



# 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 16/8-17/12, kl 10-14. Tillfällig adress: Edövägen 2. Ingången till höger om Boo Vårdcentral (gamla Vittraskolan).

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 mogendans, Jazziorernas konserter, berättarcafèer, 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 är 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 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
- 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 är seniorer som skapar verksamheter för seniorer.

Mer information om verksamheten hittar du på [boofolketshus.se/lusthuset](http://boofolketshus.se/lusthuset)



LUSTHUSET

Kontakt:

Jessica Wilén

08-747 72 06

[jessica.wilen@boofolketshus.se](mailto:jessica.wilen@boofolketshus.se)

# VERKSAMHET HÖSTEN 2021

<b>V.50</b>		<b>Lusthuset öppet måndag-fredag 10:00-14:00.</b>
Mån	13/12	Lusthusets IT-rådgivning, 10:00-14:00.
Mån	13/12	PRO Akvarellgruppen 10:00-12:30.
Mån	13/12	SPF Extramöte. 13:30-15:00
Tis	14/12	SPF Handarbeten 10:00-12:00.
Tis	14/12	SPF Uppstart för "Inte ensam". 11:00-13:00.
Ons	15/12	PRO Bokcirkel. 10:30-13:00.
Tors	16/12	Seniorpingis för alla. 10:00-12:00.
Tors	16/12	Monikas Bokhörna. 10:00-12:00.
Tors	16/12	SPF Fotoklubb. 10:00-12:00.
Fre	17/12	PRO Bildvävning. 10:00-12:30.
Fre	17/12	PRO Medlemsmöte. 12:00-14:00.
<b>V.51</b>		<b>Lusthuset öppet tisdag 10:00-12:00.</b>
Tis	21/12	SPF Handarbeten. 10:00-12:00.

Aktiviteter i schemat där det står SPF, PRO eller SeniorNet kräver medlemskap som enkelt skaffas genom att besöka oss eller genom att klicka på "Medlemskap" under Lusthuset på BooFolketsHus.se.

Kom gärna med egna idéer på nya spännande aktiviteter!

Mer information hittar du på [boofolketshus.se/lusthuset](https://boofolketshus.se/lusthuset)

Vi från Boo Folkets Hus hoppas ni alla får en fantastisk jul och nyår och önskar er varmt välkomna 10 januari 2022!



LUSTHUSET

Kontakt:

Jessica Wilén

08-747 72 06

[jessica.wilen@boofolketshus.se](mailto:jessica.wilen@boofolketshus.se)