



# Fritidskatalog

Maj- Oktober 2024

# Välkommen till Fritiden LSS

Verksamheten riktar sig till dig med ett LSS-beslut och är bosatt i Perstorps kommun

## Sommar 2024

Snart är det sommar och sol och du har en ny katalog i din hand. Hoppas att du hittar aktiviteter att se fram emot. Pga många anmälningar kommer vi att behöva lotta om platserna. Du får veta vilka aktiviteter du fått plats på efter sista anmälan.

## Verksamheten

Fritidens finns till för att hjälpa dig till en aktiv och meningsfull fritid, erbjuda gemenskap och anordna olika fritidsaktiviteter. Målet är att det ska finnas något att göra för alla, därför är dina önskemål viktiga så varmt välkommen till fritidsrådsmötet.

## Samarbete

Vi har ett fint samarbete med våra LSS boende där även de bjuder in till härliga aktiviteter i katalogen du ser vilket boende som är ansvarig i texten under aktiviteten, där finns även kontaktuppgifter.

## Fritidsrepresentanter LSS

Jenny och Ale- Snickaregatan  
Kicki – Solglimten  
Sylvana och Emma- Bokeliden



**Marika le Hegarat**

Fritidssamordnare LSS

Du anmäler dig på den medföljande blanketten.  
Varmt välkommen med din anmälan!

# Att tänka på:



## Anmälan

Du anmäler dig till aktiviteterna på den medföljande blanketten eller per mail. Ta gärna hjälp av personal så du anmäler dig till det du har ekonomisk möjlighet till samt så du inte dubbelbokar dig på något. Informera gärna din förvaltare, kontaktperson eller god man när du anmält dig till aktiviteter.

## Ta ledigt

Det är ditt eget ansvar att ta ledigt från ditt arbete om du har arbetstid under de aktiviteter du anmält dig till.

## Betalning

Det är viktigt att du kommer när du anmält dig. Skriv gärna i din kalender så du inte missar aktiviteterna. Du får betala oavsett om du kommer eller inte. Vissa aktiviteter betalar du själv på plats medans andra kommer du att bli fakturerad för ca 2 gånger om året (Juni och December). Det står i aktiviteten vilka det gäller. OBS! Betalkort är det bästa att ha med sig på aktiviteterna då färre aktörer tar emot kontant betalning.

## Stödperson

Jag som fritidsledare finns till för hela gruppen och har därför inte möjlighet att hjälpa en enskild deltagare så därför får du ha med dig en stödperson på aktiviteterna om du har behov av det.

## Transport

Om det inte står något annat i aktiviteten så tar du dig själv dit och hem på egen hand ex. färdtjänst eller kollektivtrafiken och du bekostar själv din resa.

## Begränsat antal platser

Begränsat antal platser på några av aktiviteterna. Det kan hända att någon aktivitet kan bli inställd pga saker som vi inte kan påverka ex. sjukdom



Vid frågor, synpunkter eller önskemål hör av dig till  
Marika.le.hegarat@perstorp.se eller på tel.0734459117

# Fritidsrådsmöte

**Det sägs att tiden går fort när man har roligt och även om sommaren knappt har börjat så är det dags att fundera ut vad du skulle vilja göra i vinter med fritiden.**

**Det gäller att vara på hugget så vi får plats på de aktiviteter vi önskar och får till ett bra vinterprogram med något för alla.**

Välkommen med dina allra bästa tips och idéer på nya eller gamla äventyr.

**Dag:** Torsdagen den 16 Maj

**Tid:** Kl. 17.00-19.30

**Pris:** Ingen kostnad  
Fritiden bjuder på kvällsmacka.

**Plats:** Daglig verksamhet

# AFTER WORK

## På Jajah & AOD

VÄNNER ♦ MAT ♦ DRYCK

Nu har vi snart arbetat en hel vecka och det går snabbt till att det är helg igen. Ikväll tjuvstartar vi helg firandet när vi ses på en Afterwork (efter jobb) på JAJAH & AOD där de serverar Thai mat. Vi äter, dricker gott och har det trevligt tillsammans.



