

Seniorcenter Storegården, Fogdevägen 1c, Tvååker

12-16 januari 2015 vecka: 3

Öppet program för alla seniorer

Tid ca:	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08.30-16.30	Aktivitetscentret är öppet 08.30-16.30 vardagar. Du kan träna i gymmet, sitta i massagefåtöljen, komma och fika eller vara med på aktiviteter i programmet. Ingen föranmälan.				
10.00-10.30	Vi träffas över en fika, pratar och har kanske lite frågesport eller högläsning				
10.30-11:45	Sittgympa i samlingsalen	<i>Tjugondedag jul</i> Vi sjunger och dansar ut julen	Vi bakar något tillsammans	Boccia, biljard eller annan aktivitet i samlingsalen	Avslappning och mindfulness
12.00-13.00	Dagverksamheten går och äter på Storegårdens restaurang (ej onsdagar) Om man vill ha sällskap kan man som besökande utifrån följa med ner och äta.				
13.30-14.15	Ex. spel, högläsning, frågor, bildvisning		Surfcafé - iPad Drop-in 13.30-15.30	Ex. spel, högläsning, frågor, bildvisning	
14.15-15.00	Vi träffas över en fika, pratar och har kanske lite frågesport eller högläsning				

Fika finns att köpa. Verksamheten har förtur till gymmet och SPA-rummet vissa tider.

Surfcafé: Prova iPad och lär dig grunderna. Surfa på Internet och tipsa varandra över en kopp kaffe! Med reservation för ändringar