

Aktiviteter februari

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 Pyselgrupp

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 volontär Kävlinge Kommun.



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 volontär Kävlinge Kommun.



Torsdagar kl. 13.30-15.30 Frågesport

Arrangeras av Trivsel och Trevnad. Alla är välkomna.



Extra aktivitet

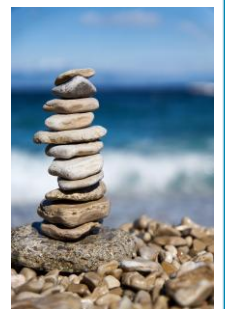
Tisdag 3/2 kl. 14.00-15.30 Må bra café

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 Gunilla.



Fredag 27/2 kl. 10.00-11.30 Psykisk hälsa genom fysisk rörelse och prova på Mediyoga

Föreläsning med Vårdcentralen Löddeköpinge. Psykolog Jonas om vikten av fysisk rörelse för psykisk hälsa hos äldre och prova på Mediyoga med fysioterapeut Caroline. Anmälan: via mail halsoframjande.enhetenKAV@kavlinge.se eller ring 046-280 42 22.



100%
välkommen!