



November 2023

AKTIVITETSLKALENDER FOR SENIORENE I ROLLAG

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
	31.10 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM 2.ETG PÅ BYGDEHEIMEN <u>KL. 11.00</u> VAFFELKOS PÅ VEGGLITUNET <u>KL. 19.00</u> Strikkekafe Rollag bibliotek	1 <u>KL.10.30</u> TRIM FOR BEBOERE PÅ VEGGLITUNET	2 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM GYMSALEN I ROLLAG <u>KL. 19.00</u> Foredrag – Jakten på julefortellingen Biblioteket i Veggli	3	4	5
6	7 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM 2.ETG PÅ BYGDEHEIMEN	8 <u>KL.10.30</u> TRIM FOR BEBOERE PÅ VEGGLITUNET <u>KL. 11.00</u> MØTEPLASSEN ROLLAG Besøk av Rollag barnehage	9 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM GYMSALEN I ROLLAG	10 <u>KL. 11.00</u> FREDAGSLUNSJ PÅ VEGGLITUNET	11 <u>KL. 11.00</u> BOCCIA PÅ VEGGLITUNET MED PENSJONISTLAGET	12
13	14 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM 2.ETG PÅ BYGDEHEIMEN <u>KL. 11.00</u> VAFFELKOS PÅ VEGGLITUNET <u>KL. 19.00</u> Boken Folkekunsten i Numedal Even Traaen Kantina på	15 <u>KL.10.30</u> TRIM FOR BEBOERE PÅ VEGGLITUNET	16 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM GYMSALEN I ROLLAG	17	18	19
20	21 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM 2.ETG PÅ BYGDEHEIMEN	22 <u>KL.10.30</u> TRIM FOR BEBOERE PÅ VEGGLITUNET <u>KL. 11.00</u> MØTEPLASSEN ROLLAG	23 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM GYMSALEN I ROLLAG	24 <u>KL. 11.00</u> FREDAGSLUNSJ PÅ VEGGLITUNET	25 <u>KL. 11.00</u> BOCCIA PÅ VEGGLITUNET MED PENSJONISTLAGET	26
27	28 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM 2.ETG PÅ BYGDEHEIMEN <u>KL. 11.00</u> VAFFELKOS PÅ VEGGLITUNET	29 <u>KL.10.30</u> TRIM FOR BEBOERE PÅ VEGGLITUNET <u>KL. 10.00</u> Tur med Bygdebilen Eikersenteret og Sparkjøp	30 <u>KL. 09.30</u> PENSJONISTTRIM GYMSALEN I ROLLAG <u>KL. 11.00-14.00</u> Datakafé Veggli bibliotek	1.12	2.12	3.12 1.søndag i advent 

LUNSJ

VAFFELTIRSDAG – Vegglitunet.

KL. 11.00-14.00

Pris: vaffel og kaffe 50,- (ta med kontanter)

Gi beskjed om du trenger transport – Bygdebilen – pris: 50,- en vei og 100,- tur/retur. (Minimum 2 stykker)

MØTEPLASSEN ROLLAG – kantina på kommunehuset.

Kaffen er klar fra kl. 11.00. Lunsj ca kl. 12.00 . Pris: Lunsj 100,-.

Bingo. 30,- (ta med kontanter)

Gi beskjed om du trenger transport - Bygdebilen – pris: 50,- en vei og 100,- tur/retur. (Minimum 2 stykker)

FREDAGLUNSJ – Vegglitunet.

KL. 11.00-14.00

Pris: Lunsj 100,- (ta med kontanter)

Gi beskjed om du trenger transport - Bygdebilen – pris: 50,- en vei og 100,- tur/retur. (Minimum 2 stykker)

TUR MED BYGDEBILEN

Onsdag 29. november. Førjuls handletur til Eikersenteret og Sparkjøp

Avreise fra Vegglitunet kl. 10.00

Påmelding til Frivilligsentralen – 409 12 463

Torsdag 2.11 kl. 19.00

Foredrag; Jakten på julefortellingen – Veggli bibliotek

Tirsdag 14.11 kl. 19.00

Even Tråen – Presentasjon; Folkekunsten I Numedal av Gry Charlotte Ljøterud Andersen – Kantina på kommunehuset

TRIM

Kommunefysioterapeut er til stede

TIRSDAG – Pensjonisttrim – 2.etg på Bygdeheimen – kl. 09.30

Felles oppvarming. Deretter legges det til rette for individuell trening på forskjellige apparater (tredemølle, romaskin, sykkel, styrke apparater ol.) og på matter på gulvet.

ONSDAG – For beboere på Vegglitunet – stoltrim kl.10.30

TORSDAG - Pensjonisttrim - gymsalen i Rollag – kl. 09.30

DIGITAL VEILEDNING

Velkommen til Datakafé på Veggli bibliotek kl. 11.00-14.00

Torsdag 26. Oktober -Torsdag 30.11 - Torsdag 21.12

Digital veileder Trine Bekkjorden – 904 74 623 (Torsdag)

Mulighet for individuell veiledning. Ta kontakt hvis du trenger hjelp med f.eks mobiltelefonen, pc, e-post, innlogging eller andre data relaterte ting.