**Dag:** Torsdagen den 23 Maj

**Tid:** Kl. 18.00-20.00

**Pris:** Du betalar själv för det du vill äta och dricka på plats

**Plats:** Thairestaurangen på torget.

# BOULE



Vi spelar Boule tillsammans idag. Kom med ett glatt spelhumör när vi ska kasta klot och ser vem som kommer närmast "lillen" (liten kula). De från PRO har lovat att hjälpa oss med reglerna. Efter spelet tar vi en gemensam fika. OBS! Du tar själv med dig det som du vill fika på

**Dag:** Torsdagen den 30 Maj

**Tid:** Kl. 18.00-20.00

**Pris:** Ingen kostnad, medtag egen fika

**Plats:** Bäckastugans boule bana.



# Bälingebadet

**Packa med dig en liten picknick ikväll när vi kör till Bälinge badet och har det gott i solen. Det finns grillmöjligheter. Vi spelar kubb tillsammans med vännerna från Örkejlunga. Ta gärna med dig något att sitta på i sanden samt badkläder om du vill bada.**

**Dag:** Onsdagen den 5 Juni

**Tid:** Kl. 16.30- hemfärd kl. 19.30

**Pris:** Ingen kostnad, medtag egen mat och dryck

**Plats:** Daglig verksamhet för gemensam färd





## Öppen scen



I sommar arrangerar FUB Öppen scen i Klippan igen. Du kan anmäla dig för att sjunga, dansa, läsa dikt eller annan underhållning. Vill du komma och titta och heja på dina modiga vänner så är det helt okej. Det finns även andra aktiviteter på plats.

**OBS:** Ta gärna med dig något att fika på.

**Dag:** Söndagen den 16 Juni

**Tid och plats:** Inte klart vid katalogtryck.  
Du får mer information efter din anmälan.

**Pris:** Kostnad för tågresan. (du med färdtjänstkort åker gratis.)



# Åby Marknad

Idag tar vi tåget tillsammans till Klippan för att gå på Åby marknad. Marknaden ligger centralt i byn. Vi tittar bland marknads stånden där knallarna säljer bl a. kläder, skivor, prydnadssaker, godis, leksaker och mycket mer. Kanske blir du sugen att köpa något gott att äta från mat vagnarna.

**Dag:** Tisdagen den 18 Juni

**Tid:** Samling Kl.12.40 – hemma kl.17.04

**Pris:** Kostnad för tåg 62 kr T&R  
(du med färdtjänstkort åker gratis på tåget)  
Kostnad för det du vill köpa eller äta på marknaden  
(allt betalas på plats)

**Plats:** Perstorps station för gemensam tågfärd



# *Midsommarafton*

*Solglimtens telefonnr. 0435-39193*

**Kom och fira Midsommar med oss på Solglimten. Vi kommer att äta midsommarlunch med bl a. potatis, köttbullar, sill, gräddfil och gräslök.**

**Vi umgås och har det trevligt. När det drar ihop sig för fika äter vi jordgubbar och glass**

**Dag:** Fredagen den 21 Juni

**Tid:** Kl.12.00-16.00

**Pris:** 120 kr (faktureras)

**Plats:** Glashuset bakom Ybbåsen



# FOLKRACE OCH BO OHLSSON

## INTRESSEANMÄLAN

Skulle du vilja följa med och titta på folkrace på Svampabanan i Tomelilla? Lämna i så fall din intresseanmälan så får du mer information när de släpper sina tävlingsdatum.

