

SENIORERNAS HUS

LÖDERUPSGÅRDEN

Ystads kommuns mötesplats för seniorer

PROGRAM



November 2020

Hej allihopa.

Nu har vi varit igång två veckor och det är härligt att äntligen fått träffa er alla igen om än i små grupper och med lite restriktioner. November kommer att fortsätta i samma stil som oktober , en ny aktivitet har tillkommit och det är den egna släktforskningen som kommer vara om torsdagar. Se mer om denna aktivitet inne i programmet.

Det har varit ganska många på alla aktiviteter som startat men det finns plats för några till om du/ni är intresserade av att komma in och vara med.

I skrivande stund så har vi precis avnjutet en grillkväll med tipspromenad . Så roligt att så många kom och hade en trevlig kväll tillsammans ute i det ganska så blöta vädret. Många glada skratt hördes ändå i denna våta höstliga kväll.

November månad brukar ju innehålla en modevisning med Seniorshopen men i dessa tider så är den inställd, tyvärr.

Även vår gemensamma julresa kommer i år också att ställas in , här får vi hoppas att allt snart återgår till lite mer normalt levande så att vi kanske kan ta en resa någonstans i vår istället tillsammans.

Men även om vi nu inte kan ha kaffekalas och andra träffar tillsammans i november än de som finns i programmet så kommer det ju en del helger som ni kan umgås med era nära och kära.

Det börjar ju med Alla helgons dag redan den 1 november sedan följs det upp av en god kaka den 6/11 när det är Gustav Adolfs dagen. Veckan efter är det tid att smörja kråset för då är det ju Mårtens afton, ops här glömde jag ju att Fars dag inträffar den 8/11. Sen är det lite lugnt fram till den sista helgen då det är dags att ställa fram våra kära adventsljusstakar igen och fira 1:a advent igen.

Önskar er alla en trevlig november / *Ann-Sofie*

Novembers aktiviteter

Måndagar:

09:00 Promenadgrupp

med eller utan stavar. Här kan man välja olika rundor så att alla kan vara med.

Samling: utanför stora entrén

Tisdagar:

13:30 – 15:00 Gamla ord och uttryck: Max 10 deltagare

Är du intresserad av "Gamla ord och uttryck" så är du välkommen in och vara med. Vi samlas och pratar om ord och uttryck tillsammans.

OBS!!! Om man vill ha fika får detta medtagas själv, även kopp m,m

Samling: utanför dörren i gången där vi brukar ha midsommarkaffe för att tillsammans gå in. **Inställt tisdag 10/11**

Onsdagar:

10:00 – 10:45 Gymnastik i terapin Max 10 deltagare

En gymnastik med lite mer fart som passar alla,
och man kan utföra rörelserna både sittande och stående.

Samling: utanför dörren i gången där vi brukar ha midsommarkaffe för att tillsammans gå in.

13:30 – 15:00 Onsdagsträffen i terapin Max 10 deltagare

Här träffas vi och umgås en stund tillsammans
vill man tar man ett handarbete eller något annat med sig.

OBS!!! Om man vill ha fika får detta medtagas själv, även kopp m,m

Samling: utanför dörren i gången där vi brukar ha midsommarkaffe för att tillsammans gå in. **Inställt onsdag 4/11 och onsdag 25/11**

Torsdagar:

13:00-16:00 Egen släktforskning i terapin Max 5 deltagare

Här forskar vi på egen hand med egna datorer och eget abonnemang.

Samling: utanför dörren i gången där vi brukar ha midsommarkaffe för att tillsammans gå in.

Fredagar:

10:00 – 10:45 Gymnastik i terapin Max 10 deltagare

En gymnastik med lite mer fart som passar alla,
och man kan utföra rörelserna både sittande och stående.

Samling: utanför dörren i gången där vi brukar ha midsommarkaffe för att tillsammans gå in.

Välkomna att titta in och vara med på aktiviteterna på Seniorernas Hus ingen föranmälan behövs på dessa aktiviteter.

Lite information om var du kan hitta våra program:

Aktuellt program finns alltid att hämta på Seniorernas Hus Löderupsgården .Du kan också hitta aktuellt program på vår hemsida på ystad.se. Sök på "Seniorernas Hus" och klicka dig vidare till Löderup respektive Göken. Om du inte har dator eller har möjlighet att själv hämta programmet, kan du kontakta verksamhetssamordnaren , så skickar jag ett program till dig med posten.

Seniorernas Hus har även facebook , ”Seniorernas Hus Löderupsgården” och ”Seniorernas Hus Göken” heter vi, där kan du se bilder på alla våra trevliga aktiviteter och även lite av vad som händer på Seniorernas Hus.

Seniorernas Hus Löderupsgården

Fabriksgatan 7 27176 Löderup

0411-577876

Om du/ni undrar över något eller bara har en fråga tveka inte att höra av er till mig antingen på telefon eller på mail.

Med vänliga hälsningar

Ann-Sofie Dahlström

Samordnare Seniorernas Hus Löderupsgården

Fabriksgatan 7 , 27176 Löderup

Telefon: 0411-577876

Mail: ann-sofie.dahlstrom@ystad.se

”Gamla skånska ord och uttryck”

Tisdagar 13.30 – 15.00

i Terapin

Är du intresserad av ”Gamla skånska ord och uttryck” så är du välkommen in och vara med på denna lilla aktivitet. Här samlas vi och pratar och diskuterar och kanske även skriver ner de gamla orden som ni minns och dess betydelser så att inte allt det gamla bara försvinner utan kanske får en chans att leva vidare.

