

PÅ GÅNG I KLUBBHUSET:

- Friskvårdsprogrammet fortsätter med bland annat simning på Mariebad och badminton på Bollhalla på tisdag kl: 14:30 denna vecka pga. att torsdagen är en röd dag. Mer information för andra aktiviteter finns i receptionen.

Tisdag 7.5 **Planeringsdag** för arbetsgrupperna till Ångestloppet och Vårseminariet:

10:00 **Arbeteam** som jobbar/deltar på **Vårseminariet** har planeringsmöte och genomgång

11.00 **Köksteam** planerar Smoothie- och sopplagning för Ångestloppet

13:00 **Workshopteam** för Vårseminariet har arbetsmöte

14:30 Friskvårdsaktivitet: simning/badminton

Vill du vara med i någon grupp eller ställa upp under dessa evenemang? Litet som stort- allt uppskattas! Tillsammans ser vi till att både Ångestloppet med Öppet hus och Vårseminariet blir ett par hejdundrande evenemang!

Vill du äta lunch på Pelaren?

Anmäl dig senast kl. 09.30
samma dag för att
garantera en portion.

GRATTIS PÅ FÖDELSEDAGEN!

Krister



Kontaktuppgifter:

Hemsida: www.klubbhusetpelaren.com

Email: info@klubbhusetpelaren.com

Klubbhuset Pelaren finns även på **Facebook** och **Instagram**

Telefon: 018 22940
Mobil: 0457 34 38 570

Adress: Strandgatan 7
22100 Mariehamn



Klubbhuset Pelaren



Vecka 19

06.05–10.05.2024

Öppettider

Måndag 08.00–15.45

Tisdag 08.00–15.45

Onsdag 08.00–18.30

Torsdag STÄNGT (Kristi Himmelsfärd)

Fredag 08.00–14.15

Måndag 6.5

- 9.00 Baka med Håkan
- 13.30 Engelska med Stefan
- 14.15 Planera svenska kurs
- 14.30 Friskvårdstimme i huset

Tisdag 7.5

Planeringsdag för arbetsgrupperna till Ångestloppet och Vårseminariet – se schemat under "på gång i huset" på nästa sida.

- 12.45 Tapping m. Christer
- 13.00 Klubbhusmöte utgår pga. planeringsmöten
- 14.30 Friskvårdstimme (istället för Torsdag)

Onsdag 8.5

- 9.00-10:00 Odlingsgruppen arbetar
- 11:00 Planeringsmöte för köksträdgården
- 13.30 Finska & Svenska gruppen
- 15.30- 18.30 Kvällsöppet, Discgolf i Badhusparken med Christer

Torsdag 9.5

Huset STÄNGT pga. Kristi himmelfärd

Fredag 10.5

- 10.00 Arbeta & studiegrupp
- 13.00 Veckans Bästa



Lunchen serveras klockan 12.00

Måndag

Krämig Räksoppa med grädde

Tisdag

Spaghetti med skinksås

Onsdag

Aubergine panerad med ost

Torsdag

STÄNGT (Kristi Himmelfärd)

Fredag

Köttfärslimpa med rårörda lingon o gräddsås

OBS! Ändringar kan ske i menyn.

Klubbhusmötesprotokoll 30.4.2024

A. Yoghurt/matpriser

Beslut: Vi kommer att fortsätta med samma pris för yoghurt och köpa in billigare för att kunna gå jämnt ut. Ärendet kan återupptas om nya förslag framkommer.

B. Friskvård - Ponnylyckan?

Beslut: Bordlades pga. sjukdom

C. Sociala aktiviteter

Beslut: Tack vare att Maj månad redan är planerad så bordlades detta.

D. Rutiner/kommunikation i den arbetsinriktade dagen

Beslut: Vi tar det igen på nästa möte så får vi veta mer då. Vi utvecklar det sedan enligt vår verksamhet.