

Aktivitetsbladet höst & vinter 2026



Välkommen till Fritid för Alla!

Vi erbjuder aktiviteter för barn, ungdomar och vuxna med funktionsnedsättning. Vårt mål är att alla ska ha möjlighet till en aktiv, social och inkluderande fritid.

I aktivitetsbladet hittar du aktiviteter som passar olika intressen och förutsättningar. Vi hoppas att du hittar något som passar just dig!

Fritid för Alla samarbetar med studieförbund, föreningar, Grunden Sydöstra Skåne, organisationer och kommunala verksamheter. Genom vårt samarbete med Sydöstra Skånes samarbetskommitté (SÖSK) är deltagare från flera kommuner välkomna att delta.

Hos oss är alla välkomna. Tillsammans visar vi hänsyn, respekt och omtanke så att alla kan känna sig trygga och ha roligt.



Ystads kommun

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning.....	2
Information	4
Nyhet! Aktiv fritid, en plats att mötas på	5
”Hälsan spelar roll” fortsätter att växa	6
Vattengymnastik fortsätter!	6
Nyhet! Häng med oss ut.....	7
Fotogänget är en lite grupp som gillar att fotografera.	7
Promenadutmaning	8
Aktiviteter V 36	9
Aktiviteter V 37	10
Aktiviteter V 38	12
Aktiviteter V 39	13
Aktiviteter V 40	14
Aktiviteter V 41	16
Aktiviteter V 42	17
Aktiviteter V 43	19
Aktiviteter V 44 OBS! Höstlov	20
Aktiviteter V 45	21
Aktiviteter V 46	23
Aktiviteter V 47	25
Aktiviteter V 48	26
Aktiviteter V 49	28
Aktiviteter V 50	29
Aktiviteter V 51	30



Ystads kommun

Föreningar i Ystad	32
Ystads IF Handbollsförening	32
Fotboll för alla IF FF	32
Golf för alla, Ystads Golfklubb	32
Bollklubben.....	32
Friskis & Sveltis.....	32
Ystad Ridklubb	33
Ystad IF E-Sport.....	33
KFUM LAN	33
KFUM, Kultur för alla Syd Och	33
Ystads Simsällskap	33
Diamantkören.....	33
Zumba för alla	34
Tennis för alla Ystads Tennisklubb.....	34
YDS Nautilus	34
GK Splitt	34
Ungdomens hus	34
Föreningar i grannkommunerna	34
Sjöbo.....	34
Skurup	35
Skurups Skytteförening.....	35
Tomelilla.....	35
Simrishamn	35
Andra tips	36



Ystads kommun

Information

För att vi ska kunna planera aktiviteterna på ett bra sätt och ge alla deltagare rätt förutsättningar är det viktigt att anmälan är korrekt med följande.

När ni anmäler er ska ni alltid uppges:

- namn
- var du bor
- telefonnummer

Denna information hjälper oss att planera aktiviteten, hålla ordning på deltagarlistan och säkerställa att rätt personer får rätt information.

Meddela också om du använder rullstol eller behöver stöd under aktiviteten. Detta är viktigt för att vi ska kunna planera och skapa så bra förutsättningar som möjligt. Observera att stöd i vissa fall kan innebära en extra kostnad.

Tid: Vid varje aktivitet anges hur lång aktiviteten är. Restid till och från aktiviteten ingår inte.

Mat: Om du är vegetarian, har någon allergi eller behöver specialkost ska du meddela detta när du anmäler dig. Då kan vi planera maten så att den passar alla deltagare.

Inställd aktivitet: Ibland kan en aktivitet behöva ställas in, till exempel om det är för få anmälda eller om vädret gör att aktiviteten inte kan genomföras på ett säkert sätt.

Avbokning: Om du får förhinder är det viktigt att du avbokar din plats så snart som möjligt via sms eller e-post. Då kan vi planera om verksamheten och erbjuda platsen till någon annan.

