

Café Vikenhörnan

Konduktörsgatan 17-19

November

KBAB
KARLSTADS BOSTADS AB



Café Vikenhörnan

Onsdagar kl. 13.30

Pris 10 kr (vid bingo, 20 kr)

1 nov Café kladdkaka

8 nov Amerikansk bingo

15 nov Café Afternoon tea. Pris: 20 kr

22 nov Café Wienerbröd

29 nov Lunch i Vikenhörnan.

OBS! Kl 12.00. Anmälan till trygghetsvårdarna senast 27 nov. Pris: 70 kr

Vikengubbarna

Måndagar kl 15.00, jämna veckor

Välkommen alla herrar och träffas i vår cafélokal. Var och en tar med sig fika, kaffe finns att köpa för 5kr/person. Vid frågor kontakta trygghetsvårdarna.

Inomhusboule

Tisdagar kl. 10.30

Plats: Konduktörsgatan 9-11

Kom och spela inomhusboule med dina grannar och trygghetsvårdarna.

Vi avslutar med fika efteråt, Pris:10kr



Filmvisning

Tisdag den 7 nov kl. 14.00

Matsalen på Resurscentrum Rosenbad
Pris: 30 kr för film, dryck och snacks.

"En dag kommer allt det här bli ditt"

Framgångsrika tecknaren Lisa och hennes syskon samlas på sina föräldrars gård för första gången på över tio år. Föräldrarna vill att bara en av dem ska ärva skogen, som har varit i familjens ägo i generationer."

Obs! Anmälan till trygghetsvårdarna senast 6 nov.

Mini spa

Tisdag den 14 nov, kl 17.00

Pris: 50 kr

Sitt inte hemma och frys utan kom till Vikenhörnan och mys! Vi kommer ha en mysig eftermiddag med levande ljus, enklare massage, lätt manikyr, fotbad, varma vetekuddar, ansiktsmasker, lugn musik och lättare tilltugg.



Lunch i Vikenhörnan

Onsdagen den 29 nov, kl. 12.00

Pris: 70 kr

Kom och ät lunch med dina grannar! Denna dag serveras det pannbiff, mos, grönsaker, knäckebröd, smör, dryck, kaffe och kaka på maten.

Anmälan till trygghetsvårdarna senast den 27 nov.

Motionscykel

Plats: Biblioteket, Konduktörsgatan 9-11

Välkommen att träna på vår motionscykel som finns i biblioteket. Öppettider samma som biblioteket.

Vid frågor eller om du vill cykla övriga tider kontakta någon av trygghetsvårdarna.

Cirklartränning

Torsdagar Kl. 13.30

Plats: Biblioteket (Konduktörsg. 9-11)

Kom och prova på cirklartränning hos oss. En grupptränning med fokus på styrka, rörlighet och balans. Du jobbar i stationer och utifrån din egen förmåga där alla kan vara med!

Biblioteket

Konduktörsgatan 9-11

Öppettider: mån-tors 08.00-14.00

Välkommen in att låna böcker och tidskrifter samt spana in vårt visnings-skåp som är fyllt med smarta produkter. Ett samarbete med Visningsmiljö på Resurscentrum. **Månadens Tema: Städ & tvätt**

Vid frågor och anmälan, ring: Mattias 054-540 59 20 eller Maria 054-540 75 29.

Karlstads bostad AB kbab.se

Trygghetsboendet är ett samarbete mellan KBAB och vård- och omsorgsförvaltningen.

