



FRISKLIVSSENTRALEN

SENTRALEN

Herredshus, Sentrum 1, 3158 Andebu

Frivilligsentrall: Silke Wrede- 46933622, Frisklivssentral: Sølvi Hansen- 90090615 og Justyna Winogrocka-40970395

Åpningstider/ Sentralen for friskliv og frivillighet: mandag til fredag kl 10-14
Åpningstid/ ungdomsklubb + utlån av frisbeedisker: mandag kl 13-19, onsdag kl 15-19

Program vinter/ vår 2022

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Sterk og stødig Andebu kl. 10.30- 11.30 og 12.00-13.00		"Run for fun". Lett løpetrening. Kl. 9.00. Ta kontakt for mer informasjon	Gågruppe kl. 9.00 -9.45	Slektsgranskning kl. 10.00 -13.00
Sterk og stødig kl. 10.30 Kodal pensjonistsenter		Trillegruppe kl 11.00 - 13.00 	Trening med mening kl. 10.15 Trening for lungesyke, diabetikere/ annen kronisk diagnose (i Stokke)	
Sterk og stødig kl.12.00 Høyjord , klubbhus	Trening med mening kl. 11.00 Trening for lungesyke, diabetikere/ annen kronisk diagnose Andebu treningsenter	Ungdomsklubb "Morella" kl 12.45 - 19.00 8 til 10 klasse	Trappa trening oppstart etter påske kl. 10.00-11.00 på Møyland sletta	Skravle og Kreativ gruppa kl. 11.00 -13.00 Samtale, håndarbeid, kunst.
		Bli frivillig/ få hjelp av en frivillig? Interessert i trening/ kostholdsveiledning? Ta kontakt for en hyggelig prat (alle dager etter avtale)	Fotobokkurs kl. 10.00 - 13.00 Møtested, tema- innlegg Se eget program	
Trening for unge voksne kl. 14.00 - 15.00 Andebu treningsenter 			Datacafe kl. 12.00 - 14.00 Møtested, data-hjelp til det du trenger Se eget program	Mekke verksted fredag kl. 17.00 - 22.00 lørdag kl. 13.00- 19.00 Halumveien 340 i Andebu til ungdommer fra 13 til 20 år
Ungdomsklubb "Morella" kl 14.30 - 19.00 6-7 klasse		Pårørendeskole/ Demens Oppstart: Nyttår og høst. 6 onsdager kl. 18.00 - 20.30 Påmelding	Trening for unge voksne, Andebu treningsenter kl. 14.00 - 15.00 	
			Bowls kl. 16-18 Herredshus, komunestyresal, 2. etasje. Gratis, for alle.	Ring Sentralen om du trenger skyss!

Hjertelig velkommen!