

AKTIVITETER PÅ FREDRIKSTAD ØST FRIVILLIGSENTRAL Oppdatert oktober 2022

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
10.30	TRIM PÅ ØSTSIDEN AKTIVITETSHUS		BASIS TRENING I KORSTUA NB Venteliste		
11.00		GLOMMATRAVERNE gågruppe		GLA' HOBBBY GRUPPA strikkefé	
12.00		BOWLS I KORSTUA			
15.00	NORSKTRENING NB Påmelding til 99599029				
17.00	UNG VOKSEN (annenhver uke)		SPELLKVELD		
18.00		KVINNEGRUPPE (1 gang i måneden)		FILMKVELD (ca. annenhver uke)	

Du kan lese mer om aktivitetene på våre nettsider: <https://fredrikstadost.frivilligsentral.no/> eller finn oss på Facebook

Bli frivillig! Som frivillig bestemmer du selv hva du ønsker å bidra med, hvor ofte, og hvor lenge. Du kan f.eks. hjelpe til på en aktivitet, et arrangement, eller gi hjelp til enkelte som trenger det.

Ta kontakt på tlf: 99 59 90 29, post@fredrikstadost.frivilligsentral.no, eller kom innom sentralen i Kjølberggaten 4.

Møte mellom mennesker