

AKTIVITETSPLANERING

höstens aktiviteter på

Mjölkuddens trygghetsboende



Trivsamma höstaktiviteter v 41-51

När det blir oktober blir det också obönhörligen höst. Lulebos trivselvärdar ökar försiktigt utbudet av aktiviteter på alla våra trygghetsboenden samtidigt som vi flyttar aktiviteterna inomhus, för första gången sedan början av mars.

Inomhusaktiviteter för både kropp och knopp

Vi fortsätter med rörelse i olika former då det är aktiviteter som många längtar efter! Rörelsepassen är ca 45 minuter långa.

Nu lägger vi också till en helt ny cirkel som vi kallar *Bild, ord, kaffe*. Det är en sorts samtalscirkel som genomförs varje onsdag under oktober, november och december. Varje träff är ca 2 timmar lång, med kaffepaus. Mer information om detta finns på anmälningsslistan för aktiviteten!

Den 22 oktober kl 14.00-15.30 bjuder vi på en workshop under ledning av Eva Öhrling som fungerar som trivselvärd på Råneälvens trygghetsboende. Eva är aktiv slöjdare inom många olika tekniker och material och nu kommer hon och slöjdar med hyresgästerna på Mjölkuddens trygghetsboende.

Levande underhållning

Vi har bokat in levande underhållning till två fredagar under resten av hösten. Då vi nu behöver vara inomhus är vi tvungna att begränsa antalet platser – vi hoppas att ni har förståelse för detta.

Pop-up aktiviteter

Vi planerar också för fler aktiviteter på dagar och tider som ännu inte är bestämda. Håll utkik efter information!

Alla inomhusaktiviteter har begränsat antal deltagare

Corona-pandemin påverkar oss fortfarande och eftersom hyresgästernas säkerhet är en av de viktigaste parametrarna för vår verksamhet har vi gått igenom alla lokaler för aktiviteter och beslutat hur stora grupper vi vågar börja med. Anmälningsslistorna som sätts upp efter hand visar hur många deltagare varje aktivitet kan ta emot.

Varmt välkomna till en trivsam höst! /Trivselvärdarna

AKTIVITETSPLANERING

*höstens aktiviteter på
Mjölkuddens trygghetsboende*



Trivsamma höstaktiviteter v 41-51, sid 1 av 2

Mån 5/10	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 7/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Mån 12/10	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 14/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Tor 15/10	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i källaren
Mån 19/10	Kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 21/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Tor 22/10	kl 14.00	Slöjda med Eva	Samvaron, plan 4
Mån 26/10	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 28/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Tor 29/10	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i källaren
Mån 2/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 4/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Mån 9/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 11/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Tor 12/11	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i källaren

Alla aktiviteter har begränsat antal deltagare.

AKTIVITETSPLANERING

*höstens aktiviteter på
Mjölkuddens trygghetsboende*



Trivsamma höstaktiviteter v 41-51, sid 2 av 2

Mån 16/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 18/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Mån 23/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 25/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Tor 26/11	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i källaren
Fre 27/11	Kl 14.00	Levande underhållning	Samvaron, plan 4
Mån 30/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 2/12	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Mån 7/12	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 9/12	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4
Tor 10/12	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i källaren
Fre 11/12	Kl 14.00	Levande underhållning	Samvaron, plan 4
Mån 14/12	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i källaren
Ons 16/12	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron, plan 4

Alla aktiviteter har begränsat antal deltagare.