

Mötesplats Fristad

Gamla kyrkvägen 6

aug 2019 För seniorer 65+



Datum	Tid	Aktivitet
V.31		
Torsdag 1/8	10.30- 14.30–15.45	Vi åker till Almenäs och fikar. bensin 40 kr Bingo+fika 30 kr
Fredag 2/8	10.30- 14.30–15.30	Bowling Fredagsmackan 25 kr
V32		
Måndag 5/8	10.00–11.30 14.30–15.30	Borgstena +fika 30 kr Trivselträff fika 20 kr
Tisdag 6/8	10.30–11.15 13.00-	Yoga sittande på stol Fristad samlingsalen Utflykt till Basta kvarn bensin 50 kr
Onsdag 7/8	10.30–11.15 15.00	Sittande gymnastik samlingsalen Gudstjänst
Torsdag 8/8	10.00–11.30 14.30–15.45	Bredared bingo + fika 30 kr Bingo+fika 30 kr
Fredag 9/8	10.30–11.30 14.30–15.30	Vi lyssnar och lär oss om olika musik stilar. Frågesport+ fika 20 kr
V33		
måndag 12/8	10.00-	Vi åker till Falköping. Gör besök på falbygdens ost och Mösseberg. Bensin 100 kr
tisdag 13/8	10.30–11.15 13.00	Yoga sittande på stol samlingsalen Vi åker till Hofsnäs bensin 40 kr anmälan
onsdag 14/8	10.30–11.15 15.00	Grupp gymnastik sittande Gudstjänst
Torsdag 15/8	10.30– 14.30–15.45	Vi åker till Vänga kvarn och vänga mosse Bingo+fika 30 kr

Fredag 16/8	10.00- 14.30–15.30	Promenad i Bredared elljusspåret 2,5 km stavar finns att låna anmälan om du vill ha skjuts dit Fredagsmackan 25 kr
V34		
måndag 19/8	10.00–11.30 14.30–15.30	Café + underhållning med Jan Blomgren Borgstena 20kr Trivselträff fika 20 kr
tisdag 20/8	10.30–11.15 14.30–15.30	Yoga sittande på stol <u>Borgstena</u> Drop in teknik café
onsdag 21/8	10.30–11.15 15.00	Gruppgymnastik sittande Gudstjänst
Torsdag 22/8	10.00–11.30 14.30–15.45	Café med underhållning med Jan Blomgren Bredared 20 kr Bingo+fika 30 kr mötesplatsen Fristad
Fredag 23/8	10.30–11.15 14.30–15.30	Yoga sittande på stol Fristad Frågesport+fika 20 kr
V 35		
måndag 26/8	14.30–15.30	Trivselträff fika 20 kr
tisdag 27/8	10.30–11.15 14.30–15.45	Yoga sittande på stol <u>Borgstena</u> Våffel Café 25 kr
onsdag 28/8	10.30–11.15 15.00	Gruppgymnastik sittande Gudstjänst
Torsdag 29/8	10.00– 14.30–15.45	Promenad Bredared elljusspår 2,5 km anmälan om du vill ha skjuts(stavar finns att låna) Bingo+fika 30 kr mötesplatsen Fristad
Fredag 30/8	10.30–11.15	Yoga sittande på stol Fristad



Välkomna!

Aktivitetssamordnare Mariette Källén

033-35 87 92

Har du idéer om någon aktivitet eller något annat du undrar över får du gärna dela med dig till oss.

Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan

Följ oss gärna på sociala medier!



[Facebook: "Mötesplatser för seniorer i Borås stad"](#)