

Östermälärstrand Bladet



Maj 2025

Leva Livet

Hej!

Nu är vi inne i Majmånad och våra omgivningar börjar ta ny form och färg till sommaren. Vi har haft enskilda samtal och många härliga gruppaktiviteter där vi har lyssnat in era önskemål. Det vi har kommit fram till är att våra hyresgäster framförallt älskar musik och vara ute. Så denna månad fyller vi på med nya aktiviteter och många mysiga stunder tillsammans.

Ni kan även läsa i bladet vad som kommer att hända nu framöver i maj månad.

Har ni frågor eller funderingar,
tveka inte att höra av er!

Kontaktuppgifter finner ni på sista bladet.



Varma hälsningar

Amanda Lundin

Leva Livet inspiratör

Guldstunder



Boka konferensrum

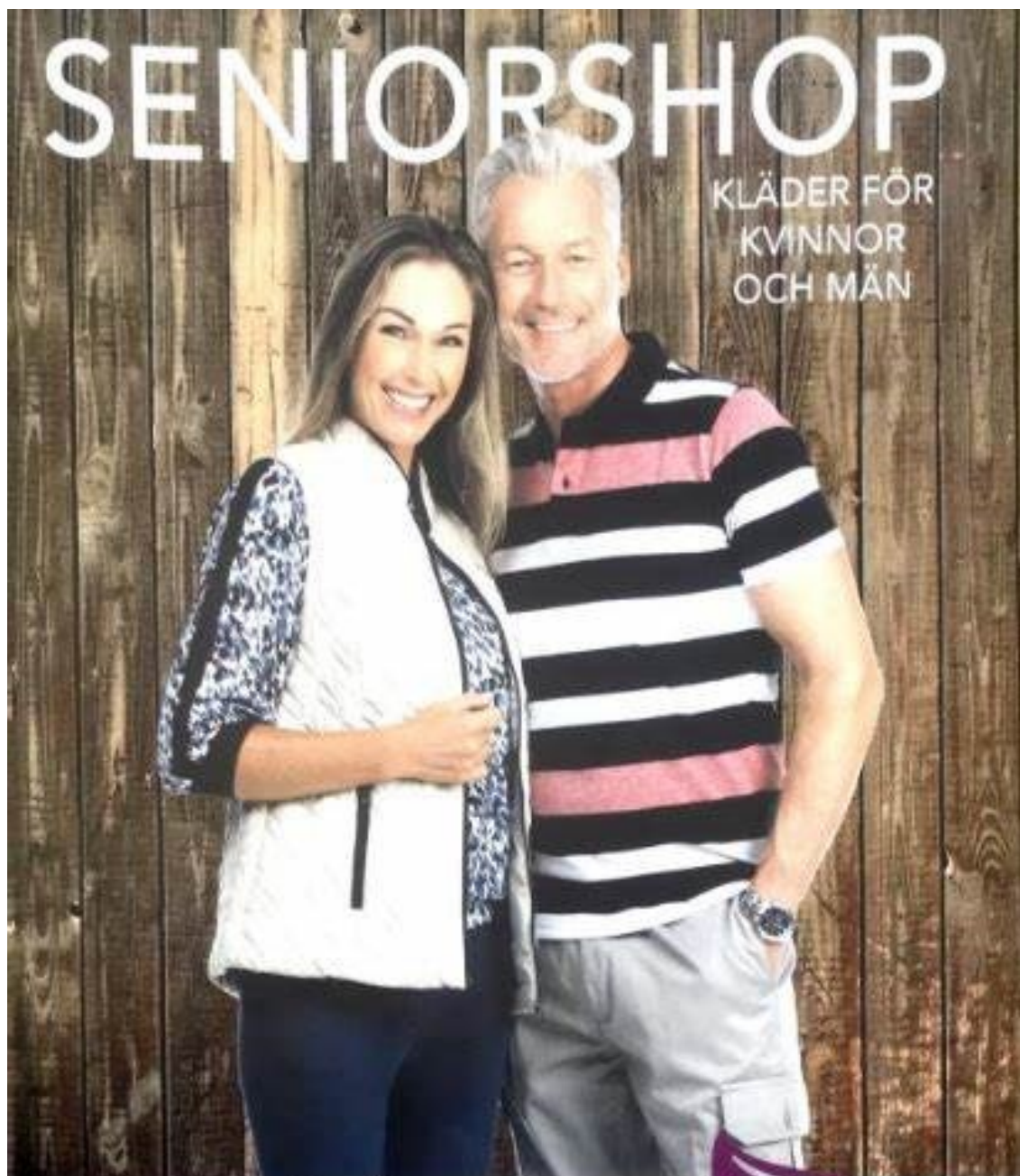
Nu finns det möjlighet att boka vårt konferensrum med matgrupp, pentry & en soffa med utsikt ut mot vår trädgård.

Välkomna att boka.



Hör av er till LLI Amanda.

SENIORSHOP



KLÄDFÖRSÄLJNING

Fredag 16 Maj
KL 13-15
Välkommen!



Afternoon Tea

Välkommen att fira Internationella te-dagen med en Afternoon tea.



Datum: Onsdag 21/5

Tid: 13:30

Plats: Sällskapsrummet

Om vädret är bra sitter vi i trädgården.

Skönhetssalongen

På plan 6 hittar du vår
”Skönhetssalong”.

Vill du få håret stylat eller en fin
manikyr i goda vänners lag så
har du hittat rätt!

Vi pratar om väder och vind och
lyssnar på radion i bakgrunden
för en trevlig stund
tillsammans.



Kika aktuellt
aktivitetsblad för veckan.



Eoli

med blåsarkvintetten



Datum: Lördag 24/5

Tid: 13:30

Plats: Sällskapsrummet

**Gemensamt fika efter
spelningen med bandet i
restaurangen.**



Morsdag

Välkomna till oss för att fira denna högtid fylld av kärlek och uppskattning till Morsdag.

Hos oss har vi en fin restaurang på entréplan där vi erbjuder lunch och fika.

Vi har flera mysiga sittplatser i vårt hus för en egen stund tillsammans. Som exempel ta med brickan från köket och gå ut till vår fina innerträdgård eller så kan man ta hissen upp till 6:e våningen till takterrassen.

Om det behövs flera platser finns det även vårt stora sällskapsrum framför hissarna.



När: 25/5

Kl: Restaurangen öppnar lunchen 11:30



Filmklubben

Film är en mysig stund som får oss att skratta, tänka och överraskas. Vi delar glädjen och minnen i fina samtal som kan påminna oss om den enkla glädjen att dela tillsammans.

Vi fikar till filmen och dricker en nybryggd kopp kaffe.

Men nu kommer det även erbjudas ny poppade popcorn i vår nya maskin.

Kika aktuellt aktivitetsblad för veckan.



Kafferep

Vi dukar till kafferep med blommiga servis. Sen umgås vi tillsammans i goda vänners lag över varierande aktiviteter.



Kika aktuellt aktivitetsblad för veckan.

Musik Quiz

Vi spelar en variation i musiken från
förr till dagens.

Det blir en härlig stund med skratt,
nostalgi och där vi delar fina minnen.



Kika aktuellt aktivitetsblad för veckan.

Dans

Känn rytmen till olika musikstilar i dansrörelser sittandes i grupp i vårt sällskapsrum.

Vi dansar cirka 30min och har en rolig stund.



Titta på aktuellt aktivitetsblad för veckan.

Rörelse glädje

Känn en gemensam glädje genom träning och musik tillsammans med vår Fysioterapeut Marika.



När: Tisdag & Torsdag
Kl: 10:30.
Plats: Sällskapsrummet.

Titta på aktuellt aktivitetsblad för veckan.

Sällskapsklubben

Här ses vi tillsammans och tar tillvara på alla våra intressen och inspirerar varandra till att uppleva nya saker genom att väcka nyfikenhet, framtidstro och en vilja att leva livet!

Musik att minnas 



Titta på aktuellt aktivitetsblad för veckan.

Andakt med sångstund

Varje månad kommer vår
Diakon Emma-Karin Ahlström med sällskap
från Viksängs församling.

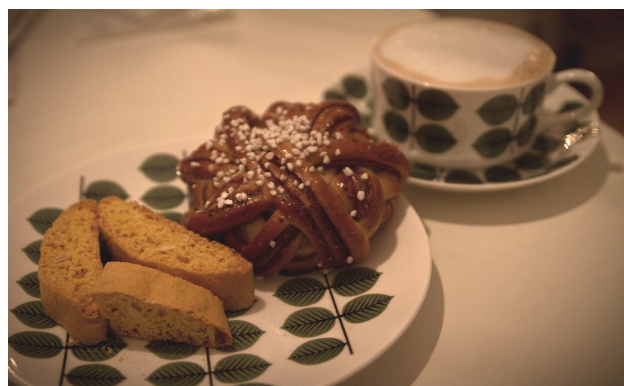
Vi har en fin andakt tillsammans och fikar
med kaffe och kanelbullar. Sedan avslutar vi
med en sångstund med gitarr och keyboard.



När: 19/5

Kl: 14-15:00

Plats: Sällskapsrummet

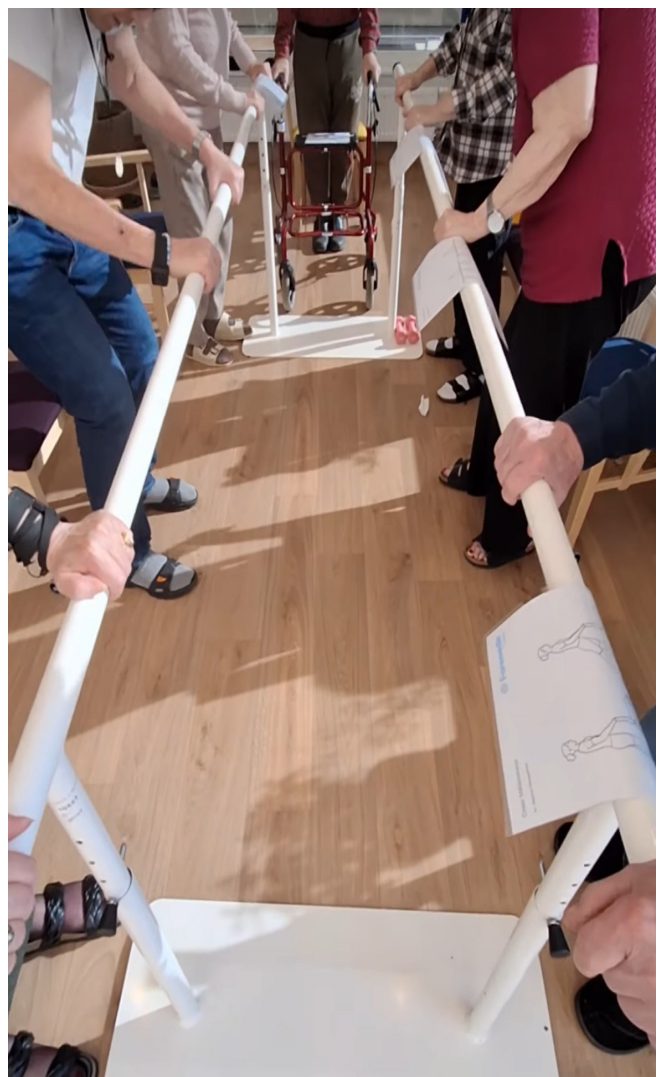


Titta på aktuellt aktivitetsblad för veckan.

Gym

Stående balans och styrketräning
i gymmet på våning 6.

Tillsammans med vår
Fysioterapeut Marika.



Titta på aktuellt aktivitetsblad för veckan.



När: Måndag

Kl: 13:30

Plats: Sällskapsrummet

Titta på aktuellt aktivitetsblad för veckan.

Restaurangen

Som boende hos oss kan man äta sin lunch på sin våning eller nere i vår restaurang.

Välkommen även som anhörig eller gäst att äta en hemlagad god lunch.

Lunch 90 kr
Inkl. måltidsdryck eller vatten.



Restaurangen är öppen

Måndag-söndag kl. 8:00-15:00.

Lunch kl. 11.30-14.00.

Cykling utan ålder

Alla har rätt till vind i håret!

Leva livet inspiratör Amanda och volontärer från Cykling utan ålder erbjuder cykelturer.

Skulle du som anhörig vilja bli cykelpilot?
Hör av dig till Amanda för mer information.



CYKLING
UTAN
ÅLDER



Kontaktuppgifter

Verksamhetschef

Zoya Khosravi

0739-011 348

zoyak@forenedecare.se

Bitr. VC

Jessica Stolt

0722-555 261

jestol@forenedecare.se

Bitr. VC

Emma Westas Ismail

0722-555 264

emweis@forenedecare.se

Samordnare

Amra

0722-555 147

Samordnare

Signe

0722-555 149

Leva livet inspiratör

Amanda

0790-99 83 38

Sjuksköterska mån-fre (07-17:00)

Emma

0722-555 296

Sjuksköterska mån-fre (07-17:00)

Caroline

0728-543 940

Fysioterapeut

Marika

0722-555 284

Arbetsterapeut

Matilda

0722-555 286

Glöm inte följa oss på Instagram!
forenedecare_ostermalarstrand

