



AKTIVITETSSHEMA I APRIL FÖR SENIORGLÄDJE & ANHÖRIGSTÖD

Förebyggande enheten i Hallstahammars kommun består av Seniorglädje, anhörigstöd, digitala fixaren, uppsökande verksamhet och väntjänsten

Vi har fem mötesplatser i kommunen varav tre finns i trygghetsboenden. På Senior4ans mötesplats finns våra anhörigkonsulenter, avlösarservice och Silviasystrarna

På våra mötesplatser anordnas aktiviteter ledda av Seniorglädjes aktivitetshandledare och våra anhörigkonsulenter. Du kan också utnyttja de populära senorgymmen och även boka lokalerna för att, själv eller i föreningsregi, ordna exempelvis studiecirkel eller föreläsningar

På mötesplatserna kan du förutom att delta i aktiviteter bara komma och ta en kopp kaffe och småprata. Att besöka våra mötesplatser är gratis, och för aktiviteter och fika tar vi ut ett självkostnadspris



SENIORGLÄDJES MÅNADSPROGRAM FÖR APRIL HALLSTAHAMMAR

HÄSTHOVENS MÖTESPLATS, HÄSTHOVSVÄGEN 1E

Måndag:

14:00 Bingo med väntjänstare

Tisdag:

14:00 Inomhusspel

14:00 Målarcafé

Onsdag:

14:00 Stick- & handarbetscafé

Torsdag:

14:00 Sittande gymnastik & balansträning (*inställt 2/4*)

Fredag:

13:30 Bingo med väntjänst

KNEKTENS MÖTESPLATS, KNEKTBACKEN 68

Måndag:

14:00 Café jämn vecka väntjänst, ojämn vecka Seniorglädje

Tisdag:

10:00 Boule i samarbete med Tunabostaden, *Tunas gymnastiksal*

Onsdag:

14:00 Sittande gymnastik (*inställt 22/4*)

Torsdag:

09:30 Cirkelträning i samarbete med Tunabostaden, *Tunas gymnastiksal*

09:30 Balansträning

Fredag:

14:00 Bingo



VERNISSAGE MED



KONST & HANDARBETE I FOKUS

VARMT VÄLKOMMEN TILL EN EFTERMIDDAG DÄR KONST & HANDARBETE ÄR I FOKUS. UPPTÄCK FANTASTISKA TAVLOR, MÖT KONSTNÄRERNA BAKOM VERKEN OCH LÅT DIG INSPIRERAS AV VACKRA HANDARBETEN UNDER EFTERMIDDAGEN BJUDS DET PÅ BUBBEL, SNACKS & FESTLIG STÄMNING

**ONSDAG 22 APRIL, ÖPPET HUS FRÅN
KL. 14:00 - 16:00**

HÄSTHOVENS MÖTESPLATS, HALLSTAHAMMAR

TEKNIKCAFÉER MED DIGITALA FIXAREN

ONSDAG 15 APRIL KL. 14:00

MYRANS MÖTESPLATS, KOLBÄCK

TORSDAG 23 APRIL KL. 14:00

KNEKTENS MÖTESPLATS, HALLSTAHAMMAR



MÅNADENS EXTRA I APRIL

Finska aktiviteter

i samarbete med Finskt förvaltningsområde

Finsk promenad varje onsdag kl. 09:30

Senior4ans mötesplats

Bokcirkel fredag 17 april kl. 10.00 (*föranmälda*)

Hallstahammars bibliotek

Bokcirkel

i samarbete med Hallstahammars bibliotek

(*föranmälda*)

Onsdag 29 april kl. 10:00

Hallstahammars bibliotek

Sagoläsning

i samarbete med förskolan &

Hallstahammars bibliotek (*föranmälda*)

Tisdag 21 april kl. 09:30 Kolbäck

Tisdag 21 april kl. 09:30 Hallsta

Hallstahammars bibliotek

Sångstund

i samarbete med kyrkan

Onsdag 8 april kl. 14:00

Hästhovens mötesplats

Drop-in tid hos Hörselombud

Varje fredag kl. 09:00 - 12:00

Senior4ans mötesplats

8 april kl. 13:00 - 15:00

Hjärtpunktens mötesplats

PÅSKFEST PÅ HÄSTHOVEN

FIRA IN PÅSKHELGEN MED ROCKFEST

PÅ SKÄRTORSDAGEN!

