

# Träffpunkt

Mötesplatser för seniorer



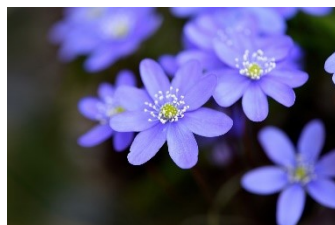
SKÖVDE



## Träffpunkt Kåpplunda Gårde

April 2024

Läs mer på [www.skovde.se/traffpunkter](http://www.skovde.se/traffpunkter)



## V.14

**Måndag**  
**1/4**

**Stängt**

**Annandag Påsk**

**Tisdag**  
**2/4**

**Stängt**

**APT**

**Sittgymnastik**, fika 20 kr

**Onsdag**  
**3/4**

10:00-10:30

11:00-11:30

14:00-15:30

**Qigong**

**Sittgymnastik**

**Önskemusik**, fika 20 kr

**Torsdag**  
**4/4**

11:00-11:30

14:00-15:30

**Balansträning**

Andakt med **Frälsningsarmén**, kyrkkaffe.

**Fredag**  
**5/4**

10:00-11:00

11:00-11:30

14:00-15:30

**Skogspromenad i alla väder**, se mer info i slutat av programmet.

Samling busshållplatsen Kävlinge park.

**Sittgymnastik**

**Boule**, fika 20 kr



# SÖDERKÅKAR

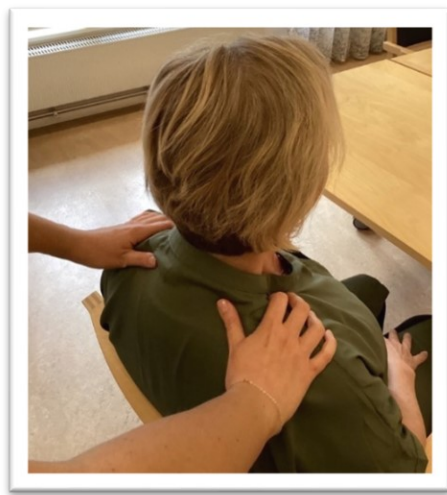
## V.15

<b>Måndag</b> <b>8/4</b>	11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Sittgymnastik</b> <b>Film: Söderkåkar</b> , avsnitt 1&2, fika 20kr
<b>Tisdag</b> <b>9/4</b>	09:00-09:45 10:00-11:30 14:00-15:30	<b>Frukost</b> , vi bjuder på kaffet <b>Högläsning</b> och reflektion kring texter med biblioteket. <b>Nutidsfrågor</b> , fika 20 kr
<b>Onsdag</b> <b>10/4</b>	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Qigong</b> <b>Sittgymnastik</b> <b>Digitala fixare, Erik och Martin</b> , på besök. Passa på att få hjälp med t.ex. mobil eller surfplatta. Fika 20 kr.
<b>Torsdag</b> <b>11/4</b>	11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Balansträning</b> <b>Information av Guldkanten</b> , de erbjuder besök för en social samvaro. Fika 20 kr
<b>Fredag</b> <b>12/4</b>	10:00-11:00 11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Skogs promenad i alla väder</b> , se mer info i slutat av programmet. Samling busshållplatsen Kävplunda park. <b>Sittgymnastik</b> <b>Nino Ferraz</b> , spelar panflöjt. Fika 20 kr.



## V.16

<b>Måndag</b> <b>15/4</b>	11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Sittgymnastik</b> <b>Film: Söderkåkar</b> , avsnitt 3&4, fika 20 kr.
<b>Tisdag</b> <b>16/4</b>	09:00-09:45 10:00-11:30 14:00-15:30	<b>Frukost</b> , vi bjuder på kaffet. <b>Högläsning</b> och reflektion kring texter med biblioteket. <b>Relax</b> , lätt axelmassage. Fika 20 kr.
<b>Onsdag</b> <b>17/4</b>	10:00-10:30 11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Qigong</b> <b>Sittgymnastik</b> <b>Nutidsfrågor</b> , fika 20 kr
<b>Torsdag</b> <b>18/4</b>	11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Balansträning</b> Andakt med <b>Svenskan kyrkan</b> , kyrkkaffe
<b>Fredag</b> <b>19/4</b>	10:00-11:00 11:00-11:30 14:00-15:30	<b>Skospromenad i alla väder</b> , se mer info i slutat av programmet. Samling busshållplatsen Kävlinge park. <b>Sittgymnastik</b> <b>Bingo</b> , brickor 10 kr/st, fika 20 kr.



