

TRÄFFPUNKTEN I RÖDEBY

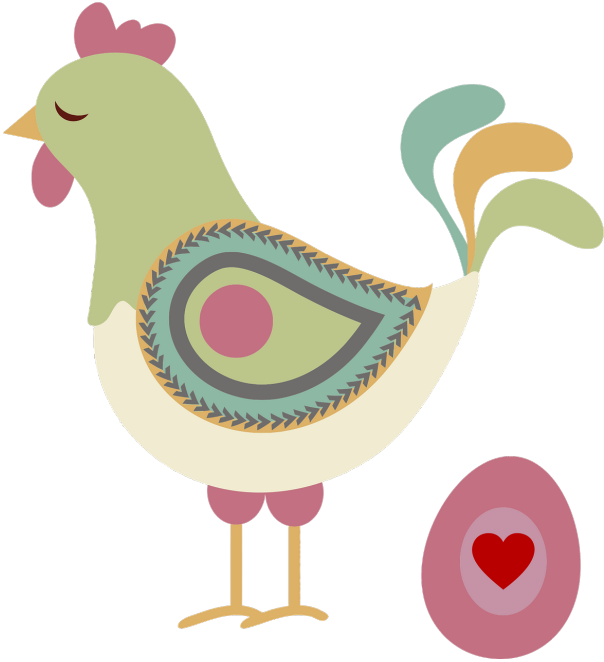
Månadsprogram APRIL 2026

FÖR SENIORER, 65 år och äldre

DET SERVERAS KAFFE OCH KAKA TILL SJÄLVKOSTNADSPRIS 20 KR.
DET KAN TILLKOMMA EN EXTRA KOSTNAD VID ENSTAKA TILLFÄLLEN.

Med reservation för ändringar.

Vid anmälan: vänligen anmäl dig ej via telefonsvarare!

	Tid	Aktivitet	Lokal
v.14			
1on	10.00	Vi åker till Träffpunkten Pantarholmens vårmaknad, därefter lunchstopp. Samling Elineberg. Anmälan till Cilla A from 27/3. Anmäl ej via telefonsvarare.	Elineberg
2to	10.15-11.45 10.00	Lymfyoga/stol Påklunch. Vi börjar förberedelserna kl 10.00. Anmälan till Petra elr Susanne from 30/3	C-huset
3fr		 <p>GLAD PÅSK!</p>	
v.15			
6må		Annandag påsk	
7ti	10.00-11.00	Dans, puls och balans träning	C-huset
8on	10.00-14.00	VÅRMARKNAD i Rödeby - Centrumhuset	C-huset
9to	10.15-11.45	Lymfyoga/stol	C-huset
9to	17.30	Pubkväll med musikquiz på Runda Rum, se separat information.	Runda rum
v.16			



13må	10.00-12.00	Livscafé- Passion för livet (sluten grupp, anmälan krävs) Vid frågor ring Cilla A	C-huset
14ti	10.00-11.00	Dans, puls och balansträning	C-huset
15on	10.30	Utflykt. Lunch i Emmaboda, fika i Vissefjärda. Anmälan from 1/4 tom 13/4 till Cilla A. Anmäl ej via telefonsvarare! Mer info ser separat blad.	E-berg
16to	10.15-11.45 13.00-15.30	Lymfyoga/stol Föreläsning "Femfingermodellen"	C-huset
17fr	11.15 -12.00 12.00-	Sittgympa/stol Enklare lunch. Vi lagar maten tillsammans. 60kr.	Elineberg
v.17			
21ti	10.00-11.00	Dans, puls och balansträning	C-huset
22on	10.00	Promenad med terapihunden Wilja. Buss till Ådalen i Jämjö o letar vitsippor-vi tar med fika. Anmälan senast må 20/3. Till Susanne K eller Cilla A.	C-huset
22on	13.30-15.30	Bingo. Vi spelar bingo och fikar tillsammans. Vi kör sex spel med fika emellan + jackpot.	Stengöl
23to	10.15-11.45 11.00-15.30	Lymfyoga/stol Vi lagar "kludda" och äter tillsammans. Anmälan till Petra eller Susanne from 7/4	C-huset
v.18			
27må	10.00-12.00	Livscafé- Passion för livet (sluten grupp, anmälan krävs) Vid frågor ring Cilla A	C-huset
30to	10.15-11.45 12.00-15.30	Lymfyoga/stol Korvgrillning på gården	C-huset

Hos oss kan du få hjälp med din mobiltelefon, platta, dator eller liknande. Vi kan även vara behjälpliga att leta upp information och förmedla kontakter. Välkommen in när som helst under våra öppettider. Gymmet är alltid öppet!

VARMT VÄLKOMMEN!

TRÄFFPUNKTEN I RÖDEBY /HÅLSA OCH FÖREBYGGANDE.

KONTAKTER: PETRA 0455-305059, CILLA A 0455-303253, CECILIA G 0455-304599, SUSANNE 0455-304184

Adress: Centrumhuset (C-huset) - Movägen 5 och Elineberg - Rödebyvägen 20