Se mer information om var och en aktivitet på:

[Fritid för Alla - Ystads kommun](#)

Anmälan och avanmälan till

Åsa Sundberg, fritidssamordnare LSS

Mobil: 0766 07 47 24

E-post: asa.sundberg@ystad.se



Ystads kommun

Nyhet! Aktiv fritid, en plats att växa på

I samarbete med Medborgaskolan och Ystad Kommun

Mötesplatsen är en trygg, social och kreativ verksamhet inom Aktiv fritid. Här kan du träffa andra, fika, samtala och skapa.



Kafé Hjärtat: En plats för fika, samtal och gemenskap.

Aktivitetshjulet:

Variation på aktiviteterna. En plats där du kan skapa, prova och utveckla idéer.

Inga anmälningarna på söndagarna.

Snackepodden Ystad:

Samtal, intervjuer och berättelse om sådant som är viktigt för dig. Udda måndagar utom skollov. Nybörjargrupp, kl. 16.00-16.45 och fortsättningsgrupp, kl. 17.00-18.30 på Lilla Norregatan 4 E.

Skrivstudion

Utforskaord, berättelser och ditt eget skrivande. Alla tisdagar utom skollov. Kl. 12.00-14.00 på medborgaskolan.

Teater för alla Ystad

Teater, musik, rörelse och gemensamt skapande. Teater för alla, musik och dans: Alla torsdagar utom skollov, kl. 16.30- 17.15. Teater för alla, drama och gestaltning: Alla torsdagar utom skollov, kl. 17.30-19.00

Vill du vara med? Här behöver man anmäla sig till de olika grupperna.

Praktisk information:

Plats: Aktivitetshusets lokaler, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad

Dag: söndag, ej öppet på loven

Tid: kl. 12.00–15.00

Pris: Aktiviteterna är gratis. Lättare fika finns att köpa och betalas med Swish.

Aktiviteter: Se aktivitetsbladet eller på hemsidan

Fritid för Alla – Ystads kommun.



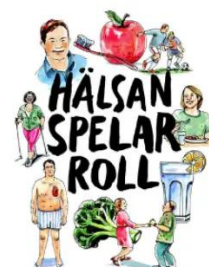
Ystads kommun

”Hälsan spelar roll” fortsätter att växa

Kursen finns nu på olika boende, DV och med fritidssamordnaren Åsa Sundberg.

”**Hälsan spelar roll**” är en kurs som handlar om att du ska må bra och att hålla dig frisk. Kursen ger stöd för att du ska kunna göra självständiga och hälsosamma val i vardagen.

För mer information ta kontakt med Åsa Sundberg:



Vattengymnastik fortsätter!

Plats: Ystad Arena Bad
Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad

Dag: tisdagar,

Tid: Kl. 16.30–17.30

Pris: 100 kr per tillfälle. Betalning sker i kassan vid ankomst, ändas kortbetalning. Har du ett ledsagarkort visar du upp det i kassan, då går ledsagare, personal in utan kostnad.

Hösttermin start: tisdag 1 september

Bra att veta: Ingen anmälan krävs. Ingen vattengymnastik under höstlovet (vecka 44),

Om vattengymnastiken:

Är enbart för personer med funktionsnedsättning. En virtuellinstruktör visas på en stor skärm vid bassängkanten och guidar deltagarna genom övningarna. Instruktören visar hur övningarna ska utföras och ger tydliga instruktioner under hela passet.

Vattengymnastiken kommer variera mellan 30–45 minuter.

Alla deltar utifrån sina egna förutsättningar och kan träna i sin egen takt.



Stadsvandringar fortsätter

Med utökat besök på Charlotte Berlins Museum,

I samarbete med, Klostret i Ystad- Kultur och Fritidsförvaltningen.

