



Östervägens Aktivitetshus vårschema 2026

Schemat gäller fr o m 19 januari till 12 juni 2026

Adress: Östervägen 16 A, BV. Solna tel.08 – 746 32 93

Måndag 10.00–15.00 Café öppet 10.15 -14.45	Tisdag 10.00–15.00 Café öppet 10.15 -14.45	Onsdag 10.00 -15.00 Café öppet 10.15 -14.45	Torsdag 12.00–15.00 Café öppet 12.15–14.45	Fredag 10.00–15.00 Café öppet 10.15 -14.45
10:30 Sällskapsspel   Keramik Kl.10.00 Kulturkvarteren Hägalund 2/2, 9/2, 16/2	10:30 Bokcirkel (ojämna veckor)  10:30 Kreativt skrivande  20/1, 17/2, 17/3, 14/4, 12/5	10:30 Digitalt stöd  Diverse Utflykter på onsdagar se separat schema		 Kl 10:30 Sång + Musik, Musikquiz eller Kulturpromenad * Se sociala medier för specifika datum 
Lunchservering Ca 12.00 -13.00 35:- för stödm/medlem	Lunchservering Ca 12.00 -13.00 35:- för stödm/medlem	Lunchservering Ca 12.00 -13.00 35:- för stödm/medlem	Lunchservering Ca 12.00 -13.00 35:- för stödm/medlem	Lunchservering Kl. 12.00 -13.00 45:- inkl. sallad
13:00 Promenad 	13:00 Din egen hälsa  Hus Info kl 13.00 3/3 och 2/6	13:00 Hantverk och skapande  (se info i fiket för aktiviteter och datum)	12:30 Bakning  Obs! Lördagsöppet sista lördagen i månaden kl 9.45 -14.00	Kl. 12:30 Allsång*  Kl 14:00  Engelsk konversation*

På Östervägens Aktivitetshus finns aktiviteter för dig med psykisk ohälsa. Servering med lunch och café är öppet för alla.

Reducerat pris för medlemmar. Vissa aktiviteter i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Här finns dagligen tillgång till datorer, tidningar, böcker, symaskin, tvättmaskin och dusch.

Vi ordnar även utflykter, föreläsningar, studiebesök och firar högtider tillsammans.

Anmälan till grupper görs till Föreningen Östervägens Aktivitetshus på tel.08-746 32 93

För mer info besök oss på  Facebook  Instagram eller www.ostervagensaktivitetshus.org **Välkomna!**