

Aktiviteter april

 **KÄVLINGE!**

Träffpunkt Norrehed Bagerivägen 13, Löddeköpinge

Återkommande aktiviteter

Måndagar kl. 09.00-12.00 Handarbetsgrupp

Arrangeras av Trivsel och Trevnad. Alla är välkomna.

Tisdagar kl. 09.00-12.00 Pysselgrupp

Arrangeras av Trivsel och Trevnad. Alla är välkomna.

Tisdagar kl. 10.00-11.00 Lättgymnastik

Välkommen att utöva fysisk aktivitet i gemenskap med andra. Vi använder stolen som redskap och övningarna anpassas utifrån dig som deltagare. Ledare: Siv Singbrant, volontär.

Onsdagar kl. 10.00-11.00 Promenadgrupp

Vi är ett gäng seniorer som träffas utanför träffpunkten för att gemensamt ta en promenad.

Torsdagar kl. 10.00-11.00 Lättgymnastik

Välkommen att utöva fysisk aktivitet i gemenskap med andra. Vi använder stolen som redskap och övningarna anpassas utifrån dig som deltagare. Ledare: Siv Singbrant, volontär.

Torsdagar kl. 13.30-15.30 Frågesport

Arrangeras av Trivsel och Trevnad. Alla är välkomna.

Fredagar kl. 13.30-15.30 Bingo

Arrangeras av Trivsel och Trevnad. Alla är välkomna.

Extra aktivitet

Tisdag 1/4 kl. 10.00-16.00 Vårens mode med Seniorshop

Välkommen att låta dig inspireras av vårens mode! Kläder för både kvinnor och män. Klädföretaget Seniorshop finns på plats för försäljning mellan kl. 10.00 och 16.00. Klockan 13.30 får vi njuta av en modevisning där våra lokala mannekänger visar upp det senaste inom modet. Modevisningen är helt gratis att delta i och du behöver inte anmäla dig. Under modevisningen kommer det finnas fika till försäljning

Tisdag 1/4 kl. 14.00-15.30 Må bra café

Cafét är till för alla kommuninvånare som vill träffa nya människor och samtidigt ta en fika. Må bra café arrangeras första tisdagen i månaden. Kaffe och kaka köps till självkostnadspris. Ledare: Kommunens volontär Ann-Charlotte (Lotti)



**100%
välkommen!**

Träffpunkt Norrehed Bagerivägen 13, Löddeköpinge

Extra aktivitet

Fredag 4/4 kl. 10.00-12.00 Föreläsning- Mat för äldre och artros

Vill du veta mer om hur du själv kan ta hand om din hälsa?

Föreläsare från Löddeköpinge Vårdcentral:

Dietist Inger Nyström informerar om Mat för äldre.

Fysioterapeuter Caroline Möllerström och Charlotte Roos berättar om Artros. Platserna är begränsade. Ingen anmälan! Kom i god tid



Tisdag 22/4 kl. 13.00-15.00 och tisdag 29/4 kl. 13.00- 15.00 Kävlinges seniorsurfare- kurs för dig som är osäker på den digitala världen

Vi förstår att det kan kännas både spännande och lite skrämmande att använda datorer och telefoner. Därför vill vi erbjuda dig en kurs där du får lära dig användbara digitala färdigheter i en trygg och rolig miljö – i din egen takt, med hjälp och stöd hela vägen. Kursen är uppdelad på två tillfällen och innehåller många roliga och praktiska moment.



Tillfälle 1

- Skapa en e-postadress
- Skicka ett mejl
- Skicka sms, bild/foto
- Läs in en QR-kod
- Googla
- Prata med Siri eller Google Assist

Tillfälle 2

- Hur funkar Facebook och Instagram
- Ring ett videosamtal
- Google Maps
- ChatGPT

Vill du vara med? Begränsat antal platser!

Anmäl dig senast 17 april via mail till:

halsoframjande.enhetenKAV@kavlinge.se eller ring 046-2804222

Fredag 25/4 kl. 10.00-11.30 Föreläsning- "Hjälp doktorn hjälpa dig" och "Säkra vår(d)tecken"

Kom och träffa personal från Löddeköpinge vårdcentral!

Verksamhetschef AnnCharlotte Jönsson talar inledande om

vårdcentralen. Dr Marie Krikström och dr Ulrika Andersson har en presentation med titeln "Hjälp doktorn hjälpa dig". Dr Måns Persson Bunke föreläser om "Säkra vår(d)tecken."

Platserna är begränsade. Ingen anmälan! Kom i god tid.

