

VARJE VECKA

RESTAURANG ROSENBAD

Välkommen att ta en fika eller äta lunch. Det går även att hämta mat.

Öppet: 9.30 – 15.30

Lunch: 12.00 – 13.30

INSPIRATIONSMILJÖER

I våra inspirationsmiljöer kan du hitta både välfärdsteknik och andra smarta lösningar som underlättar din vardag. Du får råd, tips och hjälp av vår personal på plats.

Öppet hus:

Tisdagar 10.00 – 12.00 & 13.00 – 15.00

DIGITAL VÄGLEDARE

Behöver du stöttning att komma igång med digitala lösningar och smarta saker som kan underlätta din vardag? Då finns möjlighet att få hjälp av vår digitala vägledare.

Öppet hus:

Torsdagar 10.00 – 12.00 & 13.00 – 15.00

RÖRELSEPROMENAD

Finns att ta del av i Stadsträdgården.

CYKLA INOMHUS ELLER UTOMHUS

Testa vår virtuella cykel framför skärmen eller låna vår side-by-side cykel och upptäck omgivningarna.

Kontakta Trivselsvård Kristina för att boka tid: 054-540 58 27

Skanna QR-koden för mer information om aktiviteter



Adress: Rosenbadsgatan 2
Köket: 054-540 30 03
Trivselsvård Kristina: 054-540 58 27
www.karlstad.se/resurscentrum

TRÄFFPUNKTSCAFÉ

AKTIVITETER

TORSDAG 5 MARS 14.00**En resa från Skåne till Lappland genom kameralinsen**

Naturfotograf Tore Ohls tar med oss på en upptäcktsfärd genom vårt avlånga land.

TORSDAG 12 MARS 14.00**Musikunderhållning med Sarah och David Åström**

Sångarparet från Arvika med en repertoar fylld av psalmer och välkända läsarsånger, blandat med någon visa. Uppskattade inslag av önskesånger och som alltid när Sarah och David är på besök kommer det inbjudas till allsång!

MÅNDAG 16 MARS 14.00**Regnbågscafé för seniorer**

Social samvaro över en kopp kaffe. I samarbete med RFSL Värmland.

TORSDAG 19 MARS 14.00**Musikunderhållning med Pedurs Solo**

Peder Hansson har en lång musikalisk bakgrund som sångare och gitarrist i körer, dans- och storband och bjuder idag på sång till eget komp. Det blir gamla godingar med swing, Owe Thörnqvist, Taube och Sven-Ingvars. I samarbete med SV.

TORSDAG 26 MARS 14.00**Kyrkcafé**

Vikenkyrkan håller i dagens träffpunktscafé och bjuder in till gemenskap, andakt och fika.

Varmt välkomna!

NYHET!

Nu har Trivselsvård Kristina börjat hos oss på Resurscentrum och kommer bjuda in till olika trevliga aktiviteter framöver.

MÅNDAG 9 & 23 MARS**Meditation för dig som har blodcancer/blodsjukdom**

11.00-12.00 Entrérummet
Blodcancerföreningen bjuder in till meditation. Gemensam lunch efteråt för de som önskar. Anmälan till: gunnel.aspnor@gmail.com

ONSDAG 25 MARS**Minnet ej att förglömma- Kunskapscafé med fokus på kognitiv sjukdom**

17.00 – 19.00 Konferensen
Fingermodellen: förbättra din hjärnhälsa
Karin Fischer, kognitivspecialist, Karlstads kommun, informerar om vilka livsstilsfaktorer som ingår för att förebygga kognitiv svikt och demenssjukdom.

I samarbete med Demensföreningen och Anhörigföreningen. Det bjuds på kaffe/te.

TISDAG 31 MARS**Karlstad hjälpmedel**

11.00-12.30 Pianobaren
Försäljning av smarta produkter och hjälpmedel.

Tips!**Nyfiken på gåfotboll?**

På måndagar kl. 10.30 finns möjlighet att prova på gåfotboll i Bollhallen på Våxnäs.

Adress: Bågegatan 1 (hallen bredvid airdome).

Gåfotbollen är ett samarbete mellan Karlstads kommuns aktivitetssamordnare och Qbik. Vid frågor kontakta aktivitetssamordnare Ronnie: 054-540 58 58.

