



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 8/1-19/6, kl 10-14. Adressen är Utövägen 6, 132 54 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
- Canasta
- Yoga
- Måleri
- Tiodanskurs
- Dator-/surfplatte-/smartphonekurser
- Fredagsfys
- Pardans till levande musik
- Sittgympa
- Föreningsträffar
- Pingis
- Linedancekurser
- Seniordanskurs
- Jazzklubb
- 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:

Albin Waerndt

08-747 72 07

albin.waerndt@boofolketshus.se

VERKSAMHET VÅREN 2025

V. 16 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.

Mån	14/4	10.00-12.00	Gilledans & Gammeldans.
Mån	14/4	10.00-13.00	PRO - Akvarellgruppen.
Tis	15/4	10.00-11.00	Sittgympa med Monika.
Tis	15/4	10.00-13.00	Handarbeten.
Tis	15/4	10.00-14.00	Bridge.
Tis	15/4	11.00-14.00	JazzåBoo. Spisa jazz ihop.
Tis	15/4	12.00-13.00	RGRM (träningsform). Anmälan krävs.
Ons	16/4	10.00-14.00	Lusthuspingis.
Ons	16/4	13.00-14.00	Konversationscirkel i tyska.
Ons	16/4	13.30-16.30	Dagvandrararna.
Tors	17/4	10.00-14.00	Lusthuspingis.
Fre	18/4	13.00-16.30	Dagvandrararna.

V.17 Lusthuset öppet måndag-fredag 10.00-14.00.

Tis	22/4	10.00-11.00	Sittgympa med Monika.
Tis	22/4	10.00-13.00	Handarbeten.
Tis	22/4	10.00-14.00	Bridge.
Tis	22/4	12.00-13.00	RGRM (träningsform). Anmälan krävs.
Ons	23/4	9.30-10.15	Senioryoga med Nathalie.
Ons	23/4	10.00-12.00	PRO - Bokcirkel.
Ons	23/4	10.15-14.00	Lusthuspingis.
Ons	23/4	11.00-13.00	Jazziorerna.
Ons	23/4	13.00-16.30	Dagvandrararna.
Tors	24/4	10.00-12.00	SPF - Canasta.
Tors	24/4	10.00-12.00	SPF - Fotoklubb.
Tors	24/4	10.00-14.00	Lusthuspingis.
Fre	25/4	11.00-13.00	SPF - Bokklubb.
Fre	25/4	13.00-15.00	Mogendans med Christer Eklund! Entré 100kr.
Fre	25/4	13.30-16.30	Dagvandrararna.

Kom gärna med egna idéer på nya spännande aktiviteter!

Mer information hittar du på boofolketshus.se/lusthuset



LUSTHUSET

Kontakt:

Albin Waerndt

08-747 72 07

albin.waerndt@boofolketshus.se