

Mötesplatser – för ett gott liv

Sommarprogram för juli- aug

Mötesplatserna är fortsatt stängda tills vidare på grund av coronavirus -covid19. Vi vill fortsätta att uppmuntra dig till att vara ute så mycket som möjligt och erbjuder utomhusaktiviteter i mindre grupper. Vissa aktiviteter kan innebära en fysisk påfrestning och du deltar på eget ansvar.

Vi följer folkhälsomyndighetens rekommendationer

Vad rädd om dig, håll avstånd och kom ihåg- stanna hemma om du är sjuk



För mer information och anmälan ring: Allö, Finland 044- 13 55 77, Sommarlust, Näsby 044-13 41 54, Sommarro, 044- 13 61 36 eller till Österäng, Charlottesborg 044-13 65 74.

Det är en tuff tid vi lever i just nu, du har kanske ingen möjlighet att delta i en aktivitet. Ring gärna oss för en pratstund, Vi finns till för dig!

Måndagar

Kl. 14.00. Boule, Mötesplats Sommarlust

Tisdagar

kl. 11.00 Gymnastik Sommarlust.

Uppehåll 3/8-24/8

Kl. 14.00 Bingo på Mötesplats Sommarlust

Torsdagar

kl. 10.00 Mötesplats Österäng

Plats: Utegygmet, där vi tränar styrka med hjälp av gummiband. Start 5/8

Kl. 10.00 Mötesplats Sommarro.

Plats: Gymnastik vid uteplatsen

Uppehåll 1- 8/7, 29/7- 13/8

Fredagar

kl. 10.00 Gymnastik, mötesplats Allö

Uppehåll 30/7

kl. 14.00. Bokprat, mötesplats Sommarlust

Plats: vid uteplatsen på mötesplatsen



Promenadgrupper

Måndagar

Kl. 10.00 Mötesplats Sommarlust.

Vi promenerar på olika platser och bl.a. i Björket

Kl. 10.00 Yllan/Söder.

Boka med Anna på telefon: 044- 13 44 86

Start den 2/8

Onsdagar

Kl. 10.00 ojämn vecka, Stavgång/promenad.

Samling: Tivolibadet. Start den 18/8

Torsdagar

kl. 13.30 Mötesplats Näsby.

Boka med Anna på telefon: 044- 13 44 86

Start den 5/8

Kl. 10.00 Mötesplats Sommarlust

Promenadgympa och cirkelträning i närområdet

Vi går till olika stationer där vi har övningar. Tempot anpassas efter gruppen och vi får en härlig stund ute tillsammans.

Tisdagar kl. 10.00 Samling: Österängs utegym.

Start: 3/8

Tisdagar kl. 13.30 Samling: Entrén på Sommarro.

Uppehåll 29/6- 6/7 och 27/7- 10/8