## V.17

**Måndag** 11:00-11:30  
**22/4** 14:00-15:30

### **Sittgymnastik**

**Film: Söderkåkar**, avsnitt 5&6, fika 20kr

**Tisdag** 09:00-09:45  
**23/4** 10:00-11:30  
14:00-15:30

**Frukost**, vi bjuder på kaffet

**Högläsning** och reflektion kring texter med biblioteket.

**Curling**, fika 20 kr

**Onsdag** 10:00-10:30  
**24/4** 11:00-11:30  
14:00-15:30

### **Qigong**

### **Sittgymnastik**

**Nutidsfrågor**, fika 20 kr

**Torsdag** 11:00-11:30  
**25/4** 14:00-15:30

### **Balansträning**

### **Underhållning med Herr & Fru Hackspett,**

Beppe och Marita Viström. De hyllar två av de mest folkära artisterna Lill-babs och Lasse Berghagen. Fika efteråt.

**Fredag** 10:00-11:00  
**26/4**

**Skogs promenad i alla väder**, se mer info i slutat av programmet.

Samling busshållplatsen Kävlinge park

11:00-11:30

### **Sittgymnastik**

14:00-15:30

**Musikkryss**, fika 20 kr



## V.18

**Måndag**  
**29/4**

**Stängt**  
14:00-15:30

**APT**

**Sång av Samklang Väring** i restaurangen,  
fika 20kr

**Tisdag**  
**30/4**

09:00-09:45  
11:00-11:30  
14:00-15:30

**Frukost**, vi bjuder på kaffet

**Sittgymnastik**

**Firar in Valborgsmässoafton** med fika



# Skogspromenad

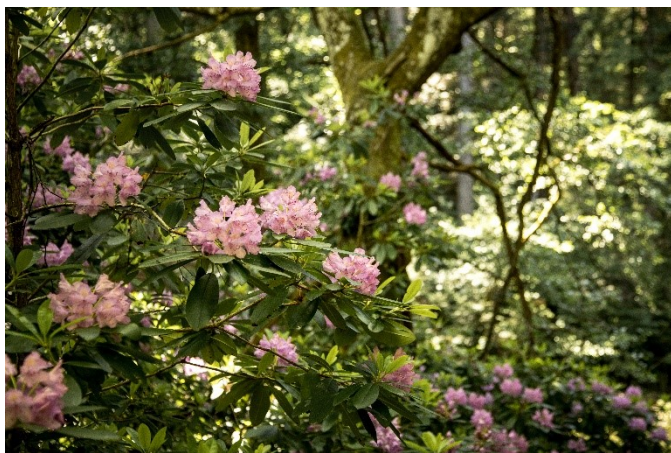
Fredagspromenad uppför strupen och  
in i den annalkande vårskogen,  
med start fredag 5:e april.

Nu när våren är i antågande möts vi upp fredag  
förmiddagar under hela april månad för en gemensam  
skogspromenad uppför strupen i sakta mak och sen in i  
skogen. Det finns gott om tid för att stanna upp och kolla  
efter vårtecken! Kanske har vitsipporna börjat blomma,  
lyssna på bäcken som porlar eller gå igenom  
Rhododendrodalen när den står i full blom.

Kläder efter väder, vi går även vid regn och blåst!  
Ingen föransmälan krävs och det är kostnadsfritt.

Tid: Fredagar 10:00-11:00

Samling vid busshållplats Käpplunda Park



Med reservation för ändringar

# Välkomna!

Träffpunkt Kåplunda Gårde  
Ekångsvågen 17  
549 40 Skövde

Vid frågor och anmålningar kontakta oss på  
telefonnummer: **0500 - 498474**



Träffpunkter i Skövde



@traffpunkterskovde