



MÅNADENS AKTIVITETER april HALLSTAHAMMAR

Vänd för Kolbäcks aktiviteter →

Måndag:

14:00 Bingo

Hästhovens mötesplats

14:00 Café med väntjänstare

*Jämna veckor kl. 14:00 – 16:00,
café som våra väntjänstare ordnar
OBS! V.14 byter caféet dag till tisdag
Lokalen på Knektbacken 65*

Tisdag:

09:30 Gemensam promenad

Senior4ans mötesplats

14:00 Målarcafé

Hästhovens mötesplats

Onsdag:

14:00 Temacafé

Café med olika teman varje vecka:

V. 14 (3/4): Musikunderhållning i
Kolbäck

*Trubadur Peppe Ekberg kommer och
spelar för oss*

Hjärtpunkten i Kolbäck

V. 15 (10/4): Inställt pga resa

V. 16 (17/4): Promenad

*Vi tar en gemensam promenad innan
vi går in och fikar*

Senior4ans mötesplats

V. 17 (24/4): Filmvisning

*Vi kollar på film och fikar tillsammans
Senior4ans mötesplats*

14:00 Stick- & handarbetargrupp

Drop-in mellan kl. 14:00 – 17:00

Hästhovens mötesplats

Torsdag:

09:30 Balansträning

Senior4ans mötesplats

14:00 Balansträning & sittande
gymnastik

Hästhovens mötesplats

Fredag:

13:30 Fredagsbingo med väntjänstare

Hästhovens mötesplats

Månadens extra:

V. 15: Bokcirkel med Hallstahammars
bibliotek

*Tisdag 9/4 kl. 10:00, endast föranmälda
Senior4ans mötesplats*

V. 15: Sagoläsning tillsammans med
biblioteket & förskolan

*Tisdag 9/4, endast föranmälda
Biblioteket Hallstahammar*

V. 15: Bussresa till Skultuna Messingsbruk
Onsdag 10/4, endast föranmälda

V. 15: Sångstund med kyrkan

Onsdag 10/4, kl. 14:00

Hästhovens mötesplats

V. 17: Teknik drop-in med digitala fixaren

Torsdag 25/4, kl. 14:00 – 16:00

Senior4ans mötesplats

Jämna veckor måndagar:

Ställ frågor till Kommunrehab på gymmet

*Passa på att fråga om träning, balansövningar
eller hjälpmedel!*

*Måndagar jämna veckor (ej 1/4), kl. 10:00 –
11:00*

Hästhovens mötesplats, gymmet



MÅNADENS AKTIVITETER april KOLBÄCK

Vänd för Hallstahammars aktiviteter →

Måndag:

14:00 Balansträning & sittande gymnastik

Hjärtpunktens mötesplats

Tisdag:

09:30 Cirkelträning

Hjärtpunktens mötesplats

Onsdag:

14:00 Temacafé

Café med olika teman varje vecka:

V. 14 (3/4): Musikunderhållning
Trubadur Peppe Ekberg kommer och spelar för oss

Hjärtpunktens mötesplats

V. 15 (10/4): Inställt pga resa

V. 16 (17/4): Rörelsebingo Dutt 'n' Go
Vi spelar rörelsebingo tillsammans
Hjärtpunktens mötesplats

V. 17 (24/4): Filmvisning
Vi kollar på film tillsammans
Hjärtpunktens mötesplats

Torsdag:

09:30 Cirkelträning

Hjärtpunktens mötesplats

14:00 Gemensam promenad

Myrans mötesplats

Fredag:

14:00 Fredagsbingo

Myrans mötesplats

Månadens extra:

V. 15: Bussresa till Skultuna
Messingsbruk
Onsdag 10/4, endast föranmälda

Jämna veckor onsdagar:
Ställ frågor till Kommunrehab på gymmet
Passa på att fråga om träning, balansövningar eller hjälpmedel!
Onsdagar jämna veckor, kl. 10:00 –11:00
Hjärtpunktens mötesplats

Schemat kan ändras under tidens gång. Håll utkik på Facebook & prata med aktivitetshandledarna för aktuell information!