

MÖTESPLATS ODENSBORG

Program vecka 20 och 21

Öppettider: Måndag, Onsdag & Fredag 12.00-15.00

(Med reservation för ändringar)



- Måndag 11/5:**
- Kl. 12:30 Sittgympa/rörelse.
 - Kl. 13:00 Fika finns att köpa.
Hjärngympa för de som vill.
- Onsdag 13/5:**
- Kl. 13:00 Vi får besök av Östersunds Kulturskolas akademikör, som sjunger in våren för oss.
 - Kl. 13:45 Vi får besök av Magnus Zingmark, som berättar om att bo bra för ett gott liv och ett hälsosamt åldrande. Fika finns att köpa.
- Fredag 15/5:**
- Kl. 12:30 Vi spelar Kortbingo tillsammans 15 kr. (Endast kontanter till bingon).
Fika finns att köpa.
- Måndag 18/5:**
- Kl. 12:30 Quigong, med lugna rörelser, andning och fokus för bättre hälsa och balans.
 - Kl. 13:00 Fika finns att köpa.
Hjärngympa för de som vill.
- Onsdag 20/5:**
- Kl. 12:30 Promenad, vi samlas vid entrén.
 - Kl. 12:30 Vi spelar Chicago med Örjan och andra kortspel.
Fika finns att köpa.
- Fredag 22/5:**
- Kl. 12:00 Välkomna till underhållning med Lars-Håkans. Entré 50 kr. Fika finns att köpa.
Föranmälan till 076- 100 80 97.



Mötesplats Odenborg

Telefon: 076-100 80 97 | Adress: Slättervägen 11
www.ostersund.se/motesplatser

Välkommen!