För mer information se aktivitetsbladet eller gå in på [Fritid för Alla - Ystads kommun](#)





Ystads kommun

Nyhet! Häng med oss ut

”Häng med oss ut” är ett koncept, fram tagen av Friluftsrådet. Den använder naturen och friluftsliv som verktyg för att främja fysisk och psykisk hälsa.

Aktiviteterna inkluderar naturvistelse, lättare promenad/vandring med fikastunder i naturen.

Metoden bygger på återhämtningsteori och kamratstöd, där deltagarna i små grupper får uppleva naturens läkande och kravlösa miljö.

Målet är att stärka den egna förmågan, minska isolering och öka livskvaliteten genom enkla naturaktiviteter.



För mer information ta kontakt med Åsa Sundberg:

Mobil: 0766 07 47 24

E-post: asa.sundberg@ystad.se

Fotogänget är en lite grupp som gillar att fotografera.

Det är fantastiska bilder deltagarna tar!

Följ oss gärna på Instagram: [foto.ganget](https://www.instagram.com/foto.ganget)

För mer information ta kontakt med Åsa Sundberg:

Mobil: 0766 07 47 24

E-post: asa.sundberg@ystad.se





Ystads kommun Promenadutmaning

Vi går igenom Sverige tillsammans!  

Häng med på en gemensam vandringsresa genom hela Sverige – från Treriksröset, Sveriges nordligaste punkt där Sverige, Norge och Finland möts, till Smygehuk, Sveriges sydligaste punkt.  Under hösten samlar vi tillsammans steg och kilometer och följer vår resa söderut på kartan.

Så här fungerar det:



Gå i din egen takt

Ta en promenad när det passar dig. Det spelar ingen roll om du går långt eller kort – alla steg räknas!



Registrera dina steg eller kilometer. Skriv upp hur många steg eller kilometer du går. Du kan delta själv eller tillsammans med andra.



Följ vår gemensamma resa

Jag summerar allas kilometer och visar på en karta hur långt vi har kommit tillsammans.



Upptäck Sverige längs vägen

Varje gång vi når en ny stad stannar vi upp en stund. Då får vi lära oss lite mer om platsen vi har vandrat till – historia, sevärdheter, roliga fakta och annat spännande.

Alla har sitt eget mål:

Du behöver inte jämföra dig med någon annan. Kanske vill du gå några kilometer i veckan, kanske vill du utmana dig själv och gå betydligt längre. Vi kan ha olika mål – men vi delar samma resa. 

En gång i månaden samlar jag in information från alla som vill vara med. Du berättar hur många steg eller kilometer du har gått, och jag räknar ihop allas resultat.

Sedan får ni en uppdatering om:



Hur långt vi har kommit tillsammans



Var på kartan vi befinner oss



Vilken stad vi har nått



Lite spännande information om platsen

Målet är inte att gå snabbast – utan att ha roligt, röra på sig och upptäcka Sverige tillsammans! 

Nu börjar vår gemensamma resa igenom Sverige!



Ystads kommun

Aktiviteter V 36

Vattengympa start

-  **När** tisdag 1 september
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan



Ingen anmälan.

Grundens Mötesplats

-  **När** onsdag 2 september
-  **Var** [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 17.30-19.30
-  **Pris** 40 kr för medlemmar aktivitet gratis. Icke medlemmar 60 kr



 **Aktivitet**Bingo

 **Mat** Kycklingsallad, vatten, kaffe & te

 **Anmälan krävs:** eva.akesson56@gmail.com

Bowling

-  **När** torsdag 3 september
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning



Ingen anmälan krävs.



Ystads kommun

Stadsvandring

-  **När** lördag 5 september
-  **Var** Klostret, [S:t Petri Kyrkoplan, 271 34 Ystad](#)
-  **Tid** Samling kl. 13.15 Startar: kl. 14.00
Avslut: kl. 15.00.
-  **Pris** Gratis
-  **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se



Mobil: 0766 07 47 24

Aktiv Fritid

-  **När** söndag 6 september
-  **Var** Aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Lättare fika finns att köpa
-  Aktivitet. Rundvandring och Bingo



Ingen anmälan.

