

# **Välkommen på invigning av Träffpunkt Sörbygården!**

**Den 21 oktober öppnar en ny träffpunkt för seniorer på Sörbygården. Det firar vi med kaffe och hembakta bullar.**

## **Det bjuds bland annat på:**

- Kaffe med dopp.
- Gymnastik och balansträning – en mjuk form av träning som du gör efter din förmåga, passet kan göras på stol. Du skapar en balans i kropp och själ samt sänker stressnivån i kroppen.
- Lunch/ samtal
- Frågespel uppdelat i olika årtionden.

**Det finns möjlighet att äta lunch tillsammans (62 kr för lunch med efterrätt).**

**Tid:** 21 oktober, kl. 10:30- 14:30

**Plats:** Sörbygården, Dinglevägen 8, 455 41 Hedekas

**Kontakt:**

Karolina.Kramek@munkedal.se

paivi.johansson@munkedal.se

0524 183 32

Träffpunkten på Sörbygården kommer att fortsätta varannan måndag. Det ordnas intressanta, roliga och hälsofrämjande aktiviteter för seniorer. Vissa aktiviteter återkommer medan andra är av engångskaraktär.

**Det kan röra sig om aktiviteter som:**

- Bingo
- Frågesport
- Målning
- Festligt firande vid tillfällen som jul, påsk och midsommar
- Gymnastik
- Tipspromenad
- Bakning
- Musikquiz
- Café med fika
- Högläsning och samtal
- Film och samtal
- Aromaterapi
- Föreläsningar på olika teman
- Musikunderhållning
- Vävning
- Pussel

**Du är varmt välkommen!**