



Frivilligverksamhetens sommарprogram

Frivilligverksamhetens sommaraktiviteter är riktade till dig som är över 70 år. Alla aktiviteter sker utomhus med coronasäkra avstånd.

1/7	Konsert	Träffpunkten	10.30-11.30	Kulturskolans elever spelar. Kostnadsfritt.
1/7	Allsång	Smedjan, Björnlunda	14-15	Anmälan till 0709468506 eller spf.gnestabygden@outlook.com Inträde 20:- inkl. fika
2/7	Allsång	Powerhuset	14-15	Anmälan till 0709468506 eller spf.gnestabygden@outlook.com Inträde 20:- inkl. fika
3/7	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.
7/7	Sittgymnastik	Träffpunkten	14-15	Ta med vattenflaska. Kostnadsfritt.
10/7	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.
15/7	Allsång	Stjärnhov, Gryts hembygdsgård	14-15	Anmälan till 0707544333 eller inger.k.evensen@telia.com. Inträde 20:- inkl. fika
16/7	Allsång	Powerhuset	14-15	Anmälan till 0707544333 eller inger.k.evensen@telia.com. Inträde 20:- inkl. fika
21/7	Sittgymnastik	Träffpunkten	14-15	Ta med vattenflaska. Kostnadsfritt.
24/7	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.
28/7	Sittgymnastik	Träffpunkten	14-15	Ta med vattenflaska. Kostnadsfritt.
31/7	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.
4/8	Sittgymnastik	Träffpunkten	14-15	Ta med vattenflaska. Kostnadsfritt.
7/8	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.
11/8	Sittgymnastik	Träffpunkten	14-15	Ta med vattenflaska. Kostnadsfritt.
14/8	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.
18/8	Sittgymnastik	Träffpunkten	14-15	Ta med vattenflaska. Kostnadsfritt.
21/8	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.
20/8	MediYoga	Powerhuset	10.30-11.30	Mediyoga utförs sittande på stol eller matta. Anmälan till anu.nasman@gnesta.se eller 0158-275 113. Kostnadsfritt.
25/8	Sittgymnastik	Träffpunkten	14-15	Ta med vattenflaska. Kostnadsfritt.
28/8	Sommarfika	Träffpunkten	14-15	Kostnadsfritt.

Arrangör: Frivilligverksamheten i Gnesta kommun

Kontakt: via Servicecenter 0158 -275 000