



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 9/1-20/6, kl 10-14. Adressen är Utövägen 6, 132 30 Saltsjö-Boo.

I Lusthuset kan seniorer utan kostnad t.ex. spela pingis, schack, 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, Jazziornas 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, senorgympa, 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
- Stockholms historia
- 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

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.



LUSTHUSET

Kontakt:

Jessica Wilén

08-747 72 06

jessica.wilen@boofolketshus.se

VERKSAMHET VÅREN 2023

- V.4 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.**
- Mån 23/1 10.00-12.00 Gammeldans. Kontakta Lilian för anmälan på 070-683 96 84.
- Mån 23/1 10.00-12.30 PRO - Akvarellgruppen.
- Tis 24/1 10.00-12.00 SPF Handarbeten.
- Tis 24/1 10.00-14.00 Bridge.
- Tis 24/1 11.00-14.00 JazzåBoo. Spisa jazz ihop. Vid intresse kontakta kenneth.ahlquist@hotmail.com
- Tis 24/1 10.00-14.00 RGRM (träningsform). Anmälan krävs. ainablom@gmail.com.
- Ons 25/1 10.00-12.00 SPF - Bokklubb.
- Ons 25/1 11.00-13.00 Jazziorerna. Välkommen att lyssna och kanske ta en gofika!
- Tors 26/1 10.00-12.00 SPF - Fotoklubb.
- Tors 26/1 10.00-12.00 Monikas Bokhörna.
- Tors 26/1 10.00-12.00 SPF - Canasta.
- Tors 26/1 10.00-14.00 Seniorpingis.
- Tors 26/1 10.00-14.00 Nacka Judoklubb - Falltrygghet för äldre. 1200kr/person (12 tillfällen + försäkring och medlemskap ingår). Första gången gratis.
- Tors 26/1 12.00-14.00 Modern vals med Gunilla. För anmälan, kontakta Helena Jarlemark på 0708-66 24 27.
- Fre 27/1 12.00-14.00 PRO - Medlemsmöte.
- V.5 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.**
- Mån 30/1 10.00-12.00 Gammeldans. Kontakta Lilian för anmälan på 070-683 96 84.
- Mån 30/1 10.00-12.30 PRO - Akvarellgruppen.
- Tis 31/1 10.00-14.00 Bridge.
- Tis 31/1 10.00-12.00 SPF Handarbeten.
- Tis 31/1 10.00-12.00 Linedance.
- Tis 31/1 11.00-12.00 HRF - Nacka.
- Tis 31/1 12.00-13.00 RGRM (träningsform). Anmälan krävs.
- Tis 31/1 14.00-16.00 SeniorNet - Uppstartsmöte.
- Ons 1/2 10.00-14.00 Seniorpingis.
- Ons 1/2 11.00-13.00 Jazziorerna.
- Tors 2/2 10.00-14.00 Seniorpingis.
- Tors 2/2 10.00-12.00 SPF - Canasta.
- Tors 2/2 10.00-14.00 Nacka Judoklubb - Falltrygghet för äldre.
- Tors 2/2 12.00-14.00 Handarbete - öppen för alla.
- Tors 2/2 12.00-14.00 Modern vals med Gunilla.
- Fre 3/2 13.00-16.00 Mogendans . Christer Eklund.

Kom gärna med egna idéer på nya spännande aktiviteter!
Mer information hittar du på boofolketshus.se/lusthuset



LUSTHUSET

Kontakt:

Jessica Wilén

08-747 72 06

jessica.wilen@boofolketshus.se