Aktiviteter V 37

Vattengympa

-  **När** tisdag 8 september
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan



Ingen anmälan krävs.



Ystads kommun

Stadsvandring

-  **När** onsdag 9 september
-  **Var** Klostret, [S:t Petri Kyrkoplan, 271 34 Ystad](#)
-  **Tid** Samling: kl. 16.15 Start: kl. 16.30
Avslut: kl. 17.30
-  **Pris** Gratis
-  **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se



Mobil: 0766 07 47 24

Bowling

-  **När** torsdag 10 september
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning



Ingen anmälan krävs.

Aktiv Fritid

-  **När** söndag 13 september
-  **Var** Aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Lättare fika finns att köpa
-  **Aktivitet** Uppstart VR, information och prova på

Ingen anmälan.





Ystads kommun

Aktiviteter V 38

Vattengympa

-  **När** tisdag 15 september
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan

Ingen anmälan.



Grundens Mötesplats

-  **När** onsdag 16 september
-  **Var** **OBS! Biblioteket, [Adress: Surbrunnsvägen 12, 271 39 Ystad, Sverige](#)**
-  **Tid** **OBS! 17.30-19.00**
-  **Pris** **20 kr**
-  **Mat** Lättare fika
-  **Aktivitet** Vad kan man göra på biblioteket
-  **Anmälan krävs:** eva.akesson56@gmail.com



Bowling

-  **När** torsdag 17 september
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning

Ingen anmälan.





Ystads kommun

Aktiv fritid, plats att växa på



- När** söndag 20 september
- Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
- Tid** kl. 12.00-15.00
- Pris** Aktiviteterna är gratis. Lättare fika finns att köpa
- Aktivitet. VR, information och prova på

Ingen anmälan.

Aktiviteter V 39

Vattengympa

- När** tisdag 22 september
- Var** Ystad Arena Bad, , [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
- Tid** kl. 16.30-17.30
- Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan



Ingen anmälan.

Gäng med oss ut, höst

- När** onsdag 23 september
- Var** Karlssons Dammar, Saltgatan-Bärgatan
- Tid** kl. 13.30-15.00
- Pris** Gratis, fika ingår



Anmälan krävs! E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24



Ystads kommun

Bowling

-  **När** torsdag 24 september
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning



Ingen anmälan.

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 27 september
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Fikat betalas med swish



 Aktivitet. VR, information och prova på

Ingen anmälan.

Aktiviteter V 40

Vattengympa

-  **När** tisdag 29 september
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan



Ingen anmälan.



Ystads kommun

Grundens Mötesplats

- 
-  **När** onsdag 30 september
-  **Var** [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 17.30-19.30
-  **Pris** 40 kr för medlemmar aktivitet gratis. Icke medlemmar 60 kr
-  **Aktivitet** Skapande, målar på glas/ muggar
-  **Mat** Paj med sallad, kaffe och te
-  **Anmälan krävs:** eva.akesson56@gmail.com

Bowling

- 
-  **När** torsdag 1 oktober
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning

Ingen anmälan.

Aktiv fritid, plats att växa på

- 
-  **När** söndag 4 oktober
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Fikat betalas med swish
-  **Aktivitet.** VR, information och prova på

Ingen anmälan.



Ystads kommun

Aktiviteter V 41

Vattengympa

-  **När** tisdag 6 oktober
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan

Ingen anmälan.



Bowling

-  **När** torsdag 8 oktober
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning

Ingen anmälan.



Häng med oss ut, höst

-  **När** fredag 9 oktober
-  **Var** Musselgatan 9, 271 70 Nybrostrand
-  **Tid** kl. 14.00-15.30
-  **Pris** Gratis, fika ingår

 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24





Ystads kommun

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 11 oktober
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Fikat betalas med swish
-  **Aktivitet.** VR, information och prova på

Ingen anmälan.



