

# MÖTESPLATS LJUNGEN

## Program Mars 2026

**Öppettider:** Måndag och Onsdag 09.00—14.00

(Med reservation för ändringar)

Fikaförsäljning  
under våra  
öppettider!

**Måndag 2/3:** Kl. 10.00 Önskemusikcafé

Kl. 13.30 Yoga

**Onsdag 4/3:** Kl. 09.30 Sittgymnastik, efter egen förmåga

Kl. 12.00 Föreläsning—Träning för hjärnhälsa

**Måndag 9/3:** Kl. 09.30 Sittgymnastik, efter egen förmåga

Kl. 13.30 Yoga



**Onsdag 11/3:** Kl. 12.00 Sopplunch **FÖRANMÄLAN**

Morotssoppa, smörgås, kaka och kaffe/te 70 kr

**Måndag 16/3:** Kl. 09.30 Sittgymnastik, efter egen förmåga

Kl. 10.30 Pratcafé

**Onsdag 18/3:** **MÖTESPLATSEN STÄNGD P.G.A UTBILDNING**

**Måndag 23/3:** Kl. 12.00 Musikunderhållning—**FÖRANMÄLAN**



Tony Moberg kommer och underhåller med härlig musik.

**Onsdag 25/3:** Kl. 09.30 Sittgymnastik, efter egen förmåga

**Mötesplatsen stänger 11.30 p.g.a personalmöte**

**Måndag 30/3:** Kl. 11.00 Besöksråd med vår samordnare Maria Naalisvaara.

Kom och tyck till om vår mötesplats, dina åsikter är viktiga.

Vi bjuder på kaffe och kaka. Välkommen!

Kl. 13.30 Yoga



**Onsdag 1/4:** Kl. 09.30 Sittgymnastik, efter egen förmåga



ÖSTERSUNDS  
KOMMUN  
STAAREN TJÄLTE

### Mötesplats Ljungen

Telefon: 072-221 75 14 | Adress: Tegelbruksvägen 11  
[www.ostersund.se/motesplatser](http://www.ostersund.se/motesplatser)

*Välkommen!*

