

## Telefonnummer

Vid fel som i din **lägenhet** eller i **fastigheten**,  
kontaktar ni Riksbyggen på telefon **0771-860 860**.

Samma nummer går att ringa hela dygnet; de har  
jour för akuta fel.

Vid fel på **telefonen, TV eller internet** kontaktar  
ni Telias support på **020-240 250**.

Frågor kring vårt aktivitetsutbud i  
**gemensamhetslokalen** eller andra frågor där du  
inte vet vart du ska vända dig; ring  
trygghetsvärd på telefon **0735-95 25 08**.

Vid akut behov av ambulans, brandkår eller  
polis ring **112**.

## Mötesplats

Ängholmen

Mars



Trygghetsvärd Jessica Hall  
Telefon vardagar dagtid 0735-95 25 08  
Mail [jessica.hall@tornet.se](mailto:jessica.hall@tornet.se)

## Info mars



Vi vill locka fram våren så Gunnel tycker att det är hög tid att så frön till era balkonger i sommar! Den 4 mars tar hon med fröpåsar och såjord, ni tar med små krukor eller sålådor. Om man inte vill odla kan man bara komma ner och fika.

Om du vill fräscha upp vårgarderoben så passa på när vi har Seniorshopen på besök.

Eva kommer bli att bjuda på filmer från Gambia; följ hennes reseupplevelser i afrikansk kultur.



Även i år ordnar Gunnel en italiensk afton den 18 mars. Du bokar och betalar pizza i förväg i lokalen och sedan hämtar några den beställda maten. Var och en tar med önskad dryck. Kom ihåg att anmäla dig senast 10 mars!

I slutet av månaden festar vi till igen med klassiska våfflor på självaste våffeldagen!

Rosita är tillbaka med sin frisørsalong tisdag den 31 mars. Bokningslista finns i lokalen; kom in eller ring!



Kom ihåg att vi går över till sommartid sista helgen i mars. Flytta fram klockan en timme!

**På återseende!**

**Jessica, Gunnel & Eva**

Trygghetsvård finns tillgänglig tisdagar till fredagar enligt nedanstående tider om inget annat noterats i programmet. Hittar ni inte mig, Gunnel eller Eva i lokalen så när ni oss på telefon.

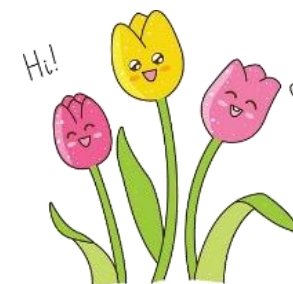
Måndag ingen värd tillgänglig

Tisdag 09:00 - 17:00

Onsdag 09:00 - 17:00

Torsdag 09:00 - 17:00

Fredag 09:00 - 15:00



Hello Spring!

Vi samverkar med



Datum	Aktivitetsutbud 2 – 29 mars	
Mån 2 mar	14:00	Canasta
Tis 3 mar	14:30-16:00	Fika med trygghetsvärd samt ”Albert & Herbert”
Ons 4 mar	13:30	Gunnels eftermiddag; så ett frö och ta med hem. Ta med egen kruka eller sålåda. 
Tor 5 mar	10:30-11:15	Friskvård & balans, medium
	13:30-14:30	Friskvård & balans, intensiv
Fre 6 mar	11:00	Förmiddagspromenad med trygghetsvärd
Lör 7 mar		
Sön 8 mar		
Mån 9 mar	14:00	Canasta
Tis 10 mar	13:00-14:00	Idéträff för alla hyresgäster
	14:30-16:00	Fika med trygghetsvärd. Sista anmälningdag för italiensk afton! 
Ons 11 mar	13:30	Evas eftermiddag; filmvisning ”Mitt Gambia”
	18:00	Info & frågestund med Skånetrafiken i nya skolans matsal (arr SPF även icke medlemmar välkomna)
Tor 12 mar	10:30-11:15	Friskvård & balans, medium
	13:30-14:30	Friskvård & balans, intensiv
Fre 13 mar	10:00-12:00	Seniorshopen med vårens nyheter
Lör 14 mar		
Sön 15 mar		
Mån 16 mar	14:00	Canasta
Tis 17 mar	09:00-15:00	Camillas medicinska fotvård. Boka tid!
	14:30-16:00	Fika med trygghetsvärd & ”När då då?” 
Ons 18 mar	09:00-15:00	Camillas medicinska fotvård. Boka tid!
	17:00	Gunnels italienska afton; <b>föranmälan tisdag 10/3</b>
Tor 19 mar	10:30-11:15	Friskvård & balans, medium
	13:30-14:30	Friskvård & balans, intensiv
Fre 20 mar	11:00	Förmiddagspromenad med trygghetsvärd Vårdagjämning 

Lör 21 mar			
Sön 22 mar			
Mån 23 mar	14:00	Canasta	Övernattningsrum uthyrt
Tis 24 mar	14:30-16:00	Fika med trygghetsvärd & "Minnenas television" med ett helt avsnitt av "Estrad" inklusive sketchen med spelet skattkamarön	
Ons 25 mar	13:30	Evas eftermiddag; våffelfika. Ta med dig en rolig historia!	
Tor 26 mar	10:30-11:15 13:30-14:30	Friskvård & balans, medium Friskvård & balans, intensiv	
Fre 27 mar	13:30	Bingo med Jessica	
Lör 28 mar			
Sön 29 mar		Sommartiden börjar!	