Aktiviteter V 42

Vattengympa

-  **När** tisdag 13 oktober
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan

Ingen anmälan.



Grundens Mötesplats

-  **När** onsdag 14 oktober
-  **Var** [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 17.30-19.30
-  **Pris** 40 kr för medlemmar aktivitet gratis. Icke medlemmar 60 kr
-  **Aktivitet** Information om VR och prova på tillfälle





Ystads kommun

 **Mat** Bakad potatis med fyllning, vatten, kaffe & te.

 **Anmälan krävs:** eva.akesson56@gmail.com

Bowling

-  **När** torsdag 15 oktober
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning



Ingen anmälan.

Vernissage kulturdagen Ystad

-  **När** lördag 17 oktober
-  **Var** Biblioteket, [Surbrunnsvägen 12, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 14.00-15.00
-  **Pris** Gratis



 **Aktivitet** Utställningen hänger uppe hela V 42 & v43, 12–19 oktober, Öppettider: måndag-torsdag kl. 10–19, fredag kl. 10–17, lördag kl. 10–14.

Ingen anmälan.

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 18 oktober
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00





Ystads kommun

 **Pris** Aktiviteterna är gratis. Fikat betalas med swish

 Aktivitet. Uppstart med ny aktivitet verkstadskörkort

Ingen anmälan.

Aktiviteter V 43

Vattengympa

 **När** tisdag 20 oktober

 **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)

 **Tid** kl. 16.30-17.30

 **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan

Ingen anmälan.



Bowling

 **När** torsdag 22 oktober

 **Var** O'Learys, , [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)

 **Tid** kl. 16.00-17.00

 **Pris** 100 kr, endast kortbetalning

Ingen anmälan.





Ystads kommun

Aktiv fritid, plats att växa på



- När** söndag 25 oktober
- Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
- Tid** Kl. 12.00-15.00
- Pris** Aktiviteterna är gratis. Fikat betalas med swish
- Aktivitet. Verkstadskörkort

Ingen anmälan.

Häng med oss ut, höst

- När** söndag 25 oktober
- Var** Musselgatan 9, 271 70 Nybrostrand
- Tid** kl. 15.30-17.30
- Pris** Gratis, fika ingår
- Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24



Aktiviteter V 44 OBS! Höstlov

Häng med oss ut, höst

- När** tisdag 27 oktober
- Var** Karlssons Dammar, Saltgatan-Bärgatan
- Tid** kl. 13.30-15.30
- Pris** Gratis, fika ingår
- Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24





Ystads kommun

Grundens Mötesplats

- 
- När**
- onsdag 28 oktober
-
- 
- Var**
- [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)
-
- 
- Tid**
- 17.30-19.30
-
- 
- Pris**
- 40 kr för medlemmar aktivitet gratis. Icke medlemmar 60 kr
-
- 
- Mat**
- Halloweentema på maten kaffe och te
-
- 
- Aktivitet**
- Halloweentema, pumpor.
-
- 
- Anmälan krävs:**
- eva.akesson56@gmail.com



Karaoke

- 
- När**
- torsdag 29 oktober
-
- 
- Var**
- O'Learys,
- [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-
- 
- Tid**
- 18.00-19.00
-
- 
- Pris**
- 100 kr endast kortbetalning
-
- 
- Anmälan krävs!**
- E-post:
- asa.sundberg@ystad.se



Mobil: 0766 07 47 24

Aktiviteter V 45

Vattengympa

- 
- När**
- tisdag 3 november
-
- 
- Var**
- Ystad Arena Bad, ,
- [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-
- 
- Tid**
- kl. 16.30-17.30
-
- 
- Pris**
- 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan



Ingen anmälan.



