

# Antuna

Program för november



ANEBY  
KOMMUN



Studieförbundet  
Vuxenskolan



**Fredagen den 1/11 kl 10.00**

**Antunas fredagsträffar**

Allahelgonadagen - Sverige firas högtiden genom att tända ljus på gravarna, en tradition som etablerades först efter andra världskriget. Vi minns och samtalar

**Lördagen den 2/11 kl 11.00**

**Antuna**

Gudstjänst med Allianskyrkan



**Måndagen den 4/11 kl 14.00**

**Antunas måndagsträffar**

Rollatorn uppfanns av Aina Wifalk 1978. Sverige är det rollatortätaste landet i världen, men det var också här det rullande hjälpmedlet uppfanns för över 40 år sedan. Vad har rollatorn betytt för dig?

**Tisdagen den 5/11 kl 11.00**

**Antuna**

Vardagssamling med Svenska kyrkan



**Onsdagen den 6/11 10.00**

**Friskvård med social gemenskap**

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik



## **Torsdagen den 7/11**

Sång, musik och aktuella teman

**9.30** Syrenen

**9.45** Linnean

**10.15** Violen

**10.30** Rönnen

**11.00** Kortids

**11.15** Rosenborg A

**12.00** Rosenborg B

**14.00** Prästkragen

**14.45** Liljan



**Fredagen den 8/11 kl 10.00**

**Antunas fredagsträffar**

Rörelsebingo - Mellan varje dragning gör vi lätta kroppsrörelser där alla kan vara med

**Lördagen den 9/11 kl 11.00**

**Antuna**

Nattvardsgudstjänst med Svenska kyrkan



**Måndagen den 11/11 kl 14.00**

**Antunas måndagsträffar**

Tänker du på vad du stoppar i dig? Tittar du på innehållsförteckningen? Vi samtalar om ultraprocessad mat och E-nummer. Hur det var förr och hur det ser ut idag?

**Tisdagen den 12/11 kl 15.00**

**Rosenborg A**

Samling med Svenska kyrkan

**Rosenborg B**

Samling med Allianskyrkan

**Onsdagen den 13/11 10.00**

**Friskvård med social gemenskap**

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik.



## **Torsdagen den 14/11**

Sång, musik och aktuella teman

**9.30** Syrenen

**9.45** Linnean

**10.15** Violen

**10.30** Rönnen

**11.00** Kortids

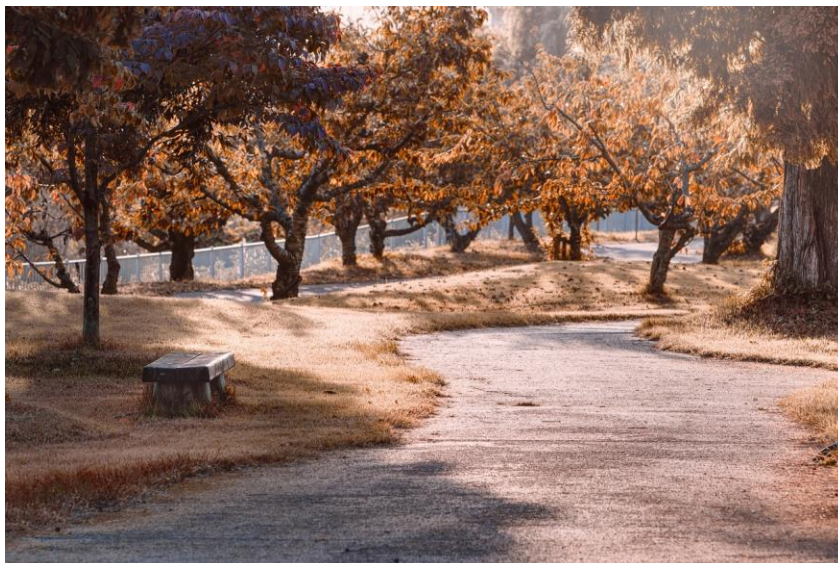
**11.15** Rosenborg A

**12.00** Rosenborg B

**14.00** Prästkragen

**14.45** Liljan





**Fredagen den 15/11 kl 10.00**

**Antunas fredagsträffar**

**Frågesport** - Att hålla hjärnan i trim är både roligt och viktigt, vi testar vår kunskap i olika ämnen. Vi avslutar dagens träff med sång, musik och önskelåtar

**Lördagen den 16/11 kl 11.00**

**Antuna**

Gudstjänst med Bredestad Baptistkyrka

**Måndagen den 18/11 kl 14.00**

**Antunas måndagsträffar**

Var det bättre förr? Vi minns och diskuterar hur livet har varit. Till exempel hur vi bodde, familj, skola, fritid och yrkesliv. Vad har förändrats och var det bättre förr?



**Onsdagen den 20/11 10.00**

**Friskvård med social gemenskap**

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik



## **Torsdagen den 21/11**

Sång, musik och aktuella teman

**9.30** Syrenen

**9.45** Linnean

**10.15** Violen

**10.30** Rönnen

**11.00** Kortids

**11.15** Rosenborg A

**12.00** Rosenborg B

**14.00** Prästkragen

**14.45** Liljan



**Fredagen den 22/11 kl 10.00**

**Antunas fredagsträffar**

Fredagskul – Idag ska vi på ett lekfullt sätt aktivera både kroppen och hjärnan med roliga lekar

**Lördagen den 23/11 kl 11.00**

**Antuna**

Gudstjänst med Svenska kyrkan



**Måndagen den 25/11 kl 14.00**

**Antunas måndagsträffar**

Vi pratar om 80-talet. Vad var bäst? Vad var sämst?

Vad minns du från 80-talet?

**Tisdagen den 26/11 kl 15.00**

**Rosenborg A**

Samling med Frikyrkorna Frinnaryd & Sunhultsbrunn

**Rosenborg B**

Samling med Svenska kyrkan

**Onsdagen den 27/11 10.00**

**Friskvård med social gemenskap**

Tillsammans genomför vi stärkande och energigivande rörelser till härlig musik



## **Torsdagen den 28/11**

Sång, musik och aktuella teman

**9.30** Syrenen

**9.45** Linnean

**10.15** Violen

**10.30** Rönnen

**11.00** Kortids

**11.15** Rosenborg A

**12.00** Rosenborg B

**14.00** Prästkragen

**14.45** Liljan



**Fredagen den 29/11 kl 10.00**

**Antunas fredagsträffar**

**Rörelsebingo** – Mellan varje dragning gör vi lätta kroppsövelser där alla kan vara med. Vi avslutar dagen med nutidsfrågor och önskelåtar

**Lördagen den 30/11 kl 11.00**

**Antuna**

Gudstjänst med Frikyrkorna Frinnaryd & Sunhultsbrunn

**Har ni några frågor och funderingar gällande aktiviteter på Antuna så kontakta gärna:**

**Gunilla Rehn: 072-071 56 91**  
**Madeleine Svärd: 076-145 85 95**



**ANEBY  
KOMMUN**



**Studieförbundet  
Vuxenskolan**