

Program

- aktiviteter för seniorer

maj



Gemenskap i Kungsör

i samarbete med Frivilligservice

I det här programmet ser du vilka aktiviteter som anordnas för seniorer på Mötesplats Tallåsgården.



Följ oss på Facebook
”Gemenskap i Kungsör”

1



Kungsör

Välkommen i gemenskapen

MÅNDAGSTRÄFFEN

Varje måndag kl. 13.30-15.30

Vi börjar med balansgympa
kl. 13.30- ca 13.55

Varje måndag har sedan en
programpunkt som börjar kl. 14.00

Stängt 1 och 9 maj

Programpunkter i maj

6 maj Promenadbingo i trädgården

13 maj All Digital Weeks. Vi ser på
avsnitt ur Seniorsurfarskolan från UR
Play och har en frågesport om den
digitala världen

20 maj Vi spelar upp önskelåtar i
trädgården

27 maj Kungsörs frimärksklubb
presenterar sin verksamhet och visar
exempel på vykort och frimärken. Ta
gärna med gamla vykort, frimärken och
mynt och se om de har något värde!



Välkommen i gemenskapen

Tips i juni!

Kan du hantera en brandfilt och brandsläckare?

Välkommen att prova på släckning, tillsammans med Andreas Rudin, instruktör från Räddningstjänsten Mälardalen.

Pensionärer och personal från Kungsörs hemtjänst får chansen att prova tillsammans!

Plats: Utanför Mistelns trygghetsboende, Kinnekullevägen 7

Tid: Måndag 3 juni. Två olika pass: kl. 10-11.30 samt kl. 14-15.30

Anmälan: senast 27 maj till aktivitetssamordnare Anna 0227-600 185 eller gemenskap@kungsor.se

Begränsat antal platser (20 per pass), först till kvarn!

Kom i bekväma, oömma kläder du inte är rädd om.

Du får gärna vara med och bara titta på om du inte vill prova att släcka själv.

.....

TISDAGSPINGIS

Drop in varje tisdag kl. 9.00-11.00

Bordtennisklubben Kungsör har lånat ut ett pingisbord. Kom och se om det finns fler spelsugna!
Ingen anmälan.



.....

Onsdag 15 maj kl. 14.00-15.15

Kyrkan kommer med andakt, fika och underhållning av Köpings dragspelsklubb.

Välkommen i gemenskapen

TORSDAGSTRÄFFEN

Torsdag 2 maj kl. 14.00-15.30

Bingo. 10 kr för tre spel, pengarna går till vinstpottarna!

.....

TORSDAGSTRÄFFEN OBS på biblioteket "All digital weeks"

Torsdag 16 maj kl. 14.00-15.30

Vi ses på biblioteket där 17-årige

Gustav Thenander som driver företaget

Bedrägeriboten UF presenterar sin bok

"Säker i en digital värld- ditt försvar mot bedrägerier".

Han skrev boken efter att hans morfar fick Alzheimer och blev mer sårbar.

Lär dig identifiera de sju vanligaste bedrägerityperna och få de verktyg du behöver för att stärka din cybersäkerhet.

• A L L • • • • •
• D I G I T A L •
• **Weeks** • • • • •
Öka din digitala kompetens



Välkommen i gemenskapen

TORSDAGSTRÄFFEN

Torsdag 23 maj kl. 14.00-15.30

Trubadur Kjell Huldt spelar visor, schlagers från 40-tal till 70-tal, pop, country mm.



TORSDAGSTRÄFFEN

Torsdag 30 maj kl. 14.00-15.30

Tipspromenad med start och mål i Tallåsgårdens trädgård.



Fikasugen? På Mötesplats Tallåsgården finns det god fika att köpa på Konferens och Servicegruppens café.



Välkommen i gemenskapen

SY-AKUTEN

Sy-akuten kan kostnadsfritt hjälpa dig som är pensionär med små ändringar av kläder och annan enklare "sy service". Du lämnar in dina rena kläder samma tid som sy-akuten är här

Var: Tallåsgårdens mötesplats

Tisdag den 7/5

OBS tiden 10.00- 13.00

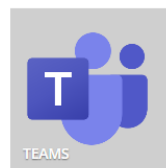


DIGITALA AKTIVITETER

**Om du inte kan komma till oss
kan du vara med på digitala träffar hemifrån**

Vi erbjuder digitala aktiviteter via ett digitalt mötesverktyg som heter Teams. Du behöver ha följande för att kunna delta:

- Dator, surfplatta eller smartphone
- Internetuppkoppling
- E-postadress



Kontakta aktivitetssamordnarna för mer information, anmälan och/eller hjälp. Kontaktuppgifter finns på baksidan av foldern.

Välkommen i gemenskapen

SYN- och HÖRSELSERVICE

Det här kan du få hjälp med

Kommunens syn- och hörselinstruktör ger tips, råd och visar hur eventuella hjälpmedel du fått används.

Hjälp för dig med synnedsättning

Du kan få:

- hjälp att komma i gång att använda hjälpmedel
- tips och råd om belysning hemma
- hjälp att beställa talböcker från biblioteket
- ledsagning vid exempelvis ett läkarbesök (särskild avgift)



Hjälp för dig med hörselnedsättning

Du kan få:

- hjälp att komma i gång att använda hjälpmedel
- hjälp med rengöring av, och slang- och batteribyte på hörapparat
- viss felsökning om hörapparaten inte fungerar.

Då nuvarande syn- och hörselinstruktör går i pension under våren så blir det en period tills vår nya aktivitetssamordnare är utbildad och klar att ta över. Vi ser över möjligheter för alternativ lösning tills vi är redo igen.



Välkommen i gemenskapen

Du som pensionär är välkommen att delta i olika aktiviteter eller bara vara i en härlig gemenskap. Att besöka oss är gratis och vi erbjuder fika för självkostnadspris. Vi lägger fortlöpande ut kommande program på Facebooksidan "Gemenskap i Kungsör".

Gemenskap i Kungsör

Vi ordnar aktiviteter för och tillsammans med dig som är pensionär i Kungsörs kommun, i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Frivilligservice

Frivilligservice är ideellt arbetande pensionärer som hjälper andra äldre. Vill du veta mera vad de kan hjälpa till med, ring aktivitetssamordnarna.

Är du pensionär och vill hjälpa andra äldre?

Det är en fin gemenskap och du väljer själv vilka och hur många uppdrag du vill göra samt hur ofta. Välkommen att kontakta aktivitetssamordnarna, så får du veta mer.

Aktivitetssamordnare

Anna och Göran 0227-600 185, gemenskap@kungsor.se



- Vi ses på Mötesplats Tallåsgården, Tornvägen 7 i Kungsör.
Öppet helgfria vardagar kl. 8.00-15.30