Ingen anmälan behövs bara titta in om du är intresserad.

OBS!!! Om man vill ha fika får detta medtagas själv, även kopp m,m

VÄLKOMNA

		rullebör
ålahue		
	glöttig	hossor
mög	fobbick	räligt
hotta		fälleben

Inställt tisdag 10 november

November månads hjärngympa

Denna månads hjärngympa blir lite annorlunda än de andra vi haft. Här gäller det att tänka till ordentligt för att lösa detta.

På en gata finns fem små hus på rad. De har alla olika färg. Ägarna till husen är alla av olika nationalitet. Samtliga husägare dricker olika drycker, röker cigaretter av olika märken och har olika husdjur.

Ingen har alltså samma slags husdjur, ingen dricker samma slags dryck, ingen röker samma slags cigaretter och ingen är av samma nationalitet.

FRÅGAN LYDER: VEM ÄGER AKVARIEFISKARNA

Fakta:

- a) Engelsmannen bor i det röda huset
- b) Svensken har en hund som husdjur
- c) Dansken dricker te
- d) Det gröna huset ligger omedelbart till vänster om det vita
- e) Det gröna husets ägare dricker kaffe
- f) Personen som röker Pall Mall föder upp fåglar
- g) Det gula husets ägare röker Dunhill
- h) Personen som bor i huset i mitten dricker mjölk
- i) Norrmannen bor i det första huset
- j) Personen som röker Blend bor som granne till honom som har katt
- k) Personen som har häst bor som granne till den som röker Dunhill
- l) Personen som röker Bluemasters dricker öl
- m) Tysken röker Prince
- n) Norrmannen är granne till det blå huset
- o) Personen som röker Blend har en granne som dricker vatten

Svaret är.....

Namn och telenr:.....

Lämna in din svarstalong senast 25 november till Ann-Sofie för att vara med i tävlingen. Glöm inte namn och telefonnummer.

Här kommer de rätta svaren på oktobers hjärngympa

Här skulle det fyllas i det ord som saknades för att
ordspråket skulle bli fullständigt.

1. Eftertankens kranka...blekhet
2. Bättre en fågel i handen än tio...i skogen
3. Surt sa...räven.. om rönnbären
4. Man saknar inte ...kon...förrän båset är tomt
5. Små grytor har också ...öron
6. Alla vägar bär till...Rom
7. Ana ...ugglor....i mossen
8. Bitar...huvudet...av skammen
9. Själv är bäste ...dräng
10. Dra dit ...pepparn...växer
11. När det regnar på prästen så droppar det på ...klockaren
12. Fattig som en ...kyrkråtta
13. Det fina i ...kråksången
14. Först till kvarn får först ...mala
15. Glida in på en ...räkmacka
16. Höra från ...hästens...mun
17. Köpa ...grisen...i säcken

Grattis till Inez Johansson vinnare av mars

hjärngympa

Det här är Seniorernas Hus

Seniorernas Hus är Ystads kommuns satsning på en mötesplats för äldre.

Vi finns på Löderupsgården i Löderup och på göken i Ystad. Med Seniorernas Hus vill vi främja hälsa, förebygga ohälsa och ge förutsättningar för ett aktivt åldrande. Vi vill bidra till att bryta social isolering, ge en meningsfull vardag och skapa delaktighet i samhället.

Till Seniorernas Hus är **alla** äldre välkomna, oavsett om man tillhör en förening eller inte. Här erbjuds aktiviteter i egen regi men också i samarbete med frivilliga, studieförbund och olika föreningar. Alla aktiviteter är öppna för alla, oavsett vem som står som medarrangör! Inga medlemskap krävs. Observera att vissa arrangemang kan kräva en föransökan.

Har du förslag på aktiviteter som du skulle vilja se här på Seniorernas Hus i Löderup? Har du hört talas om någon rolig eller intressant föreläsare som vi kan bjuda hit? Är ni ett gäng seniorer som redan träffas, men som saknar lokal och samtidigt kan tänka er att bjuda in andra till er aktivitet? Då är ni välkomna att låna våra lokaler inom ramen för Seniorernas Hus. Även ni som har en studiecirkel kan under vissa förutsättningar få låna våra lokaler. Ta kontakt med samordnaren så berättar jag mer.

Vi kommer att starta med vissa förhållningsregler:

- Om du är sjuk, avstå från besök på Seniorernas Hus. Detta gäller även milda symptom.
- Besökarna ska vara fria från feber, hosta och andra covid-19-symptom.
- Håll god handhygien samt hosta eller nys i armvecket. Vid entré till verksamheten finns information om hygienrutiner samt möjlighet för dig att tvätta händerna med tvål och vatten och/eller handdesinfektion.
- För att kunna hålla avståndet på 1 ½ meter har vi begränsat antal personer i våra lokaler
- Håll avstånd och tänk på att det inte ska vara fler på aktiviteter än det är tillåtet.
- Glöm inte bort att desinfektera dina händer efter varje aktivitet.
- Ingång sker via ingången mellan enheterna Baksippan och Solrosen (Järnvägsgatan).
- Alla aktiviteter kommer att vara i Lokal Terapania.
- Ingen vistelse i de gemensamma utrymmena.



