

Mötesplats Brygghörnan

Gemenskap · Aktivitet · Kunskap

Januari

Gemenskap

Onsdagscafé på Brygghörnan!

Klockan 14.00–16.00

Smörblomman anordnar fika till självkostnadspris.

- Onsdagen den 11 januari
Musikquiz till kaffet. SPF ansvarar.
- Onsdagen den 18 januari
Mingel, gemenskap och fika.
- Onsdag 25 januari klockan 14.00
Förevisning av blodtrycksapparaten.
Mingel, gemenskap och fika.
Klockan 15.00 Temaföreläsning.

Aktivitet

Gymmet är öppet för alla seniorer och alla inom anhörigstödet på torsdagar klockan 8.00–12.00.

Måndagsgympan startar den 9 januari klockan 10.00.

På tisdagar och onsdagar är Du välkommen med på Brygghörnans sittgympa Tid: Klockan 13.30–14.15
Vid frågor kontakta rehabassistent Christina Karlsson telefon: 076-768 48 23

Nyheter på Brygghörnan!

Ny tisdagsgympagrupp startar tisdagen den 10 januari klockan 10.00.

Sjukgymnast på gymmet första **torsdagen** i varje månad för tips och råd om träning.
Tid: klockan 10.30–11.30
Nästa tillfälle: torsdagen den 2 februari.

Gratis föreläsningar

Våra föreläsningar är gratis, fika finns att köpa till självkostnadspris.

Har du frågor kontakta oss på Brygghörnan.

Telefon: 0382-154 83, 070-273 90 93
Västra Järnvägsgatan 11A, Sävsjö

www.savsjo.se/brygghornan

Kunskap

Temaföreläsning fjärde onsdagen i varje månad på Brygghörnans onsdagscafé klockan 15.00.

Vårdcentralen Bra Liv eller Vrigstad Läkarmottagning ansvarar.

– Onsdagen 25 januari klockan 15.00
Tema: Blodtryck. Hur står det till med blodtrycket? Orsaker, utredning och behandling vid högt blodtryck.
Föreläsare: Ioan David läkare Sävsjö vårdcentral.

Nytt år nya möjligheter!

Välkommen!