

AKTIVITETSPLANERING

*höstens aktiviteter på
Bergnäsets 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! På måndagar genomför vi rörelseaktiviteten två gånger samma dag för att fler ska kunna vara med. 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 tisdag under oktober, november och december. Varje träff är ca 2 timmar lång, med kaffepaus. Mer information om detta finns på anmälningslistan för aktiviteten!

Den 22 oktober kl 10.30-12.00 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 Bergnäsets 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. Anmälningslistorna 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
Bergnäsets trygghetsboende*



Trivsamma höstaktiviteter v 41-51, sid 1 av 3

Mån 5/10	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 5/10	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 6/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Mån 12/10	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 12/10	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 13/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Tor 15/10	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Fre 16/10	Kl 14.00	Levande underhållning	Samvaron i A-huset
Mån 19/10	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 19/10	Kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 20/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Tor 22/10	kl 10.30	Slöjda med Eva	Samvaron i A-huset
Mån 26/10	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 26/10	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 27/10	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Tor 29/10	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset

Alla aktiviteter har begränsat antal deltagare.

AKTIVITETSPLANERING

*höstens aktiviteter på
Bergnäsets trygghetsboende*



Trivsamma höstaktiviteter v 41-51, sid 2 av 3

Mån 2/11	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 2/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 3/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Mån 9/11	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 9/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 10/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Tor 12/11	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Fre 13/11	Kl 14.00	Levande underhållning	Samvaron i A-huset
Mån 16/11	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 16/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 17/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Mån 23/11	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 23/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 24/11	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Tor 26/11	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset

Alla aktiviteter har begränsat antal deltagare.

AKTIVITETSPLANERING

*höstens aktiviteter på
Bergnäsets trygghetsboende*



Trivsamma höstaktiviteter v 41-51, sid 3 av 3

Mån 30/11	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 30/11	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 1/12	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Mån 7/12	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 7/12	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 8/12	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset
Tor 10/12	Kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 14/12	kl 10.30	Rörelse	Gymmet i B-huset
Mån 14/12	kl 14.00	Rörelse	Gymmet i B-huset
Tis 15/12	kl 13.30	Cirkel: Bild, ord, kaffe	Samvaron i A-huset

Alla aktiviteter har begränsat antal deltagare.