

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
TIS 3/11	Kl. 10.00 Kl. 9.30-12.00 Kl. 13.30
ONS 4/11	Kl. 13.30
TORS 5/11	Kl. 13.30
FRE 6/11	Kl. 10.00 Kl. 13.30-15.00

Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.

Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.

Cirkelträning på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.

Vernissage. Susanne Olsson Glädje visar upp sina tavlor.

Högläsning. Vi läser ur Nina Nilssons bok Gläntan.

Balansträning. Träna upp din balans med enkla övningar. Alla kan vara med!

Cirkelträning. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.

Speleftermiddag . Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.

VECKA 46

MÅN 9/11	Kl. 13.30
TIS 10/11	Kl. 10.00 Kl. 9.30-12.00
ONS 11/11	Kl. 10.00
TORS 12/11	Kl. 13.30
FRE 13/11	Kl. 10.00 Kl. 13.30-15.00 Kl. 16.30-18.30

Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.

Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.

Cirkelträning på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.

Balansträning. Träna upp din balans med enkla övningar. Alla kan vara med!

Musikunderhållning av gruppen Sånglust. Fika kostar 30 kr.

Cirkelträning. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.

Speleftermiddag . Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.

Seniordisco. Gratis inträde. Fika och korv med bröd finns att köpa.

VECKA 47

MÅN 16/11	Kl. 13.30
TIS 17/11	Kl. 10.00 Kl. 9.30-12.00
ONS 18/11	Kl. 13.30
TORS 19/11	Kl. 13.30
FRE 20/11	Kl. 10.00 Kl. 13.30-15.00

Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.

Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.

Cirkelträning på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.

Lös ett mysterium. Fika kostar 30 kr.

Tacokväll. Biljett kostar 80 kr och köps på Träffpunkten senast 16/11

Cirkelträning. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.

Speleftermiddag . Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.

VECKA 48

MÅN 23/11	Kl. 13.30
TIS 24/11	Kl. 10.00 Kl. 9.30-12.00 Kl. 13.30
ONS 25/11	Kl. 13.30
TORS 26/11	Kl. 10.00 Kl. 13.30
FRE 27/11	Kl. 10.00 Kl. 13.30

Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.

Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.

Cirkelträning på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.

Kransbindning med Blomsterverkstan. Biljett kostar 150 kr och köps senast 13/11

Styrka och konditionsträning. Alla kan vara med, övningarna går att anpassa.

Balansträning. Träna upp din balans med enkla övningar. Alla kan vara med!

Glöggprovning. Biljett kostar 50 kr och köps på Träffpunkten senast 23/11

Cirkelträning. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.

Adventsmys. Fika kostar 30 kr.

VECKA 49

MÅN 30/11	Kl. 13.30
TIS 1/12	Kl. 10.00 Kl. 9.30-12.00
ONS 2/12	Kl. 9.30-15.00
TORS 3/12	Kl. 9.00-16.30
FRE 4/12	Kl. 10.00 Kl. 13.30-15.00

Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.

Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45.

Cirkelträning på Träffpunkten. Träna på egen hand. Ingen föranmälan behövs.

Dagens aktiviteter presenteras i decemberbladet.

Bussresa till Erikslunds köpcenter (Livli) och Åsby Hem och Trädgård.

Biljett kostar 120 kr och köps på Träffpunkten senast 1/12

Cirkelträning. Föranmälan krävs. Just nu är passet fullt.

Speleftermiddag. Kortspel, Fia, UNO, fyra i rad, Yatzy och Chinaschack finns.