Ystads kommun

Charlotte Berlins Museum, guidad tur

-  **När** onsdag 4 november
-  **Var** Dammgatan 23, 271 42 Ystad
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** Gratis

 **OBS!** Ej rullstolar, tyvärr ej så bra handikappas anpassat museum

 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24



Bowling

-  **När** torsdag 5 november
-  **Var** O'Learys, , [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning

Ingen anmälan.



Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 8 november
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Enklare fika betalas med swish

 Aktivitet. Verkstadskörkort

Ingen anmälan.





Ystads kommun

Charlotte Berlins Museum, guidad tur



När söndag 8 november

Var Dammgatan 23, 271 42 Ystad

Tid kl. 14.00-15.00

Pris Gratis

OBS! Ej rullstolar, tyvärr ej så bra handikapps anpassat museum

Anmälan krävs! E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24

Aktiviteter V 46

Vattengympa

När tisdag 10 november

Var Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)

Tid kl. 16.30-17.30

Pris 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan

Ingen anmälan.



Grundens Mötesplats

När onsdag 11 november

Var [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)

Tid kl. 17.30-19.30

Pris 40 kr för medlemmar aktivitet gratis. Icke medlemmar 60 kr

Aktivitet VIP-presentera, Viktig Intressant Person.





Ystads kommun

 **Mat** Ärtsoppa med Christinas pannkakor, kaffe och te

 **Anmälan krävs:** eva.akesson56@gmail.com

Bowling

-  **När** torsdag 12 november
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning



Ingen anmälan.

Fråga bibblan, digital träff

-  **När** torsdag 12 november
-  **Var** digitalt, var det passa dig
-  **Tid** 17.00-18.30
-  **Pris** Gratis



Anmälan krävs! Till angelica.bendren@ystad.se

AW

-  **När** fredagen 13 november
-  **Var** **Pizzeria regemente**, [Regementsgatan 7, 271 41 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 17.30-19.00
-  **Pris** Beroende på vad du beställer för mat och dricka.



 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24



Ystads kommun

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 15 november
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Fikat betalas med swish
-  **Aktivitet.** Verkstadskörkort

Ingen anmälan.



Aktiviteter V 47

Vattengympa

-  **När** tisdag 17 november
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan

Ingen anmälan.



Läshunden Ozzy kommer till biblioteket

-  **När** onsdag 18 november
-  **Var** biblioteket, [Surbrunnsvägen 12, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-18.00
-  **Pris** Gratis
-  **Aktivitet** Läskiga böcker och spökpysssel

 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24





Ystads kommun

Bowling

-  **När** torsdag 19 november
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning



Ingen anmäla.

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 22 november
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis fiket är till självkostnadspris.



 Aktivitet. Verkstadskörkort

Ingen anmälan.

Aktiviteter V 48

Vattengympa

-  **När** tisdag 23 november
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning, man betalar i kassan



Ingen anmälan.



Ystads kommun

Grundens Mötesplats avslutning



-  **När** onsdag 25 november
-  **Var** [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)
-  **Tid** 17.30-19.30
-  **Pris** 40 kr för medlemmar aktivitet gratis. Icke medlemmar 60 kr
-  **Aktivitet** Uppträde, sång och musik
-  **Mat** Kalkon, potatisgratäng med sallad med efterrätt, kaffe och te
-  **Anmälan krävs:** eva.akesson56@gmail.com

Bowling

-  **När** torsdag 26 november
-  **Var** O'Learys, , [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00
-  **Pris** 100 kr endast kortbetalning



Ingen anmälan.

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 29 november
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Lättare fika betalas med swish
-  **Aktivitet.** Mat, bak & dukning



Ingen anmälan.



Ystads kommun

Aktiviteter V 49

Vattengympa avslutning

-  **När** tisdag 1 december
-  **Var** Ystad Arena Bad, [Fridhemsgatan 27, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-17.30
-  **Pris** 100 kr endas kortbetalning, man betalar i kassan

Ingen anmälan.



