

OM SENIORTREFFEN

Seniortreffen er et ukentlig tilbud til hjemmeboende eldre som av ulike årsaker har vanskeligheter med å benytte seniorsenterets ordinære tilbud. Vi tilbyr både hel- og halvdagsgrupper.

TILBUDET INNEBÆRER:

- Transport tur/retur
- Frokost og to retters middag
- Felles aktiviteter
- Trim
- Tilhørighet i fast gruppe



SENIORTREFFEN ER FOR DEG SOM HAR BEHOV FOR:

- Sosialt samvær
- Et utvidet nettverk
- Fast rutine og rytme i hverdagen
- God og næringsrik mat

SOM BRUKER AV SENIORTREFFEN:

- Er du selvhjulp, men kan ha lettere/ulike helseutfordringer
- Kan du forflytte deg uten hjelp fra andre
- Mestrer du å være selvstendig under gruppens transporttilbud
- Er du motivert og ønsker å delta i seniortreffens program



Hverdagsglede
Mestring
Inspirasjon
Ukens høydepunkt
Hjemmelaget mat
Samhold
Gode samtaler
Transport til og fra
Påfyll
Trygghet
Fellesskap
Nye vennskap
Sang og musikkglede
Sunne måltider
Sosialt samvær
Trim
Variert innhold

Ta kontakt for mer informasjon,
om tilbudet og priser:

Ringhøyden seniorsenter

67 50 63 33

Rykkinn seniorsenter

67 50 91 90

Østerås seniorsenter

67 16 22 40

Scan QR-kode for å komme til
kommunens nettside:



SENIORTREFFEN

Helsefremmende og forebyggende
fellesskap

SENIORSENTRENE
I BÆRUM



BÆRUM KOMMUNE