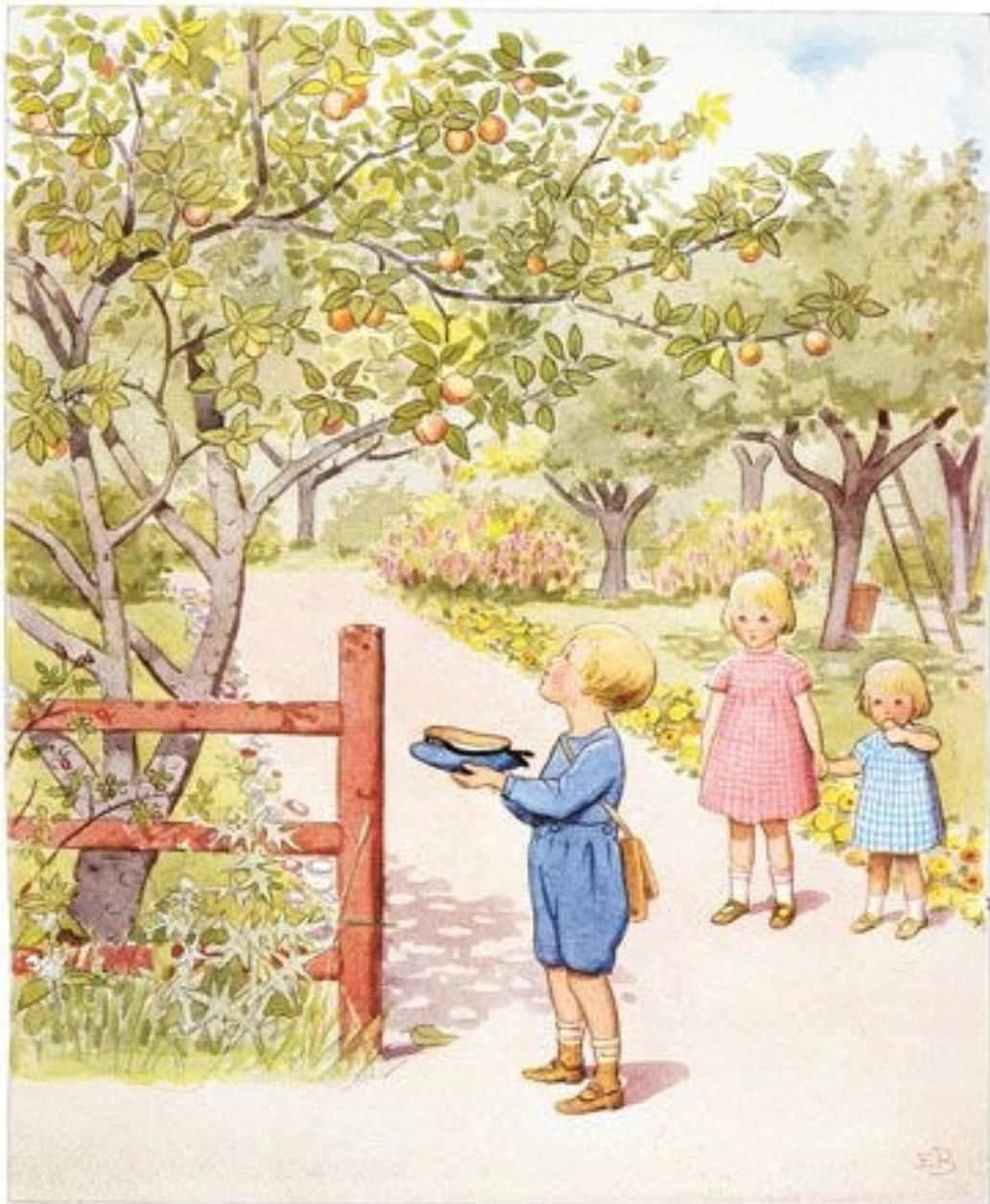


Östermälärstrand Bladet



SEPTEMBER

 **Forenede**
Care

September 2026

Leva Livet

Välkommen september!

Nu välkomnar vi hösten och startar upp våra sedvanliga höstaktiviteter med gym och rörelseglädje – *tillsammans håller vi kroppen i gång och fyller dagarna med energi och gemenskap.*

I mitten av månaden får vi besök av en trubadur som bjuder på skönsång och härlig stämning. Därefter kommer kyrkan och värmer oss med sin närvaro, sång och gemenskap.

