

# *K*AFÉ- OG AKTIVITETSTILBUD FOR SENIORER I KLÆBU



Våren 2018



Klæbu  
kommune

**Målgruppe:** Alle hjemmeboende seniorer og eldre som ønsker å ha en aktiv og sosial hverdag. Fokus på trivsel, mestring og å opprettholde et bra funksjonsnivå.

Tilbudet er også tilrettelagt for personer med demens.

**Hvor:** Kulturhuset, 2.etg

**Når:** Mandag-torsdag kl.10.00-14.00



### **Mandager:**

Kl. 10.00-14.00 «Stikk innom-kafé»

Sosialt samvær og mulighet for å kjøpe seg kaffe og vafler i hele åpningstiden

Kl.12.00 Lunsj m/nystekte rundstykker

Fellesaktivitet siste mandag i mnd: Baking

*For de som ønsker det legges det til rette for kortspill, brettspill, sang/musikk, enkel trim, høytlesning, enkle formingsaktiviteter m.m.*

### **Tirsdager:**

Kl.10.00 Trim

Kl.11.00-12.30 Lunsj og bingo

Kl.12.30-14.00

Sosialt samvær.

### **Onsdager:**

Kl. 10.00-12.30 Sosialt samvær

Kl.12.30-14.00 Middag, kaffe og dessert (NB! påmelding)  
Aktiviteter/underholdning

### **Torsdager:**

«Torsdagslunsj m/lokal info»

Kl.11.00-13.00 følgende

torsdager: 11/1, 25/1, 8/2, 22/2, 8/3, 22/3, 5/4, 19/4, 3/5, 24/5, 7/6, 21/6

Resterende torsdager:

Kl. 10.00-10.30 Sosialt samvær rundt en kaffekopp.

Kl. 10.30-11.30 Tur eller lett trim innendørs

Kl. 12.00-12.30 Lunsj

Kl. 13.00- 13.30 Sangstund

**Vi tilbyr biltransport t/r:** Henting hjemme hos deg i tidsrommet kl.09-10 og retur ca.kl.14.

**Egenandel m/transport:**  
kr.100,-/dag (inkluderer mat  
og transport)

**Egenandeler u/ transport:**

Mandager: kr.20,- /35,-\*

Tirsdager: kr.50,-

Onsdager: kr.80,-

Torsdager: kr.35,-

\*Kaffe og vaffel kr.20,-,

kaffe og vaffel + lunsj kr.35,-

***Er dette noe som kunne ha passet for deg eller noen du  
kjenner?***

Ta gjerne kontakt med oss dersom du har spørsmål om tilbudet!

Ta også kontakt dersom du har behov for følge eller transport.

### **Kontaktpersoner:**

Eva Bjørvik

Prosjektleder, Klæbu kommune

Tlf. 906 38 011

E-post:

[eva.bjorvik@klabu.kommune.no](mailto:eva.bjorvik@klabu.kommune.no)

Lillian Waaden

Klæbu Frivilligsentral

Tlf. 990 06 598

E-post:

[lillian.waaden@klabu.kommune.no](mailto:lillian.waaden@klabu.kommune.no)