PETER HÅKANSSON STÅR FÖR
MUSIKUNDERHÅLLNINGEN OCH
PÅSKFIKA DUKAS FRAM

TORSDAG 2 APRIL

KL. 14:00

HÄSTHOVENS MÖTESPLATS, HALLSTAHAMMAR



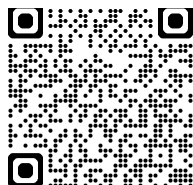
EN FÖRMIDDAG FÖR SENIORER I STALLET

VÄLKOMMEN PÅ ÖPPET HUS I HALLSTA RIDKLUBBS FINA
LOKALER. TIPSPROMENAD, PROVA PÅ-RIDNING & FIKA,
PASSA PÅ ATT SPENDERA EN FÖRMIDDAG BLAND HÄSTAR
I STALLETS MYSIGA VÄRLD

ONSDAG 29 APRIL

KL. 09:30-11:00

HALLSTA RIDKLUBB, HALLSTAHAMMAR



**GILLA OSS PÅ SOCIALA
MEDIER!**

LÄS IN QR-KODERNA
NEDAN FÖR ATT KOMMA TILL
VÅR FACEBOOKSIDA & VÅR
INSTAGRAMSIDA



ANHÖRIGSTÖDS MÅNADSPROGRAM FÖR APRIL

SENIOR4ANS MÖTESPLATS, PARKGATAN 4 HALLSTAHAMMAR

- **Drop-in Påskfika** *(för anhöriga & närstående)*

Onsdag 1 april kl. 11:00-15:00

Senior4ans mötesplats

- **Demensamtalsgrupp fortsättning** *(föranmälda)*

Torsdag 16 april kl. 13:00

Senior4ans mötesplats

- **Existentiell hälsa tillsammans med Svenska kyrkan**

Torsdag 9 april kl. 13:30 *(föranmälda)*

St Larsgården Hallstahammar

- **Shared Reading tillsammans med Hallstahammars bibliotek** *(föranmälda)*

Onsdag 15 april kl. 13:30

Senior4ans mötesplats

- **Anhörigcafé** *(för anhöriga)* Onsdag 22 april kl. 13:30

Senior4ans mötesplats

- **Anhörigresa** *(föranmälda)* Torsdag 23 april

- **Guldkanten** *(föranmälda)* Onsdag 29 april kl. 14:00

Motionscentrums grillplats

- **Drop-in öppet** Varje onsdag kl. 11:00-15:00 *(inställt 29/4)*

Senior4ans mötesplats

SENIORGLÄDJES MÅNADSPROGRAM FÖR APRIL KOLBÄCK

HJÄRTPUNKTENS MÖTESPLATS, HAGVÄGEN 3

Måndag:

14:00 Sittande gymnastik & balansträning *(inställt 6/4)*

Tisdag:

09:30 Cirkelträning

Onsdag:

09:30 Parkour i samarbete med SPF Herrevad

09:30 Cirkelträning på egen hand

Torsdag:

09:30 Cirkelträning

MYRANS MÖTESPLATS, VALLBYGATAN 17

Onsdag:

14:00 Temacafé *(inställt 22/4)*

(veckans tema läggs ut på FB den veckan)

Torsdag:

14:00 Gemensam promenad *(2/4 & 23/4 går ni själva)*

Fredag:

14:00 Bingo

Drop-in tid hos Hörselombud

8 april kl. 13:00 - 15:00

Hjärtpunktens mötesplats



HÄR HITTAR NI VÅRA MÖTESPLATSER

Hästhovens mötesplats: Hästhovsvägen 1E,
Hallstahammar

Senior4ans mötesplats: Parkgatan 4, Hallstahammar

Knektens mötesplats: Knektbacken 68, Hallstahammar

Hjärtpunktens mötesplats: Hagvägen 3, Kolbäck

Myrans mötesplats: Vallbygatan 17, Kolbäck

Kontakt Seniorglädje:

0220 - 241 21

0220 - 248 16

0220 - 244 35

0220 - 241 23

seniorgladje@hallstahammar.se

Kontakt Anhörigstöd:

0220 - 241 42

0220 - 247 28

anhorigstod@hallstahammar.se

Kontakt Digitala fixaren:

Telefontid torsdagar kl. 08:00 - 09:00

0220 - 248 40

Kontakt Enhetschef:

0220 - 248 70

QR-kod till hemsida:

