



Månadsprogram

Februari 2019

Mötesplatsen Kristallen på Flintebro
Öppet för alla seniorer i Skurups Kommun



Varmt välkomna!

Februari

Vecka 5

Fredag 1

Flintografen bjuder på musik. Önska era favoritlåtar från nätet och vi försöker hitta rätt i djungeln. Fikan står serverad för er som önskar. Kl. 14.00

Vecka 6

Måndag 4

Sittgymnastik kl. 10.00 - 11.00

Bingo kl. 14.00 - 15.30 [kostnad 30 kr]

Tisdag 5

Linedance! Första för året, kom och känn rytmen! Ingen förkunskap krävs. 11.00-12.00. **Kursavgift tillkommer för 8 gånger. Anmälan krävs.**

Sånglusten övar inför "öppen dörr" kl. 13.00 - 15.00.

Onsdag 6

Sittande Qi gong med Lars kl. 10.00-11.00

Muffinsbuffé! Ostmuffins, baconmuffins, kaffemuffins Lite fakta kring muffins presenteras och vi provsmakar med härlig jazz musik i bakgrunden. **Anmälan krävs.** Kostnad 40 kr. Kl. 14.00

Torsdag 7

Bingo kl. 10.00 - 11.30 [kostnad 30 kr]

Kaffe med dopp! Vi avnjuter en go kopp kaffe och mår väl i varandras sällskap. Välkomna in i värmen! kl. 14.00

Fredag 8

Flintografen visar dokumentären "**Statsministrarna**". En dokumentär som skildrar var och en av våra tidigare statsministrar. I dag visar vi andra delen med f.d. statsministern Carl Bildt. Dokumentären handlar om makten, möjligheterna, motgångarna och kriserna. Carl Bildt ger sin bild hur det var att leda Sverige och bära det yttersta politiska ansvaret. Vi startar dokumentären kl. 13.30. Fika serveras under tiden.

Vecka 7

- Måndag 11 Sittgymnastik kl. 10.00 - 11.00
Bingo kl. 14.00 - 15.30 [kostnad 30 kr]
- Tisdag 12 Biblioteket kommer och tipsar om bra böcker kl. 10.00

Linedance! Kom och känn rytmen, och ha en trevlig timme med Camilla. Ingen förkunskap krävs. 11.00-12.00

Anmälan krävs.

Sånglusten övar inför "öppen dörr" kl. 13.00 - 15.00.

- Onsdag 13 Sittande Qi gong med Lars kl. 10.00 - 11.00

Kenneth och Maria! Musikunderhållning med dragspel och sång! En duo som spelar välkända bitar som vi alla kan nynna med i. Kom och få lite härlig "musik feeling". Underhållningen startar kl. 14.00. Efteråt fikar vi tillsammans.

- Torsdag 14 ***Obs! Ingen bingo i dag p.g.a. utbildning!***

Alla hjärtans dag! Poesi, kom och se om Poesi kanske är något för dig. Vi sitter i dag och skriver egen poesi på fina små hjärtan som vi sen hänger upp i vårt "hjärteträd". Känn kärleken flöda! En hjärtebakelse med kaffe serveras även till er som önskar till en kostnad av 30 kr. Kl. 14.00. Varmt välkomna!

- Fredag 15 Fredagsmys kl. 14.00 - 15.30

Vecka 8

Sportlovsvecka! I Skåne har alla skolbarn sportlov denna vecka. Vi på Kristallen håller dock inte sportlov utan vi har verksamhet som vanligt! Vi serverar olika nyttiga smoothies till Måndagsgymnastiken [kl. 10.30], onsdagseftermiddagen [kl. 14.00], torsdagseftermiddagen

kl. 14.00] och under Spadagen [kl. 14.00] Kom gärna och provsmaka och se om detta kanske är något för just dig!

Måndag 18 Sittgymnastik kl. 10.00 – 11.00

Bingo kl. 14.00 - 15.30 [kostnad 30 kr]

Tisdag 19 *Linedance!* Kom och känn rytmen och ha en härlig timme med Camilla. 11.00–12.00 **Anmälan krävs.**

Svanholms restaurang! Åker upp mot vackra slottet Svaneholm och äter en god lunch tillsammans. Dagens lunch betalar var och en själv på plats. Upplev en fin miljö samtidigt som en god lunch äts. Resan kostar 25 kr. Vi åker härifrån kl. 11.30. **Anmälan krävs.**

Onsdag 20 Sittande Qi gong med Lars kl. 10.00 – 11.00

Betong gjutning etapp 1! I dag gör vi drak ägg med hjälp av betong och ballonger kom och prova och se om detta kan vara något kl. 14.00 Vi fikar under tiden. 40 kr kostar det att gjuta och fika.

Torsdag 21 Bingo kl. 10.00 – 11.30 [kostnad 30 kr]

Speleftermiddag! Kom och se om du har tur med tärningarna. Vi testar och ser om Yatzy är något för oss! Vi startar upp kl. 14.00. Eftermiddagsfikan är framdukad i sann Yatzy anda.

Fredag 22 *Spa dag!* Spaet har öppnat. Passa på att bli lite extra fin inför helgen. Välj mellan manikyr, ansiktsmassage eller handmassage denna dag. Med start kl. 12.40- 15.15 **Boka er för en tid i anmälningspärmerna.**

Vecka 9

Måndag 25 Sittgymnastik kl. 10.00 – 11.00
Bingo kl. 14.00 - 15.30 [kostnad 30 kr]

Nytt månadsprogram för Mars kommer ut kl. 14.00

Tisdag 26 *Linedance!* Kom och känn rytmen och ha en härlig timme med Camilla. 11.00–12.00 **Anmälan krävs.**

Sånglusten övar inför "öppen dörr" kl. 13.00 – 15.00.

Onsdag 27 Sittande Qi gong med Lars kl. 10.00 – 11.00

Landskapsrätt! Nionde stoppet på vår Sverigeresa går till ett landskap som är till stor del täckt av blåbärsrik granskog och tallskog. Höga kusten är också något vi förknippar med detta landskap. Har ni listat ut vilket landskap vi "besöker" i dag? Välkomna till Flintografen kl. 13.00. Kostnad 80 kr.
Anmälan krävs.

Torsdag 28 **OBS Ändring av tid på Gudstjänsten och ingen bingo i dag!**

Gudstjänst med Skurups församling kl. 10.30
Efteråt kyrkokaffe.

Svenska kyrkan 



Annika och Karin hälsar Dig senior hjärtligt välkommen!

0411-536180



Nu finns vi även på Instagram

Användarnamn: kristallen_skurup

#dgvkristallen


medborgarskolan



Svenska kyrkan 

Smoothie!

Få en kickstart på dagen med en frisk smoothie med frukt till frukost! Mixa, trixa och kombinera ihop din egen favorit, det finns ju så många goda frukter och bär att välja mellan.

Här nedan finner ni en god smoothie mix!

Bärsmoothie för 4 personer

- 1 liter bär
- 2 dl mild yoghurt grekisk
- 2 dl apelsinjuice
- Strösocker



Gör så här:

Rensa bären. Häll på yoghurt och juice. Mixa till en dryck och smaksätt med valfri mängd socker. Häll upp i glas.

Så enkelt, men så gott!

Gällande nya lagen GDPR

*I vår verksamhet tas det mycket foto och vi är glada att kunna göra detta. Med den nya lagen som nyligen har trätt i kraft - **GDPR** måste vi numera ha ett samtycke från var och en av er när vi publicerar kort på er. Ni som inte redan har fått denna information samt samtyckeblankett får gärna höra av sig så berättar vi mer!*





Att tänka på!

Anmälningar till följande datum i Februari

- *Onsdagen den 6/2 [Muffins buffé]*
- *Tisdagen den 19/2 [Svaneholms restaurang]*
- *Fredagen den 22/2 [Spa Dag]*
- *Onsdagen den 27/2 [Landskapsrätt]*