

TRÄFFPUNKTEN FÖR SENIORER

65 ÅR OCH ÄLDRE

TROSSÖ APRIL 2026

Vi erbjuder fika till självkostnadspris av 20 kr om inget annat anges.

Datum	Klockslag	Aktivitet	Plats
Vecka 14			
ONS 1	12	Påskfest, se anslag anmäl senast 26/3	Bryggan
TORS 2	10-12	Öppet hus, vi informera om våra Träffpunkter, vi bjuder på kaffe	Bryggan
		GLAD PÅSK ÖNSKAR VI	
Vecka 15			
TIS 7	10-11	Vi tränar styrka tillsammans	Bryggan
	9-11,30	Träningslokalen öppen	KLINT
	13-15,30	Gympa sittande/stående+fika	KLINT
ONS 8	9,30	Vi åker till Rödeby Vårmarknad, begränsat antal platser, m kan åka kollektivt, anmäl senast 1/4	Bryggan/KLINT
TORS 9	10,30	Gympa sittande/stående+fika	Bryggan
	13.30	Lymfyoga med Cilla	Bryggan
	13	Rullatorcafé, kom och serva din rullator	KLINT
FRE 10	11	Brunch 60kr, anmäl senast 7/4	Bryggan
Vecka 16			
MÅN 13	10-12	Livscafé-Passion för livet (sluten grupp) anmälan krävs, vid frågor ring Marie	Bryggan
	13.15	Vi spelar bingo+fika	Bryggan
	9-11	Träningslokalen öppen	KLINT
TIS 14	10-11	Vi tränar styrka tillsammans	Bryggan
	9-11,30	Träningslokalen öppen	KLINT
	13-15,30	Gympa sittande/stående+Fika	KLINT
ONS 15	10-11	Vi tränar balans	Bryggan
	10-11	Vi tränar balans	KLINT

	13	Hörselinstruktörerna kommer och serva era hörapparater, ta med vaxfilter+domer	Bryggan
TORS 16	10,30	Gympa sittande/stående+fika	Bryggan
	13,30	Lymfyoga med Cilla	Bryggan
	13	Trivselcafé, här kan ni handarbete, spela spel, baka m.m +fika	KLINT
FRE 17	10-12	Enklare mobilhjälp	Bryggan
Vecka 17			
MÅN 20	10-14	Pop up på Wachtmeister, vi informera om Träffpunkterna och bjuder på Kaffe	Bryggan
TIS 21	10-11	Vi tränar styrka tillsammans	Bryggan
	9-11,30	Träningslokalen öppen	KLINT
	13-15,30	Gympa sittande/stående+fika	KLINT
ONS 22	10-11	Vi tränar balans	KLINT
	10-11	Vi tränar balans	Bryggan
	13,15	Vi spelar bingo+fika	KLINT
TORS 23	13,30-15	Lymfyoga med Cilla	Bryggan
	13	Trivselcafé, här kan ni handarbete,spela spel, baka m.m+fika	KLINT
FRE 24	11	Brunch 60kr, anmäl senast 21/4	Bryggan
Vecka 18			
Mån 27	10-12	Livscafé-Passion för livet(sluten grupp) anmälan krävs,vid frågor ring Marie	Bryggan
	9-11	Träningslokalen öppen	KLINT
TIS 28	10-11	Vi tränar styrka tillsammans	Bryggan
	9-11.30	Träningslokalen öppen	KLINT
	13-15.30	Gympa sittande/stående+fika	KLINT
ONS 29	10-11	Vi tränar balans	Bryggan
	10-11	Vi tränar balans	KLINT
	13	Trivselcafé, bullens korv +kaffe 35kr, begränsat antal platser,anmäl senast 23/4	KLINT
TORS 30	11	Fira in Valborg med Gó fika	Bryggan

Med reservation för ändringar
Ring för anmälan: Marie 304820 Sussi 304484

Adress: Norra Smedjegatan 20 Amiralitetsgatan 8