

FAST UKESPROGRAM FOR SENIOR`N AKTIVITETSSENTER

Senior`n holder til på Bråten (Rødekors-huset) og passer for deg som ønsker et dagtilbud hvor du kan treffe hyggelige mennesker og kanskje finne en aktivitet du vil være med på. Dette er et gratis tilbud i regi av Kragerø kommune/enhet for kultur, og har åpent fra kl.10.00 - 14.00 mandag, tirsdag og onsdag.

Mandag

Kl. 11.00 - Trim med fysioterapeut / passer for alle.

Kl. 12.00 - Håndarbeidsgruppe (fra 29.august)

Kl. 12.00 - Bridgegruppe - gjør avtaler!!

Tirsdag

Kl. 10.30 - Seniordans med egne instruktører.

Kl. 11.00 - Slektsforskning/data med veiledning

Onsdag

kl. 09.30 - Pilates for nybegynnere, starter 24. august (venteliste...)

Kl. 11.00 - Trim med instruktør/passer for alle.

Kl. 12.00 - Data (grunnleggende) med veiledning i oktober og november (kan avtale tid, max 4 stk.)

Kl. 18.00 - Ca. 2 ganger pr. mnd. møtes/avtaler en gjeng og synger litt sammen.

Torsdag

Kl. 11.00 - Stavgruppa har fast turdag med eget turprogram. Møtes ved Rødekorshuset hvis ikke annet er avtalt. Ta med mat og drikk!!

- Mandag, tirsdag og onsdag har vi en koselig liten kafè hvor det selges litt å bite i til en rimelig penge.
- Ellers har vi en del program utenom dette, og det vil til enhver tid henge oversikt på tavla vår over hva som skjer fremover.
- En stor gulv-vev og en Monica/bordvev er tilgjengelig for den som måtte ønske å sette i gang. (Henv. Ragnhild mob. 93628623)
- Du er alltid hjertelig velkommen innom på Senior`n!!