

# Seniorglädje

Aktiviteter för dig som är pensionär i Hallstahammars kommun, våren 2018

**Nytt för 2018** är att vi kommer att få tillträde till en ny mötesplats/träffpunkt på Trädgårdsgatan 4 i Hallstahammar. Den kommer att fyllas med aktiviteter av oss, men framförallt så kommer den att finnas tillgänglig för dig som är senior. Vi kommer att starta upp med invigning i början av året och kommer i samband med det utlysa en namntävling. I programmet står den bara som Trädgårdsgatan 4, men i framtiden hoppas vi att den får ett passande namn och kommer att användas och bli en härlig samlingsplats för er alla. Vi kommer också att försöka satsa på lite mer spontana aktiviteter och tematräffar/fester så därför kan programmet ändras vid dessa tillfällen. Alla aktiviteter vi håller i är gratis, men när det serveras mat eller kaffe är det till självkostnadspris.

## HALLSTAHAMMAR

## KOLBÄCK

<b>Måndag</b>	<b>kl 09.30</b> Balansträning, Lövåsens samlingssal  <b>kl 13.30</b> Bingo, Hästhoven	<b>kl 09.00</b> Cirkelträning, Mötesplatsen Hjärtpunkten  <b>kl 14.00</b> Sittande gymnastik, Mötesplatsen Hjärtpunkten
<b>Tisdag</b>	<b>kl 09.30</b> Cirkelträning, Hästhovens mötesplats  <b>kl 14.00</b> Sittande gymnastik, Hästhoven	<b>kl 10.00</b> Balansträning, Mötesplatsen Hjärtpunkten  <b>kl 14.00</b> Bingo, Strandgården
<b>Onsdag</b>	<b>kl 09.30 - 12.00</b> <b>Anhörigstöd &amp; Seniorglädje</b> finns på Trädgårdsgatan 4. Välkommen!  <b>kl. 13.00 - 15.30</b> Onsdagsträff med anhörigstöd  <b>kl 14.00</b> Sångstund med kyrkan 2:a onsdagen i månaden, Hästhoven  <b>kl 14.00 - 16.00</b> Café Trädgårdsgatan 4	<b>kl 13.30 - 15.30</b> Café, Mötesplatsen Hjärtpunkten
<b>Torsdag</b>	<b>kl 10.00</b> Balansträning, Hästhoven  <b>kl 14.00</b> Café, Hästhoven	<b>Obs! Inga aktiviteter på helgdagar och röda dagar.</b>  <b>Med reservation för ändringar.</b>
<b>Fredag</b>	<b>kl 09.00 - 12.00</b> Flärdfulla fredag, Trädgårdsgatan 4  <b>kl 13.30</b> Bingo, Hästhoven	

Utöver dessa aktiviteter har vi informations och trivselträffar. Dessa tillfällen kommer att annonseras i VLT idag-spalten, hemsidan och vår Facebook sida [facebook.com/seniorgladje](https://facebook.com/seniorgladje).