

Höst/vinter
2022

Öppettider Stegens mötesplats

- Måndag kl. 11.00-15.30
- Tisdag kl. 11.00-15.30
- Onsdag: kvällsöppet en gång i månaden, annars stängt.
Vi har kvällsöppet 31/8, 28/9, 26/10, 23/11, 21/12
kl. 15.30-19.00.
- Torsdag kl. 11.00-15.30
- Fredag kl. 11.00-15.30

Kontakta Stegen

Telefon: 018-34 70 19, Sms: 072-503 42 02

E-post: stegen@knivsta.se, Adress: Knivstavägen 11, Knivsta

Följ oss på Facebook och Instagram

Följ vår Facebooksida "Stegen Knivsta"
och Instagramkonto "Stegens mötesplats"



Stegens mötesplats

För dig med psykisk
ohälsa



Välkommen till oss på Stegen!

Vill du träffa andra och umgås tillsammans? Eller kanske hellre vara för dig själv i lugn och ro, ta en fika och "bara vara"? Här är alla välkomna. Kom som du är – oavsett hur du mår!

På Stegen finns fika, lunch, pyssel, datorer, spel, dagstidningar och musikinstrument. Vår terapihund Doris är här på måndagar.

Om du vill kan du vara med på våra aktiviteter. Vi bakar, går promenader, gör utflykter i naturen och mycket annat.

Varmt välkommen!



AKTIVITETER PÅ STEGEN HÖST/VINTER 2022

Måndagar

11.00-11.45 Promenad med terapihunden Doris

11.00-13.00 Sy med Zahra

13.00-15.00 Varierande aktiviteter/ samvaro

Tisdagar

12.30-15.30 Baka med Moa och vi bjuder på fika

13.00-14.00 Padel på Knivsta padel och fys. Anmälan. Gratis.

Onsdagar

13.30-14.30 Träna eller simma på Hälsohuset. Gratis.

Varierande aktiviteter vid kvällsöppet en gång i månaden.

Torsdagar

11.00-13.00 Sy med Zahra

13.00-15.00 Varierande aktiviteter/ samvaro

Häng med oss ut - en gång i månaden.

Fredagar

8.00-12.00 och 13.30-16.00 Träna eller simma på Hälsohuset.

12.00-13.00 Grilla korv utomhus på Stegen, 10 kr/st.

13.30-15.15 Afrikanska trummor med Laurel