

Välkommen till Träffpunkten Gula Villan

Program för oktober



ANEBY
KOMMUN



Studieförbundet
Vuxenskolan

Onsdag 1/10 kl 13.30

Gula villans onsdagsträffar

Huskurer - gamla knep för hälsa och välmående

Förr i tiden fanns det inte alltid läkemedel, utan man använde naturen och vardagens resurser. Vad fungerade och vad var placebo? Jag vill gärna höra om ni har några huskurer och så ska ni få smaka på en av mina favoriter

Torsdag 2/10 kl 14.00

Torsdagscafé som arrangeras av frivilliga

Bingo

Fredag 3/10 kl 13.30

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar



Måndag 6/10 kl 10.00

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar

Tisdag 7/10 kl 10.00

Gula villans damträffar

Jaktsäsongen drar igång! Vi tar del av varandras erfarenheter kring jakt. Vilka djur som är lovliga att jaga och vad man kan göra av köttet

Tisdag 7/10 kl 13.30

Gula villans gubbaträffar

Jaktsäsongen drar igång! Vi tar del av varandras erfarenheter kring jakt. Vilka djur som är lovliga att jaga och vad man kan göra av köttet



Onsdag 8/10 kl 13.30

Gula villans onsdagsträffar

Existentiell hälsa – diskussions- och samtalsträff

Den existentiella hälsan handlar om hur du tänker, känner och handlar i ditt liv. God existentiell hälsa ger dig en buffert som gör det lättare att möta svårigheter, mod att anta utmaningar och större möjlighet att ta vara på livets glädjeämnen

Torsdag 9/10 kl 14.00

Torsdagscafé som arrangeras av frivilliga

SPF-kören. Servering av våfflor

Fredag 10/10 kl 13.30

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar

Måndag 13/10 kl 10.00

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar



Tisdag 14/10 kl 10.00

Gula villans damträffar

Hänger du med? Hjälp ditt lag att komma på så många ord som möjligt inom ett visst tema.

Social gemenskap med Lisbeth

Tisdag 14/10 kl 13.30

Gula villans gubbaträffar

Hänger du med? Hjälp ditt lag att komma på så många ord som möjligt inom ett visst tema.

Social gemenskap med Lisbeth



Onsdag 15/10 kl 13.30

Gula villans onsdagsträffar

Våra älskade husdjur och dess betydelse för människors hälsa.

Djur bidrar positivt till människors fysiska och psykiska hälsa genom att minska stress, sänka blodtryck och ångest, samt öka känslor av trygghet och välbefinnande. Idag samtalar vi om djur

Torsdag 16/10 kl 14.00

Torsdagscafé som arrangeras av frivilliga

Allsång med Yvonne Jarl

Fredag 17/10 kl 13.30

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar

Måndag 20/10 kl 10.00

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar

Tisdag 21/10 kl 10.00

Gula villans damträffar

Nya ledaren Olivia Klahr meddelar tema gången innan

Tisdag 21/10 kl 13.30

Gula villans gubbaträffar

Nya ledaren Olivia Klahr meddelar tema gången innan



Onsdag 22/10 kl 13.30

Gula villans onsdagsträffar

Osynliga krafter i action!

Dessa kan både kramas och knuffas. En eftermiddag i vetenskapens värld där vi på ett lekfullt sätt ska utforska ämnet

Torsdag 23/10 kl 14.00

Torsdagscafé som arrangeras av frivilliga

Natur och miljö med Mattias Larsson

Fredag 24/10 kl 13.30

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar

Måndag 27/10 kl 10.00

Friskvård med social gemenskap

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik. Var och en deltar utifrån sina förutsättningar

Tisdag 28/10 kl 10.00

Gula villans damträffar

Tidslinjen. Hjälp ditt lag placera olika händelser i rätt ordning.
Social gemenskap med Lisbeth

Tisdag 28/10 kl 13.30

Gula villans gubbaträffar

Tidslinjen. Hjälp ditt lag placera olika händelser i rätt ordning.
Social gemenskap med Lisbeth

Onsdag 29/10 kl 13.30

Gula villans onsdagsträffar

Halloweenpyssel. Vi samtalar om bus eller godis samtidigt som vi skapar enklare halloweenpyssel

Torsdag 30/10 kl 14.00

**Torsdagscafé som arrangeras av frivilliga
PRO-kören**



Träffpunkten Gula Villan

**Vi vänder oss till seniorer i
Aneby Kommun.**

**I första hand är det en förebyggande
verksamhet, för att stimulera till boende
i hemmiljö.**

**Verksamheten utförs av frivilliga och
Studieförbundet Vuxenskolan.**

Har ni några frågor kring programmet kontakta:

Gunilla Rehn 072-071 56 91

gunilla.rehn@sv.se

Madeleine Svärd 076-145 85 95

madeleine.svard@sv.se



**ANEBY
KOMMUN**



**Studieförbundet
Vuxenskolan**