



Café Koppen

Tisdagar kl. 13.30–15.00
Pris 10 kr

6 februari - Morotskaka.

13 februari - Fettisdagen (vi äter semlor och firar alla hjärtans dag).♥

20 februari - Räkmacka Pris: 30kr.

27 februari - Musikquiz med Eva och Hasse.

Gympa

Måndagar
kl. 10.00–10.30

Vi följer ett enklare program med rörelseövningar med syfte att mjuka upp kroppen och även stärka muskulaturen. Var och en gör efter sin förmåga och du behöver inte ha några speciella träningskläder.

Nu har vi fått en motionscykel, kontakta oss om du vill komma och låna den på Café Koppen.

Boule

Måndagar
kl. 10.45–11.45

Prova på att spela boule, nybörjare eller proffs. Inga förkunskaper krävs och vi kör med enkla regler där alla kan vara med. Vi är inomhus på Café Koppen. Välkommen!

Promenadgrupp

Onsdagar kl. 13.30,
Om vädret tillåter

Promenadgruppen byter dag till onsdagar kl 13.30. Vi tar en gemensam promenad och avslutar med en fika på Koppen. Vi träffas utanför cafét.

Öppet hus

Fredagar kl. 10.00–12.00
Vi bjuder på kaffe!

På fredagar har vi öppet hus på Café Koppen. Då står lokalen öppen för att umgås, låna böcker eller fika.



Tjejkväll

Onsdag 21 februari kl. 17.00
Pris 50 kr

Vi äter kallskuret och potatissallad. Efteråt fikar vi med något sött till kaffet.

Anmäl dig till trygghetsvärdarna senast 19 februari.

Nu är vi kontantfria!

Nu är vi kontantfria, men vi tar swish och kortbetalning. Vi hjälper dig om du är osäker.