



LUSTHUSET

En öppen mötesplats för seniorer
i Boo Folkets Hus vardagar kl. 10-14

ÖPPEN TRÄFFPUNKT

Mötesplatsen Lusthuset i Boo Folkets Hus, är en träffpunkt för ett rikare och friskare liv. Lusthuset är öppet alla vardagar 1/8-20/12, kl 10-14. Över jul och nyår har vi stängt för privata senioraktiviteter.

I Lusthuset kan seniorer utan kostnad t.ex. spela pingis, schack, biljard, kort eller dansa. Likväl kan man komma förbi på en kopp kaffe eller en spontan lunch och träffa folk. Beroende på dag så har vi olika aktiviteter så som Mogen Dans, Jazziorernas konserter, berättarcaféeer, föreläsningar etc. Besökarna ges stor möjlighet att själva påverka verksamheten. PRO, SPF och SeniorNet anordnar en mängd kurser för seniorer.

FRISKVÅRD

Förebyggande träning och friskvård är något som vi alla mår bra av, och Lusthuset skapar förutsättningar för det. Schemalagd friskvård presenteras löpande. Pingis, seniorgymna, yoga, qigong och dans i olika stilar är aktiviteter vi jobbar med kontinuerligt.

AKTIVITETER

Verksamheten erbjuder utöver de dagliga möjligheterna i den öppna träffpunkten, även ett brett utbud av aktiviteter utifrån besökarnas egna önskemål.

De aktiviteter som vi jobbar med är bland annat:

- Boktips
- Dator-/surfplatte-/smartphonekurser
- Pingis
- Canasta
- Stockholmshistoria
- Linedancekurser
- Ramvävning
- Pardans till levande musik
- Seniordanskurs
- Måleri
- Qigong
- Engelskakurs
- Buggkurs
- Lokalhistoria
- Seminarier

ORGANISATION OCH SAMVERKAN

Boo Folkets Hus, Nacka Kommun, SPF seniorer i Boo, PRO i Boo driver tillsammans en öppen mötesplats för seniorer i Boo Folkets Hus lokaler i Orminge. En styrgrupp som bildats med representanter från ovanstående utvecklar kontinuerligt verksamheten utifrån besökarnas önskemål, men det är seniorer som skapar verksamheter för seniorer.

Mer information om verksamheten hittar du på www.boofolketshus.se/lusthuset

Kom gärna med egna förslag på verksamheter. Varmt välkommen!



LUSTHUSET

Kontakt:

Albin Waerndt, Projektledare

08-747 72 07, 073-681 34 34

albin.waerndt@boofolketshus.se

VERKSAMHET HÖSTEN 2019

V.47

Mån	18/11	Öppen IT-rådgivning, 10:00-14:00. Ingen avgift.
Mån	18/11	Qigong. 09:00-10:00. Ingen avgift.
Mån	18/11	Gammeldans. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Mån	18/11	Vi skapar, måleri 10:00-13:00. Ingen avgift.
Mån	18/11	Teckningscirkel, PRO. 13:00-14:30. Ingen avgift.
Tis	19/11	Buggdans. 10:00-12:00.
Tis	19/11	Linedans. 11:00-13:00.
Tis	19/11	Handarbete, cirkel. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tis	19/11	Klimatcirkel. 12:30-14:30.
Tis	19/11	SeniorNet, Digitala hjälpmedel. 14:00-16:00.
Ons	20/11	Seniorpingis för alla. 09:30-12:00. Ingen avgift.
Ons	20/11	Jazziorerna. 11:00-14:00. Ingen avgift.
Ons	20/11	Bokcirkel. 10:00-12:00.
Tors	21/11	Fotoklubben. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	21/11	Engelskastudier. 13:00-14:30. Ingen avgift.
Tors	21/11	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	21/11	Canasta. 13:00-15:00. Ingen avgift.
Tors	21/11	Modern vals. 12:00-14:00. Ingen avgift.
Fre	22/11	Mogendans. 13:00-16:00.
Fre	22/11	SeniorNet, styrelsemöte. 09:30-11:30.
Fre	22/11	Bildväv. 10:00-12:30. Ingen avgift.
Fre	22/11	Seniorbio, Gräns. 12:00.

Lusthuset öppet måndag-fredag 10:00-14:00.

V.48

Mån	25/11	Öppen IT-rådgivning, 10:00-14:00. Ingen avgift.
Mån	25/11	Qigong för nybörjare. 09:00-10:00. Ingen avgift.
Mån	25/11	Gammeldans. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Mån	25/11	Vi skapar, måleri 10:00-13:00. Ingen avgift.
Mån	25/11	Teckningscirkel, PRO. 13:00-14:30. Ingen avgift.
Tis	26/11	HRF öppet hus. 10:00-12:00. Ingen avgift
Tis	26/11	Buggdans. 10:00-12:00.
Tis	26/11	Linedans. 11:00-13:00.
Tis	26/11	SeniorNet, seniorer lär seniorer. 14:00-16:00.
Ons	27/11	Seniorpingis för alla. 09:30-12:00. Ingen avgift.
Ons	27/11	Jazziorerna. 11:00-14:00. Ingen avgift.
Tors	28/11	Canasta. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	28/11	Konststudier. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	28/11	Bokhörna. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	28/11	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	28/11	Engelskastudier. 13:00-14:30. Ingen avgift.
Fre	29/11	Bildväv. 10:00-12:30. Ingen avgift.
Fre	29/11	Medlemsmöte PRO. 12:00-14:00. Ingen avgift.

Lusthuset öppet måndag-fredag, 10:00-14:00.

V.49

Lusthuset öppet måndag-fredag, 10:00-14:00.



LUSTHUSET

Kontakt:

Albin Waerndt, Projektledare

08-747 72 07, 073-681 34 34

albin.waerndt@boofolketshus.se