

# Välkommen till hälsovecka på träffpunkterna!

Den 27 - 31 maj kommer vi att ha hälsovecka på våra träffpunkter  
Ymer, Tinget och Vänkretsen.

## Vad ska vi göra?

Vi ska få smaka, lyssna, lära och göra trevliga aktiviteter som är bra för vår hälsa. Skjuts runt till de andra träffpunkterna kommer finnas så att man får en möjlighet att besöka en annan träffpunkt. Vi som personal kommer göra er sällskap till de olika aktiviteterna.

Vi kommer ha smakprov på rawbollar och vårt utbud av fikabröd och smörgåsar kommer vara bakat med mer nyttiga ingredienser som är bra både för kropp och själ.

Vi får besök av Uppsala konsument, tandvård, fysioterapeut och vi kan besöka Ymers fotvård. Du kan pröva på Qigong, lyssna på vår hälsopedagog Melissa eller följa med på en promenad till stadsparken. Musikframträdande på både Ymer och Tinget av Stilleben och husbandet Tinget.

Du kan äta lunch i trädgården på vår träffpunkt Vänkretsen. Vår buss kommer gå från Tinget till Vänkretsen med start klockan 11.00 från Tinget, via Ymer till Vänkretsen. Återtransport klockan 13.00. Lunchen kostar 40 kr och du anmäler dig senast den 21 maj på någon av träffpunkterna. Torsdagssoipan serveras som vanligt på alla träffpunkter pris 30 kr.

## Hur går det till?

Träffpunkterna är öppna som vanligt. Det finns anmälningslistor till fotvård och att äta lunch på Vänkretsen. Det är viktigt att du ansvarar för att komma till det du anmäler dig till. Om du blir sjuk så avbokar du din plats.

Schema finns så du kan se när och var de olika aktiviteterna sker. Om du undrar över något så är det bara att fråga oss i personalen.

## Välkommen!

Tinget  
Järnvägspromenaden 19  
018-727 50 60  
Alla bussar till centrum

Vänkretsen  
Vårdsättravägen 76A  
018-727 67 68  
Buss 11

Ymer  
Leopoldsgatan 7  
018-727 76 64  
Buss 3

Lindormen  
Sysslomansgatan 25B  
018-50 46 86  
Buss 9