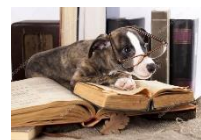
Läshunden Ozzy kommer till biblioteket

-  **När** onsdag 2 december
-  **Var** biblioteket, [Surbrunnsvägen 12, 271 39 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.30-18.00
-  **Pris** Gratis

 **Aktivitet** Astrid Lindgren och pyssel julkort

 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24



Bowling avslutning

-  **När** torsdag 3 december
-  **Var** O'Learys, [Fridhemsgatan 27, 271 45 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 16.00-17.00 bowling
-  **Tid** kl. 17.00-18.00 äter tillsammans
-  **Pris** 100 kr för bowling + maten du beställer, meny kommer separat vid anmälan.

Ingen anmälan.





Ystads kommun

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 6 december
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** kl. 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Lättare fika betalas med swish

 Aktivitet. Mat, bak & dukning

Ingen anmälan.



Aktiviteter V 50

Häng med oss ut, vinter

-  **När** tisdag 8 dec
-  **Var** Slingans grillplats, sandskogen, Skvadronsvägen 24, 271 60 Ystad
-  **Tid** kl. 14.00-15.30
-  **Pris** Gratis, vi grillar korv.

 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24



Julbingo

-  **När** torsdag 10 dec
-  **Var** [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 17.00-19.00
-  **Pris** 40 kr betalas kontant eller med swish



Ystads kommun

 **Mat** Varm smörgås, te och kaffe

 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24

AW

 **När** fredagen 11 december

 **Var** Pizzeria regemente, [Regementsgatan 7, 271 41 Ystad](#)

 **Tid** kl. 17.30-19.00

 **Pris** Beroende på vad du beställer för mat och dricka.

 **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se

Mobil: 0766 07 47 24



Aktiv fritid, plats att växa på

 **När** söndag 13 december

 **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad

 **Tid** kl. 12.00-15.00

 **Pris** Aktiviteterna är gratis. Lättare fika betalas med swish

 Aktivitet. Mat, bak & dukning

Ingen anmälan.



Aktiviteter V 51

Julhäng, bygga/ dekorera pepparkakshus



Ystads kommun

-  **När** onsdag 16 december
-  **Var** [Stora Norregatan 13, 271 35 Ystad](#)
-  **Tid** kl. 17.00-19.00
-  **Pris** 40 kr
-  **Aktivitet** Bygga pepparkakshus och vi fika tillsammans.
-  **Mat** Fika, pepparkakor och julmust, kaffe och te
-  **Anmälan krävs!** E-post: asa.sundberg@ystad.se



Mobil: 0766 07 47 24

Aktiv fritid, plats att växa på

-  **När** söndag 20 december
-  **Var** aktivitetshuset, Hyllegatan 14, 271 38 Ystad
-  **Tid** 12.00-15.00
-  **Pris** Aktiviteterna är gratis. Lättare fika betalas med swish
-  **Aktivitet.** Mat, bak & dukning, avslutning



Ingen anmälan.



För ert deltagande

Åsa Sundberg

Fritidssamordnare LSS

asa.sundberg@ystad.se

0766 07 24 24



Ystads kommun

Föreningar i Ystad

Ystads IF Handbollsforening

Kontakt: Jonas Fyhr

www.yif.se



Telefon: 072-5780440

Fotboll för alla IF FF

Kontakt: Douglas Andersson

douglas@emphus.se



Telefon: 070-5202532

Golf för alla, Ystads Golfklubb

Kontakt: Douglas Andersson

E-post: info@ystadgk.se

<http://ystadgk.se>



Telefon: 070-5202532

douglas@emphus.se

Bollklubben

Badminton för alla.

www.ystadsbk.se



Friskis & Sveltis

Kontakr: Chatrine Walfridsson

E-post: info@ystad.friskissvettis.se

<https://www.friskissvettis.se/ystad>



Telefon: 076-9414844



Ystads kommun

Ystad Ridklubb

Kontakt:

E-post: ystadridklubb@ystad.nu



www.ystadridklubb.com

Ystad IF E-Sport

Kontakt: Håkan

E-post: esport@yif.se



Telefon: 0733-707668

<https://www.yif.se>

KFUM LAN

Kontakt: Kristian

www.kfumystad.se



Telefon: 076-7626348

KFUM, Kultur för alla Syd

Kontakt:

Carola Lind

E-post: kulturforallasyd@gmail.com



Och



<http://kulturforallasyd.se>

Ystads Simsällskap

Kontakt

kansli@ystadsim.se



Telefon: 073-53 727 10

Telefontid: måndagar, onsdagar 09.00-12.00

Diamantkören

<https://ystad.se/uppleva-gora/barn-och-unga/kulturskolan-i-ystad/vart-utbud>

Kontakt: E-post: kulturskolan@ystad.se





Ystads kommun

Zumba för alla



Studio Öja 24:7 En träningsstudio med kärlek, för ALLA!

Kontakt: E-post: studiooja247@hotmail.com

www.timecenter.se/studiooja247

Se även på FB, funkisföräldrar i Ystad, vilka dagar det är Zumba för alla.

Tennis för alla Ystads Tennisklubb



Kontakt: Ola Thorkelsson

Telefon: 0411- 100 40

<http://ytk.se>

YDS Nautilus



Kontakt: E-post:

ydsnautilus@gmail.com

www.ydsn.se

GK Splitt



Kontakt: kansli@gksplitt.se.

www.gksplitt.se

Ungdomens hus



Kontakt: Richard Andersson

Telefon: 0411-57342

E-post: ungdomenshus@ystad.se

www.ystad.se/fritid/ungdomenshus

Föreningar i grannkommunerna

Sjöbo

Sjöbo Golfklubb

Kontakt:

E-post: info@sjobogk.com



Telefon: 046-631 09

<https://sjobogk.com>



Ystads kommun Skurup

Skurups AIF "Fotboll för alla".

Kontakt: Angelina Virgin

<https://www.skurupsaif.se>



E-post: angelina7712@hotmail.com

Skurups Skytteförening

Kontakt: Richard Nilsson

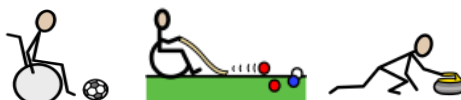
E-post: skurups.skytteforening@gmail.com



Telefon: 0703-252586

<https://skurupsskytteforening.se>

Tomelilla



Lunnarps bollklubb, Parafotbollen, Boccia och Curling

Kontakt: Peter Svensson

peter.svensson@lunnarpsbk.se

E-post: parasport@lunnarpsbk.se

<https://lunnarpsbk.se/parasport>

Österlenbadet

Kontakt:

E-post: osterlenbadet@tomelilla.se



Telefon: 0417-183 83

<https://tomelilla.se/osterlenbadet>

Simrishamn

FF Österlen

Kontakt: Mikael Engström

E-postl: micke@grimman.se



Telefon: 070-6221362

<https://www.laget.se/FFOsterlen/>

Österlen Sim

Kontakt: Karolina Tuesson

<https://www.osterlensim.se>



E-post: info@osterlensim.se



Ystads kommun

Österlens Ridklubb, Borrby



Kontakt: Josefine Lempinen

E-post: info@osterlensridklubb.se

E-post: josefine@osterlensridklubb.se

Telefon: 070542089

<https://www.osterlensridklubb.se/>

Andra tips

Gå in på Ystads kommuns hemsida:

- Fritiden för alla
- Kultur och upplevelser
- Klostret i Ystad - Ystads kommun

Obs! För ledsagare är vissa inträden gratis. Våga fråga och visa ditt ledsagarkort, tex

Ystad Arena Bad, Visitor Center, Konsthallen, Klostret