

TRÄFFPUNKT

JÄMJÖ/ FÅGELMARA

För seniorer från 65 År

OKTOBER 2026

Välkomna till träffpunkt Jämjö

Vi erbjuder fika till kostnad av 20 kr om inget annat anges

ANNIKA 0455-30 45 85 , IA 0455- 32 10 40

Datum	Klockslag	Aktivitet	Plats
Vecka 40			
Tisdag 29	10.00-11.00 11.00-12.00 13.30-16.00	Gympa/ Balans Social samvaro & fika Musikunderhållning Dennis Hollström i samarbete med Musik i Blekinge & fika	
Onsdag 30	8.30-11.00 14.00-16.00	Öppen träning efter egen förmåga Hörselinstruktörerna serverar hörapparater. Ta med er reservdelar vaxfilter, domer och laddare Rullator service kommer och fixar din rullator Social samvaro & fika	Fågelmara
Torsdag 1	10.00-11.00 11.00-12.00	Gympa/ Sittande Social samvaro & fika	
Fredag 2	10.00-12.00	BINGO Pris 30 kr, fika 25 kr	
Vecka 41			
Tisdag 6	10.00-11.00 11.00-12.00 13.30-16.00	Gympa/ Balans Social samvaro & fika Hobbycafé OBS! För er som vill finns de möjlighet att göra lönn lövsrosor denna gång Ta med dig stickning, virkning, någon annan hobby eller kom bara för en stunds gemenskap, spela spel, lättare lt-hjälp & fika	
Onsdag 7	8.30-11.00 14.00-16.00	Öppen träning efter egen förmåga Nostalgi café Sven spelar skivor med tidsenligt ljud, vinyl och stenkakor. Ta gärna med er skivor som ni vill ha upp spelade & fika	Fågelmara
Torsdag 8	10.00-11.00 11.00-12.00	Gympa / Sittande Social samvaro & fika	
Fredag 9	10.00-12.00	Frukostbuffé Pris 50 kr Föranmälan senast 6/10 begränsat antal	
			VÄND-->

Vecka 42			
Tisdag 13	10.00-11.00 11.00-12.00 13.30-16.00	Gympa/ Balans Social samvaro & fika Hobbycafé	
Onsdag 14	8.30-11.00	Öppen träning efter egen förmåga	
	14.00-16.00	BINGO Pris 30 kr, fika 25 kr	Fågelmara
Torsdag 15	10.00-11.00 11.00-12.00	Gympa/ Sittande Social samvaro & fika	
Fredag 16	13.00-15.00	LUNCH- Kroppkakor från Arontorp med tillbehör Pris 100 kr extra kroppkakor 25 kr st Föranmälan och betalning senast 9/10	
Vecka 43			
Tisdag 20	10.00-11.00 11.00-12.00 13.30-16.00	Gympa/ Sittande Social samvaro & fika Hobbycafé	
Onsdag 21	OBS!	Öppen träning inställd	
	13.00-15.00	LUNCH- Kroppkakor från Arontorp med tillbehör Pris 100 kr extra kroppkakor 25 kr st Föranmälan och betalning senast 9/10	Fågelmara
Fredag 23	10.00-13.00	Höstmarknad- Klädvisning Långö mode, utställare, lotteri & fika	
Vecka 44			
Måndag 26	12.00	Luncha tillsammans på Pizza huset vid Jämjöhallen Föranmälan senast 23/10	
Tisdag 27	10.00-11.00 11.00-12.00 13.30-16.00	Gympa/ Balans Social samvaro & fika Hobbycafé	
Onsdag 28	8.30-11.00	Öppen träning efter egen förmåga	
	14.00-16.00	BINGO Pris 30 kr, fika 25 kr	Fågelmara
Torsdag 29	10.00-11.00 11.00-12.00	Gympa/ Sittande Social samvaro & fika	
Fredag 30	10.00-12.00	BINGO Pris 30 kr, fika 25 kr	

Med reservation för ändringar

GYMPA MED LENA

Kontakt ANNIKA 0455-30 45 85

Tisdagar kl.9.30

IA 0455-32 10 40

Plats: JÄMJÖ Folketshus

Kontakt Lena 0766-20 92 78

Äldreförvaltningen Karlskrona kommun Hälsa förebyggande

Besöksadress: Hammarbyvägen 8 JÄMJÖ

Bofinksvägen 9 FÅGELMARA

www.karlskrona.se