



ÖPPETTIDER

MÅNDAG-TORSDAG 09:00-15:30

FREDAG 09:00-14:30

# Vikingagårdens seniorträff

## Veckoprogram VT-24

2024-01-02 -2024-06-20

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
9:30 – 10.00 Social samvaro Fika finns	9:30 – 10.00 Social samvaro Fika finns	9:30– 10.00 Social samvaro Fika finns	9:00 – 10:00 Social samvaro Fika finns	9.00 – 10.00 Social samvaro Fika finns
10:15 – 11:30 Promenad	10:15 – 11:30 Promenad * Herrträff **Softdans	10.15 – 11.30 Promenad	10.15– 10.30 Sittgympa **Softdans	10.15– 11.30 Promenad
11:45-12:45 Gemensam lunch	11:45-12:45 Gemensam lunch	11:45-12:45 Gemensam lunch	12.15 – 13:15 Gemensam lunch	11:45-12:45 Gemensam lunch
13.00 – 15.30 Sällskapsspel med fika	13.00 – 15.30 Sällskapsspel med fika	13:00-14:00 Sällskapsspel med fika 14:00-15:30 Soft gymnastik	13.00 – 14:00 Sällskapsspel med fika 14:00-15:30 Bingo med fika	13:00– 14.30 Sällskapsspel med fika

Se mer info på nästa sida, med reservation för ändringar

**INFORMATION**

**Öppettider:** Måndag – Torsdag 9.00 – 15.30, Fredag 9.00 – 14.30

Helger och röda dagar är seniorträffen stängd.

**Ändrade öppettider:** 9:00-12:00 6 maj och 17 juni

**Adress:** Vikingavägen 15 Huddinge. Porttelefon: Sök Vikingagården

**Telefon:** 08-535 308 99

**E-post:** [vikingagardenseniortraff@huddinge.se](mailto:vikingagardenseniortraff@huddinge.se)

**Anmälan och frågor:**

Anmälan till socialsamvaro med fika, bingo, promenad eller någon annan aktivitet önskas anmälan senast dagen innan till personal.

**AKTIVITETSBEKRIVNINGAR:**

**Fika** - Du är alltid välkommen på fika som serveras till självkostnadspris.

I dagsläget kostar kaffe med kaka 15 kronor, endast kaffe med påtår kostar 10 kr betalas kontant.

**Bingo** – bingo kostar 30 kr / per spel betalas kontant

**Gemensam lunch** – måndag och fredag äter vi på seniorträffen medtag egen

mat. Tisdag onsdag och torsdag äter vi på Huddinge Gymnasiet

Kostnad 50 kr för varmrätt, smör och bröd, dryck och sallad.

Huddinge gymnasiets kafeteria säljer kuponger som betalas med Swish

Man kan tyvärr inte ta med sig matlåda. Under lov och studiedagar är

skolmatsalen stängd. Mer information finns att läsa på [Skollunch för seniorer \(huddinge.se\)](http://Skollunch%20f%C3%B6r%20seniorer%20(huddinge.se))

**\*Herrträffar** – vi träffas och samtalar om förutbestämda teman som önskas 9/4, 21/5 och 18/6 klockan 10:30-12:00

**Vita käppen** -Föreläsning "Hur lever synskadade idag i Sverige?" av Avtandil Zhgenti del 1 16/4 klockan 10:00-11:30 och del 2 30/4 klockan 10:00-11:30

**Tema på dokumentärer och fakta anordnas av Avtandil Zhgenti 7/5 klockan 10:30 -12:00**

**Tema jazz och swing** anordnas av Avtandil Zhgenti 23/4 klockan 10:30 -12:00

**Tema Rat-pack anordnas av Avtandil Zhgenti 28/5 klockan 12:00-15:00**

**\*\*Softdans** – en lekfull form av danskoreografi med Liana danspedagog 18/4, 14/5 och 11/6 klockan 10:30-11:30.

Kan man inte vara med på Soft dans tar vi en gemensam promenad

**Soft gymnastik**- vi gör lättare övningar

**Sällskapsspel** – vi spelar olika sällskapsspel och anordnar utomhusspel / boule om vädret tillåter.

**Promenad** – vi promenerar tillsammans i lagom takt.

**ÖVRIGA AKTIVITETER:**

se evenemangskalendern, <https://www.huddinge.se/pa-gang>