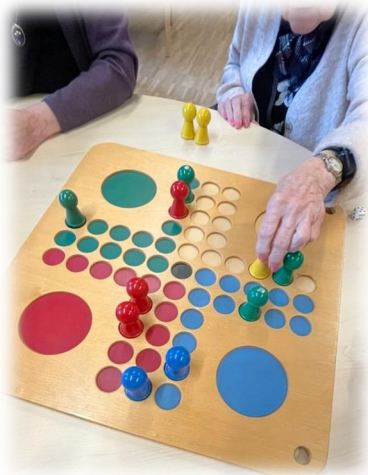
En fin september väntar –
fylld av rörelse, musik, värme och gemenskap



Varma Hälsningar,
Amanda Lundin
Leva Livet inspiratör



Guldstunder



Gym och Rörelseglädje

Varmt välkomna tillbaka till höstträningen.

*Vi ses i gymmet på våning 6,
rörelseglädjen håller till i sällskapsrummet.*



Kika på den aktuella aktivitetstavla för veckan



Andakt med sångstund

Vi får besök från Viksängs församling där vi går igenom en kortare andakt.

Därefter fikar vi tillsammans med kaffe och kanelbullar.



När: 21/9

Kl: 14:00

Plats: Sällskapsrummet



Paraffinbad för händer

Kom upp till 6:e våningen för en skön behandling med paraffinbad som mjukar upp leder och muskler, ökar blodcirkulationen, lindrar smärta och gör huden mjukare och mera återfuktad.



Kika på den aktuella aktivitetstavla för veckan



ung omsorg

Ungdomsbesök på helgerna

Ung Omsorgs ungdomar besöker boendet på helgerna. Ungdomarna hälsar på i grupp och anordnar sociala och meningsfulla aktiviteter för er som bor här. Det kan vara sällskapsspel, sång och musik eller högläsning ur dagens tidning. Tanken är att skapa meningsfulla möten mellan generationer och minska klyftan mellan äldre och unga i dagens samhälle. De unga får öva sig på att ha ett första extrajobb och samtidigt få lära känna den äldre generationen, vilket inte är en självklarhet för alla idag. Ni med livserfarenhet får i er tur en möjlighet att berätta för de unga om tiden innan datorer och mobiltelefoner och föra vidare er livserfarenhet till nästa generation.



När: Varje Lördag & Söndag

Tid: 13:30 - 15:30

Plats: Kika på den aktuella
aktivitetstavla för veckan

Musikunderhållning

Leif Östlund



När: 18/9

Kl: 13:30

Plats: Sällskapsrummet

Kika på den aktuella aktivitetstavla för veckan

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 på filmen och det erbjuds nypoppade popcorn i vår popcornmaskin.

Varmt välkomna

När: Onsdagar

Tid: 13:30

Plats: Sällskapsrummet



Kika på den aktuella aktivitetstavla för veckan

Cykling utan ålder

Alla har rätt till vind i håret!

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

Vill du som hyresgäst med ut på utflykt?

Skulle du som anhörig vilja bli cykelpilot?



Ring & boka
med Amanda

0722-555 288

CYKLING
UTAN
ÅLDER



Kontaktuppgifter

Verksamhetschef

Marko Pihlaja

0739-011 348

marpih@forenedecare.se

Bitr. VC

Jessica Stolt

0722-555 261

jestol@forenedecare.se

Bitr. VC

Linda Eriksson

0722-555 264

lierik@forenedecare.se

Samordnare

Amra

0722-555 147

amrhus@forenedecare.se

Samordnare

Signe

0722-555 149

sigteg@forenedecare.se

Sjuksköterska

Sjuksköterska

Sjuksköterska

0727 328 578

0728 543 940

0722 555 269

Leva livet inspiratör

Amanda

0722-555 288

amanlu@forenedecare.se

Fysioterapeut

Marika

0722-555 284

mahama@forenedecare.se

Arbetsterapeut

Matilda

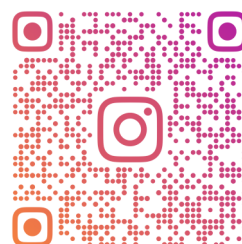
0722-555 286

matjoh@forenedecare.se



Glöm inte följa oss på
forenedecare_ostermalarstrand

Instagram



FORENEDECARE_OSTERMARSTRAND