Vi kommer även att besöka det stora varuhuset Bo Ohlsson när vi ändå är i krokarna. Förbered dig på en heldag tillsammans med vännerna från Örskelljunga

**Dag och Tid:** Återkommer med Dag och tid

**Pris:** Återkommer med kostnad för entré, mat, fika och ev. shopping.  
(allt betalas på plats)

**Plats:** Daglig verksamhet för gemensam färd





# Hälsa med hästkraft

Hälsa med hästkraft är en daglig verksamhet LSS i Örskelljunga kommun. Deras sysselsättning ligger på en gård och därav är deras uppdrag att sköta om gården.

De tar gärna emot besök och idag ska vi få tillbringa några timmar hos dem för att mysa med kaninerna och hästarna på gården, åka häst och vagn, grilla korv, fika och njuta av den fantastiska naturen. Vännerna från fritiden LSS Örskelljunga kommer också att tillbringa dagen med oss.

**Dag:** Torsdagen den 4 Juli

**Tid:** Kl.10.30- hemgång kl.14.00

**Pris:** 120 kr för aktivitet, lunch och fika(faktureras)

**Plats:** Daglig verksamhet för gemensam färd

# Teater på SundspärLAN

Idag kör vi med DV bussen och tittar på teatern " Ett resande teatersällskap" med bla Eva Rydberg som är känd för att underhålla och bjuder på många skratt. Föreställningen kommer att vara på SundspärLAN i Helsingborg.

**Dag:** Torsdagen den 11 Juli

**Tid:** Kl. 17.00 föreställningen börjar kl. 19.00 och varar i ca 2 ½ h (inkl. paus på cirka 25 min)

**Pris:** Biljett 550 kr(faktureras) samt om du vill köpa något att äta i kiosken(betalas på plats med bankkort)

**Plats:** Daglig verksamhet för gemensam färd.

EVA  
RYDBERG

EWA  
ROOS

HAMPUS  
NESSVOLD

ANDREAS T  
OLSSON



# UGGLESKOGEN

Håller ni med om att man aldrig ångrar en promenad? Ta på dig dina skönaste skor och kläder efter väder så ska vi ut på en härlig promenad. Vi går en slinga i Uggleskogen med paus på Andreassons äng där vi äter kvällsmat. Du tar själv med dig det du vill äta.

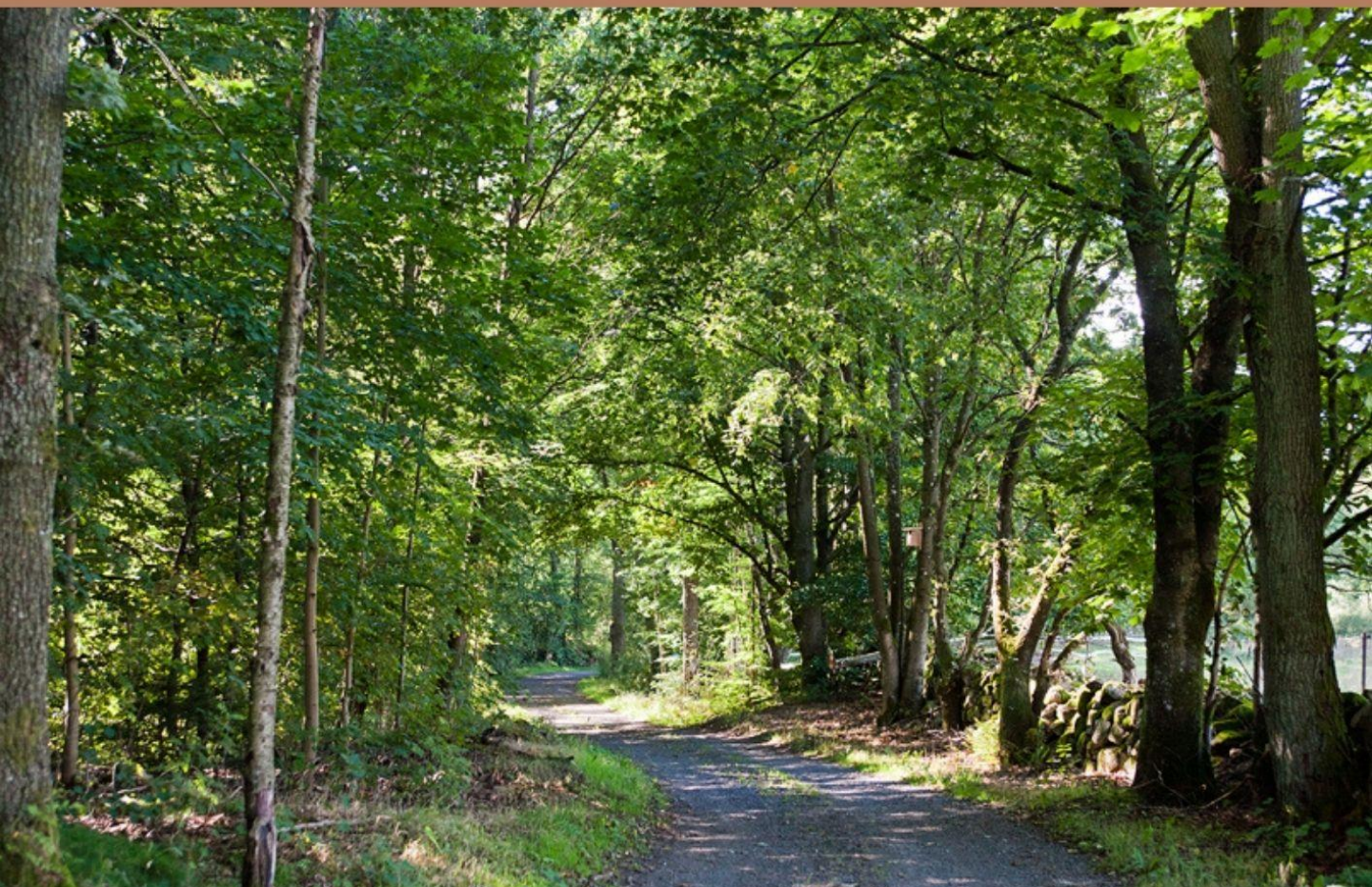
Vi fortsätter sedan vår promenad mot Frendo för att avsluta med att köpa en glass.

**Dag:** Torsdagen den 18 Juli

**Tid:** Kl. 17.00- 19.30

**Pris:** Kostnad för din glass (betalas på plats)

**Plats:** Samling utanför ICAs ingång



# GRILLKVÄLL

A close-up photograph of a person's hand using a metal grill tong to turn a sausage on a charcoal grill. The grill is filled with several sausages, and bright orange flames are visible rising from the charcoal below. The background is a soft-focus green, suggesting an outdoor setting.

Bokelidens telefon nr. 0435-394 44

Bokeliden bjuder in till aktivitet. Vi är många som har längtat efter denna tid på året när vi kan träffas ute för att grilla och äta något gott tillsammans och bara umgås.

Ikväll är du välkommen till oss på Bokeliden. Ta med det du vill äta och dricka så startar vi grillen.

**Dag:** Torsdagen den 1 augusti

**Tid:** Kl. 17.00-19.30

**Pris:** Ingen kostnad  
Du tar själv med det du vill äta

**Plats:** Bokelidens trädgård

# Kubbträning

Solglimstens telefon nummer: 0435-391 93

**Solglimten bjuder in till aktivitet.** Nu börjar det dra ihop sig för Kubbmästerskap. För att vi ska vara riktigt redo så behöver vi träna tillsammans. Ta med något att äta och dricka så ses vi på Andreassons äng ikväll. Tänk även på att ha kläder efter väder och något att sitta på.

**Dag:** **Onsdagen** den 7 Augusti

**Tid:** Kl. 15.00- ca.17.00

**Pris:** Ingen kostnad. Du tar med egen fika, det finns grillmöjligheter på plats

**Plats:** Andreassons äng





# *Fotboll med Ale*



Telefon nr. till Snickaregatan 0435-393 08

Snickaregatan bjuder in till aktivitet. Ikväll möter Ale upp er på Uggleplanen för att träna er i fotboll. Som många av er vet är Ale grym på fotboll och har många års erfarenhet som fotbollsdomare. Jag har förstått att pizza efter träningen är viktig så det blir en gemensam promenad till pizzerian när träningen är slut.

Tänk på att ta på dig lämpliga skor(gympaskor) och gärna träningskläder, vattenflaska

**Dag:** Torsdagen den 15 Augusti

**Tid:** Kl. 17.00-19.00

**Pris:** Kostnad för din pizza  
(betalas på plats)

**Plats:** Uggleplanen





# KUBBMÄSTERSKAP

För tredje året i rad har denna aktivitet blivit en tradition. Perstorp, Klippan och Örkelljunga LSS möter varandra i en kubbtävling. Både Klippan och Örkelljunga har tagit hem vinsten men nu är det förhoppningsvis vår tur att ta hem pokalen, oavsett om vi vinner eller ej så är det viktigaste att vi har roligt.

**Ta med dig mat/dryck och kom för att spela med oss.**

**Dag:** Torsdagen den 22 Augusti

**Tid:** Samling kl. 16.10- hemma kl. 20.00

**Pris:** Kostnad för tågbiljetten 62 kr T&R (betalas på plats)  
Du med färdtjänstkort åker gratis

**Plats:** Perstorps station för gemensam tågfärd



**Dag:** Torsdagen den 5 September

**Tid:** Kl.16.00- Hemfärd ca 20.00

**Pris:** Kostnad för din mat och dryck (betalas på plats)

**Plats:** Daglig verksamhet för gemensam färd

# Magle våtmarker

**Magle våtmarker ligger i Hässleholm. Våtmarker bidrar med mycket för vår miljö och natur bl a minskar utsläppen av växthusgaser.**

Idag kör vi dit med DV bussen för att njuta av naturen och dess fågelliv tillsammans med vännerna från Örkejljunga. Har vi tur så kan vi se bl.a. se sångsvan, knölsvan, vigg och gräsand på nära håll. Tänk på att ta sköna skor och kläder efter väder  
Efter vandringen kör vi och äter kvällsmat på Linnea basilika.



# Den blå planet

**Följ med till "Den blå planet" i Köpenhamn och bli förtrollad av de fantastiska djuren och lär dig mer om livet under vatten. Det finns både salt och sötvattensdjur några av de mest populära djuren är Hammarhajen, havsuttern och bläckfiskarna**

Vi tar tåget hela vägen det är det en lite bit att promenera mellan stationen och "Den blå planet"(Ca 15 min)  
Du tar själv med matsäck för hela dagen. Ta även med ditt pass/ ID eftersom det ligger i Danmark.

OBS. Du med färdtjänstkort åker gratis till Malmö. Så du får trycka tågbiljett Malmö-Köpenhamn.

**Dag:** Torsdagen den 12 September

**Tid:** Kl. 8.20- hemgång ca kl. 15.00 i Perstorp ca 17.30

**Pris:** Tåg **utan** färdtjänstkort ca 490kr

*Tips: Det blir billigare om ni bokar tillsammans*

Tåg **med** färdtjänstkort ca 300kr

Inträde: ca 350 kr (allt betalas på plats med betalkort)

**Plats:** Perstorps station för gemensam tågfärd



**NATIONAL  
AQUARIUM  
DENMARK**

# MÅLAR VERKSTAD PÅ BIBLIOTEKET

Nu är det dags att plocka fram penslar och färgerna igen för vi ska ha målarverkstad på biblioteket. Det är sorgligt att Marie har gått i pension. Men vet ni, vi måste ha gjort ett gott intryck på henne för hon hoppar in och håller i dessa kurser speciellt för oss.

Vi träffas vid tre tillfällen för att måla och fjärde gången har vi vernissage där vi visar upp för nära och kära och alla andra som vill komma och se vad vi skapat.

**Dagar:** 19 September  
17 Oktober  
14 November  
12 December (Vernissage)

**Tid:** Kl. 15.30-17.30

**Pris:** Ingen kostnad

**Plats:** Perstorps bibliotek





# Lekoseum i Osby

Följ med på en resa genom svensk leksakshistoria och se hur färg och form har använts för att stimulera till lek och fantasi. Lekoseum ligger i Osby och har nyligen flyttat till nya lokaler så det blir lite nytt för er som varit där tidigare. Det finns fika att köpa i deras café

**Dag:** Torsdagen den 26 September

**Tid:** Kl. 15.00- Hemgång ca 18.00

**Pris:** 100 kr inträde samt kostnad för din fika (betalas på plats)

**Plats:** Daglig verksamhet för gemensam färd med DV bussen



# UTMANINGAR

Jag har hittat några populära och roliga utmaningar på "Youtube" som jag tänkte att vi skulle prova ikväll. Ni kommer att delas in i 3 grupper för att sedan utföra dessa utmaningarna. Det blir kaffe och kaka till fika



**Smakutmaning  
med ögonbindel**



**Vad fattas  
utmaning**



**Tre pennor  
utmaning**

**Dag:** Torsdagen den 3 Oktober

**Tid:** Kl. 18.00-20.00

**Pris:** 40 kr för fika (faktureras)

**Plats:** Daglig verksamhet



## Shuffleboard

En favorit i repris. Ikväll spelar vi shuffleboard som är ett roligt och lättspelat brädspel som påminner lite om curling, fast man spelar inte på is utan på ett långt bord med sand på som små puckar ska rulla på.

Detta är ett spel som alla kan utföra efter egen förmåga. Du väljer själv om du vill äta i deras restaurang efter spelet

**Dag:** Torsdagen den 10 Oktober

**Tid:** Kl. 17.00-20.00

**Pris:** Ca 50 kr för en timme, Kostnad för det du vill äta (allt betalas på plats)

**Plats:** Bowlinghallen i Perstorp



# INTRESSEANMÄLAN



## IFK KRISTIANSTAD

**Handbollssäsongen kör snart igång och ni har önskat att se en match med herrarna i IFK Kristianstad.**

Är du intresserad av att följa med på en match så gör du en intresseanmälan så återkommer jag till dig när biljetterna finns till försäljning. (Ca 1 km att gå från tågstationen till Kristianstad arena.)

**Dag & tid:** Återkommer med dag och tid

**Pris:** Ca 250 kr för sittplats (faktureras)  
Tågbiljett 234kr (betalas på plats.)  
(gratis med färdtjänstkort)  
Kostnad om du vill köpa någon  
Mat/dryck (betalas på plats)

**Plats:** Perstorps station för gemensam  
tågfärd



# KAFÉ SÅGEN

*Klippan*



**Vi tar tåget till Klippan och besöker mötesplatsen Sågen. Där finns air hockey, pingis, pyssel, tv spel och en kiosk att handla i och där är alltid någon trevlig person att prata med.**



**Dag:** Tisdagen den 29 Oktober

**Tid:** Kl. 16.40- 20.00

**Pris:** Tåg kostnad  
(du med färdtjänstkort åker gratis)  
Kostnad om du vill köpa något i kiosken  
(allt betalas på plats)

**Plats:** Perstorp station



Följ oss gärna på Facebook:



**Fritiden LSS Och SoL Perstorp**

Kontakt:

Marika le Hegarat  
Fritidssamordnare LSS och SoL  
[Marika.le.hegarat@perstorp.se](mailto:Marika.le.hegarat@perstorp.se)  
tel. 0734 45 91 17



Socialförvaltningen  
Vård och omsorg  
Växel 0435-390 00