



Rioträffen

Sandhamngatan 4

Kostnadsfria aktiviteter för seniorer

Vänligen avstå från att besöka oss vid minsta sjukdomssymptom

Mars 2023

Måndagar

10.00	Schack-kurs, öppningar
10.15	Balans & styrka, coach Dolores
11.00	Pingis
Nytt! 11.00	Mahjong
12.00	Bridge
12.00	Dator och laptophjälp. Drop in, coach Eric
13.00	Måla i olja och akryl. Tag med eget material

Tisdagar

10.00	Digitalt stöd, sandhamngatan 8
10.15	Sittgymnastik
Nytt! 11.00	Cykelgänget med hjälm, coach Ylva
11.00	Stavgångsvandring i naturen med Elba
11.00	Qigong med Laila, inomhus
12.00	Italienska studiegruppen
13.00	Träffa vår bibliotekarie Nadja
13.00	Virk-och stick-kafé, tag med eget material
13.00	Boule. Coach Folke
13.00	Digitalt stöd, sandhamngatan 8
Nytt! 17.00	Golden Ladies välkomnar HBT-KVINNOR på fika

Onsdagar

09.30	Tävlingsbridge Rio, föränmälan. Coach: Ola
10.00	Schack och andra spel
13.00	Bingo
13.00	Mahjong
14.00	Italienska, föränmälan. Lärare: Irina och Björn

Torsdagar

09.45	Sittgymnastik
Nytt! 10.00	Släktforskning start 16 mars, fortsättning 30 mars med coach Ulf Berggren
12.00	Bridge. Coach Tommy
12.15	Zumba med Sture
13.30	Regnbågen, ojämna veckor. Föränmälan, samtalsledare Anders Niska
Nytt! 13.30	Pingis, jämna veckor

Fredagar

10.00	Schack och andra spel
10.00	Målargrupp, tag med eget material
10.15	Balans & styrka. Coach Dolores
11.00	Pingis
13.00	Hembakat av bagerskan Yin

Kafé mån - fre kl. 9.30–15.00

Matiga smörgåsar & hembakat till självkostnadspris

Vi reserverar oss för eventuella tryckfel och ändringar

Oscars församling Gudstjänst

Torsdag 2 och 23 mars klockan 14.00

Mäns hälsa, Christian Abi-khalil

Specialist i allmänmedicin. Fredag 3 mars klockan 13.30

Deckarklubben med Carl Manros

Tisdag 7 mars klockan 11.00–13.00

Minns du den här låten?

Musik från olika tider. Eva och Jurgen. Tisdag 7 mars klockan 14.00

Astrid Lindgren

Om Astrids liv och vad som påverkat henne
Föreläsare Karin Heinig. Fredag 10 mars klockan 13.30

Taube och hans musik nummer 1

Per Haukaas. Tisdag 14 mars klockan 13.30

Kom och börja med din släktforskning

Ulf Berggren informerar. Torsdag 16 mars klockan 10.00

Japanska kören sjunger för oss

Fredag den 17 mars klockan 13.30

Musikquiz med Elisabeth Peterson

Tema Eurovision. Måndag 20 mars klockan 14.00

Tommy LöbelSwing band

Fredag 24 mars klockan 13.30

Syn-och hörselinstruktör

EvalenaAndersson –Drop in. Onsdag 29 mars klockan 11.00–12.00

Våfflor

Fredag 31 mars klockan 12.00–15.00

Seniorshopen

Våren och sommarens modekläder för damer & herrar. Fredag 31 mars klockan 12.00–16.00

Kom och umgås på finska

Fredag 31 mars klockan 13.00

Kom och läs dagstidningar DN, SvD och Svensk Damtidning.

Vi tillhandahåller dator och symaskin. Vill du ha hjälp med att sy och laga? Dolores hjälper till.

Klipp håret hos frisör Nahid.
Boka tid 08 508 104 22

Lilla galleriet med målningar av Nahid Farahani.



Stockholms
stad

Östermalms stadsdelsförvaltning
Rioträffen. Sandhamngatan 4.

Öppet mån–fre 09.30–15.30
Telefon: 08 508 104 22
start.stockholm