

# Mötesplatser för seniorer

Mötesplats Dalsjöfors  
Tel: 033-358996  
Mejl: motesplatsdalsjofors@boras.se

Schemat gäller från 03 apr-16 juni  
V 17 24-28 april separat schema för Seniorhälsoveckan

## Måndag

- 10.00 **Gympa** - sittande eller stående – Dalsjövägen 25 Dalsjöfors  
10.00 **Teknik drop-in-** Dalsjöfors bibliotek Stationsvägen 2 Dalsjöfors (sista gången 29 maj) 17 apr provar vi VR-glasögon  
14.00 **Pingis och minigolf** - Dalsjövägen 25 Dalsjöfors  
14.00 **Promenad (kort max 2 km)-** Dalsjövägen 25 Dalsjöfors

## Tisdag

- 10.00 **Yoga**- sittande- Dalsjövägen 25 Dalsjöfors  
10.00 **Yoga** - sittande eller stående-Café 9:an Stora vägen 9 Gånghester  
13.00 **Kulturstund** – olika aktiviteter varje gång -Dalsjövägen 25 Dalsjöfors (ojämn vecka)  
14.00 **Drop-in café med quiz** (jämn vecka)

## Onsdag

- 10.00 **Gympa** - sittande eller stående Äspereds IF klubbstugan  
10.00 **Cirkelträning** - Dalsjövägen 25 Dalsjöfors  
14.00 **Sällskapsspel** -Dalsjövägen 25 Dalsjöfors (leds av seniorer)

## Torsdag

- 09.00 **Påskfrukost-** Dalsjövägen 25 Dalsjöfors (6 april föränmälan)  
09.00 **Cykling-** Dalsjövägen 25 Dalsjöfors (jämn vecka start 4 maj)  
10.00 **Gå, lufsa, löp-** Boråsvägen Vacatio Banvallen Dalsjöfors (ojämn vecka start 11 maj föränmälan)  
10.00 **Blomsterstund**– olika aktiviteter varje gång -Dalsjövägen 25 Dalsjöfors (start 04 maj)  
10.00 **Mobil och surfplatteträff** – Café 9:an Gånghester ( 13 april & 20 april)  
14.00 **Canasta-** Dalsjövägen 25 Dalsjöfors  
14.00 **Digital bowling-** Dalsjövägen 25 Dalsjöfors

## Fredag

- 09.00 **Frukost-** Dalsjövägen 25 Dalsjöfors (ojämn vecka, föränmälan)  
09.30 **Promenad med aktivitet** -Dannike IK, Dannike (jämn vecka tag med eget fika)

**Vill du starta eller leda en aktivitet kontakta oss på mötesplatsen**

Med reservation för ändringar på grund av väder, sjukdom med mera.

**Följ oss på Facebook och YouTube:  
Mötesplatser för seniorer i Borås Stad**



**You Tube**



**BORÅS STAD**

boras.se/senior

