



# MÅNADENS AKTIVITETER oktober HALLSTAHAMMAR

## **Måndag:**

14:00 Bingo

*Hästhovens mötesplats*

14:00 Café med väntjänstare

*Jämna veckor kl. 14:00 – 16:00*

*Lokalen på Knektbacken 65*

## **Tisdag:**

09:30 Gemensam promenad

*Senior4ans mötesplats*

14:00 Målarcafé

*Hästhovens mötesplats*

## **Onsdag:**

14:00 Temacafé med olika teman  
varje vecka

**V. 40** (2/10): Kanelbullecafé

*Vi smygstartar inför kanelbullens dag*

*Senior4ans mötesplats*

**V. 41** (9/10): Inställt pga resa

*Resa till Thuns varuhus, endast  
föranmälda*

**V. 42** (16/10): Filmvisning

*Vi kollar på film tillsammans*

*Senior4ans mötesplats*

**V. 43** (23/10): 50/60-tals fest i Kolbäck

*Musikunderhållning av Knektarna*

*Hjärtpunktens mötesplats, Kolbäck*

**V. 44** (30/10): Yatzy/Fia med knuff

*Vi spelar sällskapsspel! Bjud gärna med  
höstlovslediga barnbarn*

*Senior4ans mötesplats*

14:00 Stick- & handarbetargrupp

*Drop-in kl. 14:00 – 17:00*

*Hästhovens mötesplats*

Vänd för Kolbäcks aktiviteter →

## **Torsdag:**

09:30 Balansträning

*Senior4ans mötesplats*

14:00 Sittande gymnastik

*Hästhovens mötesplats*

## **Fredag:**

13:30 Fredagsbingo med väntjänstare

*Hästhovens mötesplats*

## **Månadens extra:**

**V. 41:** Bokcirkel med Hallstahammars  
bibliotek

*Tisdag 8/10 kl. 10:00, endast föranmälda  
Senior4ans mötesplats*

**V. 41:** Sångstund med kyrkan

*Onsdag 9/10, kl. 14:00*

*Hästhovens mötesplats*

**V. 41:** Bussresa

*Onsdag 9/10. Resa till Thuns varuhus för  
shopping & lunch, endast föranmälda*

**V. 43:** Seniorshopens klädförsäljning

*Torsdag 24/10, kl. 09:30-11:30*

*Hästhovens mötesplats*

**V. 44:** Teknik drop-in med digitala fixaren

*Torsdag 31/10, kl. 14:00 – 16:00*

*Senior4ans mötesplats*



# MÅNADENS AKTIVITETER oktober KOLBÄCK

Vänd för Hallstahammars aktiviteter →

## **Måndag:**

14:00 Sittande gymnastik  
*Hjärtpunktens mötesplats*

## **Tisdag:**

09:30 Cirkelträning  
*Hjärtpunktens mötesplats*

## **Onsdag:**

14:00 Temacafé med olika teman varje vecka

**V. 40** (2/10): Det var en gång...  
*Hade du någon favoritsaga som barn eller en saga du läst ofta för dina barn/barnbarn, eller kanske en favoritförfattare? Har du boken kvar? Ta gärna med den så samtalar vi kring den.*  
*Hjärtpunktens mötesplats*

**V. 41** (9/10): Inställt pga resa  
*Resa till Thuns varuhus, endast föranmälda*  
*Hjärtpunktens mötesplats*

**V. 42** (16/10): Inställt  
*Tips! Prata ihop dig med kompisarna och ha en trevlig fikastund på egen hand*  
*Hjärtpunktens mötesplats*

**V. 43** (23/10): 50/60-tals fest i Kolbäck  
*Musikunderhållning av Knektarna*  
*Hjärtpunktens mötesplats*

**V. 44** (30/10): Yatzy/Fia med knuff  
*Vi spelar sällskapsspel! Bjud gärna med höstlovslediga barnbarn*

## **Torsdag:**

09:30 Cirkelträning  
*Hjärtpunktens mötesplats*  
14:00 Gemensam promenad  
*(24/10 går ni själva)*  
*Myrans mötesplats*

## **Fredag:**

14:00 Fredagsbingo  
*Myrans mötesplats*

## **Månadens extra:**

**V. 41:** Bussresa  
*Onsdag 9/10. Resa till Thuns varuhus för shopping & lunch, endast föranmälda*

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