



SALA
KOMMUN

KULTUR OCH FRITID

november

Träffpunkten

-Fritidsgården för dig som är senior

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 för november månad.

Några aktivitetstips i november...

11 november

Diskussionsträff om krishantering kl. 13.30

Vad händer om det blir kris i Sala? Hur länge behöver jag som senior klara mig själv innan jag kan räkna med att få hjälp? Hur kan man som senior förbereda sig i sitt eget hem inför en eventuell kris?

27 november

Afternoon tea kl. 14.00

Nu äntligen är det dags för Afternoon tea igen! Biljett till detta kostar 70 kr och köps på Träffpunkten senast 25/11 Tänk på att det är ett begränsat antal platser så köp din biljett i god tid.

Har ni sett att vi har Sånglust och Silversträngarna hos oss i november?

Sånglust kommer den 13/11 och Silversträngarna den 28/11



VÄLKOMMEN ATT KONTAKTA TRÄFFPUNKTEN

Telefon: 0224-74 77 14, 74 77 13

Adress: Drottninggatan 10, 733 25 Sala

E-post: veronica.andersson@sala.se

Följ Träffpunkten för dig som är senior på Facebook

ÖPPETTIDER

Helgfri måndag –fredag kl. 9.30–15.00

www.sala.se/traffpunkten

VECKA 45

- MÅN 3/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 4/11 Kl. 10.00 Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45 kl. 10-11.30 Målarstund. Kom och måla något tjustigt med vattenfärger.
- ONS 5/11 Kl. 10-11.30 Drop in-pratstund
- TORS 6/11 Kl. 13.30 Promenad runt dammarna med frågesport efter vägen. Vi går gemensamt från Träffpunktens entré.
- FRE 7/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. Föranmälan. Just nu är passet fullt.

VECKA 46

- MÅN 10/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 11/11 Kl. 10.00 Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45 kl. 13.30 Diskussionsträff om krishantering. Vad förväntas av varje senior om det blir kris i Sala? Och hur förbereder man sig för en kris? Fika kostar 20 kr.
- ONS 12/11 Kl. 13.30 Filmvisning. Vi visar filmen Göta Kanal 3
- TORS 13/11 Kl. 13.30 Underhållning av gruppen Sånglust. Fika kostar 20 kr.
- FRE 14/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. Föranmälan. Just nu är passet fullt.
Kl. 13.30 Fredagsmys. Fika kostar 20 kr.

VECKA 47

- MÅN 17/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 18/11 Kl. 10.00 Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45 kl. 13.30 Vernissage. SPFs akvarellgrupp ställer ut sin alster.
Tavlorna sitter uppe till 2 december.
- ONS 19/11 Kl. 10.00 Barndomsminnen. Kom och prata minnen från din barndom. Ta gärna med en sak att visa upp och prata om som betyder extra mycket för dig.
- TORS 20/11 Kl. 13.30 Frågesport med Veronica. Fika kostar 20 kr.
- FRE 21/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. Föranmälan.

VECKA 48

- MÅN 24/11 Kl. 13.30 Sittgympa. Enkla övningar där man jobbar efter egen förmåga.
- TIS 25/11 Kl. 10.00 Cirkelträning i sporthallen på Lärkan. Genomgång av övningar kl. 9.45
- ONS 26/11 Kl. 10.00 Promenad runt dammarna i stadsparken. Vi går gemensamt från Träffpunktens entré.
- TORS 27/11 Kl. 14.00 Afternoon tea. Biljett kostar 70 kr och köps på Träffpunkten senast 25/11
- FRE 28/11 Kl. 10.00 Cirkelträning. Föranmälan. Just nu är passet fullt.
Kl. 13.30 Adventsmys. Silversträngarna underhåller oss med sång och musik.