



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.41		Lusthuset öppet måndag-fredag, 10:00-14:00.
Mån	5/10	Lusthusets IT-rådgivning, 10:00-14:00. Ingen avgift.
Mån	5/10	Gammeldans. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Mån	5/10	Målargruppen. 10:00-12:45. Ingen avgift.
Mån	5/10	Teckningsgruppen. 13:00-15:00. Ingen avgift.
Tis	6/10	PRO styrelsemöte. 09:30-12:00.
Tis	6/10	Handarbeten. 10:00-12:00.
Tis	6/10	SeniorNet seniorer lär seniorer. 14:00-16:00.
Ons	7/10	Seniorpingis för alla. 09:30-12:00. Ingen avgift.
Ons	7/10	Jazziorerna. 11:00-14:00. Ingen avgift.
Ons	7/10	Stickningsgruppen. 12:00-14:00. Ingen avgift.
Tors	8/10	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	8/10	Canasta. 10:00-12:00. SPF cirkel.
Tors	8/10	Qigong med Britt. 11:00-12:00.
Tors	8/10	Fotoklubben. 12:00-14:00.
Fre	9/10	Bildväv. 10:00-12:30. Ingen avgift.
Fre	10/10	Qigong med Britt. 10:00-11:00.

V.42		Lusthuset öppet måndag-fredag, 10:00-14:00.
Mån	12/10	Lusthusets IT-rådgivning, 10:00-14:00. Ingen avgift.
Mån	12/10	Gammeldans. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Mån	12/10	Målargruppen. 10:00-12:45. Ingen avgift.
Mån	12/10	Teckningsgruppen. 13:00-15:00. Ingen avgift.
Tis	13/10	Handarbeten. 10:00-12:00.
Tis	13/10	Klimatcirkel. 12:30-14:30.
Tis	13/10	SeniorNet. 14:00-16:00.
Tis	13/10	JazzåBoo. 11:00-14:00. Ingen avgift.
Ons	14/10	SPF referensgrupp. 10:00-11:30.
Ons	14/10	Bokcirkel. 11:00-13:00. Ingen avgift.
Ons	14/10	Jazziorerna. 11:00-14:00. Ingen avgift.
Ons	14/10	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	15/10	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00. Ingen avgift.
Tors	15/10	PRO jubilarfika. 13:00-15:00.
Tors	15/10	Canasta. 10:00-12:00. SPF cirkel.
Tors	15/10	Qigong med Britt. 11:00-12:00.
Fre	16/10	Bildväv. 10:00-12:30. Ingen avgift.
Fre	16/10	Qigong med Britt. 10:00-11:00.
Fre	16/10	SPFs bokklubb. 10:00-14:00.

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