



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
- 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.18		Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.
Tis	2/5	10.00-12.00 SPF - Handarbeten.
Tis	2/5	10.00-12.00 Linedance.
Tis	2/5	10.00-14.00 Bridge.
Tis	2/5	11.00-14.00 JazzäBoo. Spisa jazz ihop.
Tis	2/5	12.00-13.00 RGRM (träningsform). Anmälan krävs.
Tis	2/5	12.00-14.00 SPF - Odling.
Tis	2/5	13.30-15.30 SeniorNet - Internetcafé.
Ons	3/5	10.00-14.00 Seniorpingis.
Ons	3/5	11.00-13.00 Jazziorerna. Välkommen att lyssna!
Tors	4/5	10.00-12.00 SPF - Canasta.
Tors	4/5	10.00-12.00 Nacka Judoklubb - Falltrygghet för äldre.
Tors	4/5	10.00-14.00 Nacka Värmdö Strokeförening. Vid intresse, kontakta Birgitta Wessung på
Tors	4/5	10.00-14.00 Seniorpingis.
Fre	5/5	10.00-12.30 SPF - Kurs i iOS (iPhone/iPad).
Fre	5/5	12.00-14.00 PRO - Medlemsmöte.
Fre	5/5	13.00-15.30 SPF - Kurs i Android. (Samsung, Google, Xiaomi, Sony med flera).
V.19		Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.
Mån	8/5	10.00-12.00 Lilians Dansklubb.
Mån	8/5	10.00-12.30 PRO - Akvarellgruppen.
Mån	8/5	13.00-15.00 SPF Månadsmöte.
Tis	9/5	10.00-12.00 SPF Handarbeten.
Tis	9/5	10.00-14.00 Bridge.
Tis	9/5	12.00-14.00 SPF - Odling.
Tis	9/5	12.00-13.00 RGRM (träningsform). Anmälan krävs.
Tis	9/5	13.30-15.30 SeniorNet - Avslutning.
Ons	10/5	10.00-12.00 Bokklubb - öppen för alla.
Ons	10/5	10.00-14.00 Seniorpingis.
Ons	10/5	11.00-13.00 Jazziorerna.
Tors	11/5	10.00-12.00 SPF - Fotoklubb.
Tors	11/5	10.00-12.00 SPF - Canasta.
Tors	11/5	10.00-12.00 Nacka Judoklubb - Falltrygghet för äldre.
Tors	11/5	10.00-14.00 Seniorpingis.
Tors	11/5	12.00-14.00 Handarbete - öppen för alla.
Fre	12/5	10.00-12.30 SPF - Kurs i iOS (iPhone/iPad).
Fre	12/5	13.00-15.30 SPF - Kurs i Android. (Samsung, Google, Xiaomi, Sony med flera).
Fre	12/5	13.00-16.00 Mogendans - Patrick Eklöf.

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