE 20/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning**. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.
	Kl. 13.30-15.00	**Speleftermiddag** . Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.

VECKA 48

MÅN 23/11	Kl. 13.30	**Sittgympa**. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
TIS 24/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning** i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.
	Kl. 9.30-12.00	**Cirkelträning** på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.
	Kl. 13.30	**Kransbindning med Blomsterverkstan.** Biljett kostar 150 kr och köps senast 13/11
ONS 25/11	Kl. 13.30	**Styrka och konditionsträning.** Alla kan vara med, övningarna går att anpassa.
TORS 26/11	Kl. 10.00	**Balansträning.** Träna upp din balans med enkla övningar. Alla kan vara med!
	Kl. 13.30	**Glöggprovning.** Biljett kostar 50 kr och köps på Träffpunkten senast 23/11
FRE 27/11	Kl. 10.00	**Cirkelträning**. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.
	Kl. 13.30	**Adventsmys.** Fika kostar 30 kr.

VECKA 49

MÅN 30/11	Kl. 13.30	**Sittgympa**. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
TIS 1/12	Kl. 10.00	**Cirkelträning** i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.
	Kl. 9.30-12.00	**Cirkelträning** på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.
ONS 2/12	Kl. 9.30-15.00	**Dagens aktiviteter presenteras i decemberbladet.**
TORS 3/12	Kl. 9.00-16.30	**Bussresa till Erikslunds köpcenter (Livli) och Åsby Hem och Trädgård.** Biljett kostar 120 kr och köps på Träffpunkten senast 1/12
FRE 4/12	Kl. 10.00	**Cirkelträning**. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.
	Kl. 13.30-15.00	**Speleftermiddag.** Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.