



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, 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, 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
- 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

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.10 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.**
- Mån 6/3 10.00-12.00 Gammeldans. Kontakta Lilian för anmälan på 070-683 96 84.
- Mån 6/3 10.00-12.30 PRO - Akvarellgruppen.
- Tis 7/3 10.00-12.00 SPF - Handarbeten.
- Tis 7/3 10.00-12.00 Linedance.
- Tis 7/3 10.00-14.00 Bridge.
- Tis 7/3 11.00-14.00 JazzäBoo. 20-årsjubileum! Vid intresse kontakta kenneth.ahlquist@hotmail.com
- Tis 7/3 12.00-13.00 RGRM (träningsform). Anmälan krävs. ainablom@gmail.com.
- Tis 7/3 12.30-14.00 Boo Konstförening.
- Tis 7/3 13.30-15.30 SeniorNet - Mobil plånbok.
- Ons 8/3 10.00-11.00 Qigong med Britt. Anmälan och info: 0735 51 72 25.
- Ons 8/3 10.00-14.00 Seniorpingis.
- Tors 9/3 10.00-12.00 SPF - Fotoklubb.
- Tors 9/3 10.00-12.00 Monikas Bokhörna.
- Tors 9/3 10.00-14.00 SPF - Canasta.
- Tors 9/3 10.00-14.00 Seniorpingis.
- Tors 9/3 12.00-13.00 Spis för kropp och själ. Kontakta Margareta Sihlberg på 070 715 32 79.
- Tors 9/3 10.00-14.00 Nacka Judoklubb - Falltrygghet för äldre.
- Tors 9/3 12.00-14.00 Modern vals med Gunilla. För anmälan, kontakta Helena Jarlemark på 0708-66 24 27.
- Fre 10/3 12.00-13.00 Träffa syn- och hörselinstruktör. Öppet för alla. Ring 070 431 84 83.
- Sön 12/3 13.00-16.00 Brisarna och Källargänget spelar upp till dans. Modernt och gammalt.
- V.11 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.**
- Mån 13/3 10.00-12.00 Gammeldans.
- Mån 13/3 10.00-12.30 PRO - Akvarellgruppen.
- Mån 13/3 13.00-15.00 SPF - Infomöte.
- Tis 14/3 10.00-12.00 SPF Handarbeten.
- Tis 14/3 10.00-12.00 Linedance.
- Tis 14/3 10.00-14.00 Bridge.
- Tis 14/3 12.00-13.00 RGRM (träningsform). Anmälan krävs.
- Tis 14/3 13.00-15.00 SeniorNet - Årsmöte.
- Ons 15/3 10.00-11.00 Qigong med Britt. Anmälan krävs.
- Ons 15/3 10.00-12.00 Bokcirkel - öppen för alla.
- Ons 15/3 10.00-14.00 Seniorpingis.
- Ons 15/3 11.00-13.00 Jazziorerna.
- Tors 16/3 10.00-14.00 Seniorpingis.
- Tors 16/3 10.00-12.00 SPF - Canasta.
- Tors 16/3 10.00-14.00 Nacka Judoklubb - Falltrygghet för äldre.
- Tors 16/3 12.00-14.00 Handarbete - öppen för alla.
- Tors 16/3 12.00-14.00 Modern vals med Gunilla.
- Fre 17/3 13.00-16.00 Mogendans - Wahlén & Segeblad.
- Lör 18/3 11.00-14.00 Seniorbio - Elvis.