



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 12/8-18/12, kl 10-14.

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, berättarcaf er, föreläsningar, qigong, etc. Besökarna ges stor möjlighet att själva påverka verksamheten. PRO, SPF och SeniorNet anordnar en mängd kurser för seniorer.

FRISKVÅRD

Förebyggande träning och friskvård  r något som vi alla mår bra av, och Lusthuset skapar förutsättningar för det. Schemalagd friskvård presenteras löpande. Pingis, seniorgympa, yoga, qigong och dans i olika stilar  r 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  r bland annat:

- Boktips
- Dator-/surfplatte-/smartphonekurser
- Pingis
- Canasta
- Stockholmshistoria
- Linedancekurser
- Ramv vning
- Pardans till levande musik
- Seniordanskurs
- Måleri
- Qigong
- Jazzklubb
- 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  r seniorer som skapar verksamheter för seniorer.

I pandemitider avstår vi från aktiviteter med fysisk kontakt.

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 2020

V.36		Lusthuset öppet måndag-fredag, 10:00-14:00.
Mån	31/8	Öppen IT-rådgivning, 10:00-14:00. Ingen avgift.
Mån	31/9	Jazzklubbsmöte. 13:00-14:00.
Tis	1/9	Handarbeten. 10:00-12:00.
Tis	1/9	PRO styrelsemöte. 11:00-12:00.
Ons	2/9	Seniorpingis för alla. 09:30-12:00. Ingen avgift.
Tors	3/9	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	3/9	Canasta. 10:00-12:00.
Tors	3/9	Qigong med Britt. 11:00-12:00.
Fre	4/9	Bildväv. 10:00-12:30. Ingen avgift.

V.37		Lusthuset öppet måndag-fredag, 10:00-14:00.
Mån	7/9	Öppen IT-rådgivning, 10:00-14:00. Ingen avgift.
Mån	7/9	Gammeldans. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Mån	7/9	SPF, föredrag Claes Elfsberg. 13:00-13:00.
Tis	8/9	Handarbeten. 10:00-12:00.
Ons	9/9	Seniorpingis för alla. 09:30-12:00. Ingen avgift.
Tors	10/9	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	10/9	Canasta. 10:00-12:00. SPF cirkel.
Tors	10/9	Qigong med Britt. 11:00-12:00.
Fre	10/9	Bildväv. 10:00-12:30. Ingen avgift.

V.38		Lusthuset öppet måndag-fredag, 10:00-14:00.
Mån	14/9	Öppen IT-rådgivning, 10:00-14:00. Ingen avgift.
Mån	14/9	Gammeldans. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Mån	14/9	Målargruppen. 10:00-12:45. Ingen avgift.
Mån	14/9	Teckningsgruppen. 13:00-15:00. Ingen avgift.
Tis	15/9	Handarbeten. 10:00-12:00.
Tis	15/9	Jazz i Boo. 11:00-14:00.
Tis	15/9	Klimatcirkel. 12:30-14:30.
Ons	16/9	Seniorpingis för alla. 09:30-12:00. Ingen avgift.
Ons	16/9	Jazziorerna. 11:00-14:00. Ingen avgift.
Tors	16/9	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	16/9	Canasta. 10:00-12:00.
Tors	16/9	Qigong med Britt. 11:00-12:00.
Fre	17/9	SPF Bokklubb. 10:00-14:00.
Fre	17/9	Bildväv. 10:00-12:30. Ingen avgift.

Vi håller såklart ett fysiskt avstånd till varandra, är noga med handtvätt och tar hand om varandra i pandemitider!

Kom gärna med egna idéer på nya spännande verksamheter!



LUSTHUSET

Kontakt:

Albin Waerndt, Projektledare

08-747 72 07, 073-681 34 34

albin.waerndt@boofolketshus.se