

BO I LEMVIG



NYHEDSBREV JANUAR & FEBRUAR

Vi håber at alle er kommet godt ind i det nye år!

Nyt år betyder også friskt fokus.

Derfor vil vi gerne slå et ekstra slag for nogle af vores tilbud og aktiviteter!



Mindfulness

Mindfulness betyder at være nærværende & tilstede lige nu i dette øjeblik på en måde, hvor man er kærlig & venlig imod sig selv.

Som en person på holdet beskrev:

”Mindfulness er en times tid jeg giver mig selv i gave, en time hvor jeg lukker alt ude & giver mig selv en masse omsorg i trygge rammer. Resultatet af det bliver, at jeg har mere overskud til hverdagens pligter, efter at min krop & hjerne har fået en times ro”.

Har du lyst til at prøve meditation er du meget velkommen i Bo I Lemvig's Fælleshus, som ligger på

Industrivej 25b i Lemvig torsdage kl. 10 til 11. Har du spørgsmål kan Laila Jensen kontaktes på 81400384



BABY CAFÉ

Baby cafeen er et veltillrettet tilbud med et spændende 6 månedernes program, med faglige og relevante emner i forhold til at være nybagte forældre, så som søvn, sygdomme, vaccination, sproglig udvikling, babymassage, sang og musik mv.

Baby Cafeen er et rart mødested, hvor der er gode fysiske rammer til hygge, leg samt mulighed for at stille spørgsmål, få en god samtale med andre forældre samt fagpersoner.

Baby Cafeen har åbent hver onsdag fra 10-12 på Industrivej 25B, Lemvig. Hver gang serveres der lune boller, frugt, kaffe/the/vand. Pris 10 kr, betales via mobil pay.



SUNDHEDSPLEJERSKE
GITTE KYNDE
TLF: 21599255
E-MAIL: GITTE.KYNDE@LEMVIG.DK



BOLIGSOCIAL MEDARBEJDER
LAILA JENSEN
TLF: 81400384
E-MAIL: LJ@BOILEMVIG.DK



FAMILIEKONSULENT
RIKKE NØRFJAND JOHANSEN
TLF: 96631200
E-MAIL: RIKKE.NØRFJAND.JOHANSEN@LEMVIG.DK



UNGEFÆLLESSKABET  BO I LEMVIG

Vi har i Bo I Lemvig et kæmpe ønske om at etablere et ungefællesskab, for unge mellem 18-35 år.

Ungefællesskabet er for dig, der godt kunne tænke sig at indgå i et uforpligtende fællesskab med folk på din egen alder. Du behøver ikke være beboer ved Bo i Lemvig - det er et åbent tilbud for alle i aldersgruppen.

Vi forestiller os, at fællesskabet kan lave alt fra brætspil i Fælleshuset 25B til ture i biografen.

Hvis dette kunne være noget for dig eller måske en du kender, så kontakt gerne Daniel på 81406263.

Mere info følger!

Særlige aktiviteter i januar og februar

Søndagsåbent i Fælleshuset 25B

Vi holder søndagsåbent
søndag d. 25 januar kl.
13.30-16.30.

Der vil blive vist en film,
man er velkommen til at
tage snacks med.

Sammen i bevægelse

Arrangementet finder
sted i De Frivilliges Hus
d. 6 februar kl.16-20,
hvor man kan være
med til sjove
aktiviteter som Zumba
og Yoga - og derefter få
et godt gratis måltid i
dejligt selskab!

Husk at melde til på:
<https://fcl.nemtilmeld.dk/56/>

Man er velkommen til at
kontakte Daniel på
81406263 for hjælp med
tilmelding

Familiedag med Tante Andante i Fælleshuset 25B

Onsdag den 11 februar kl. 13.30 til
16.00.

Vi får besøg af Tante Andante og
professor Virvar som kommer og
synger med os.

Derudover kan I lave fastelavnsris,
masker, og ansigtsmaling!

Vi håber at se jer alle sammen til en
hyggelig eftermiddag! ☺



DET BOLIGSOCIALE TEAM

Ny projektleder – Henriette Zimmermann

Hej – Jeg hedder Henriette og er projektleder i det boligsociale projekt. Jeg havde første dag i torsdag d. 15/01 og har allerede haft lejlighed til at møde et par af jer og få en fornemmelse af de aktiviteter, der er i Fælleshuset 25B. Jeg er uddannet antropolog og har flere års erfaring som projektleder og konsulent i både kommunale og regionale sammenhæng. Oprindeligt er jeg fra København (det håber jeg I kan bære over med ☺), men jeg flyttede til Struer med min familie for omkring 14 år siden. Jeg nyder roen og den smukke natur vi har her i det vestjyske ☺

Jeg glæder mig til at lære jer at kende og I er meget velkommen til at komme forbi mig i fælleshuset til en kop kaffe og en snak.



Laila Jensen
81400384



Daniel Lomborg Bønning
81406263

Vi arbejder for at skabe trivsel for beboerne i boligforeningen i Bo i Lemvig.

Vi hjælper beboere med at etablere fællesskaber, vejleder i dagligdagens udfordringer, f.eks. med at finde vejen til uddannelse og beskæftigelse.

Vi kan kontaktes på projekt@boilemvg.dk

Fælleshusets kalender for faste aktiviteter

Alle beboere kan tage initiativ til aktiviteter til gavn for fællesskabet

Opdækning, kaffebrygning og oprydning er en fælles opgave

Kaffe og the er gratis

Der er egenbetaling på forplejning, men kun på mobilepay (INGEN kontanter)

Mandag

Kl. 08.00-15.00 – Fælleshuset er åbent til fri afbenyttelse

Kl.15.00-17.00 - Mænds Mødested

Kl.19.00-21.00 (Ulige uger) Kvinders Mødested

Tirsdag

Kl.10.00-12.00 - Formiddagscafé

Onsdag

Kl.10.00-12.00 - Babycafé

Torsdag

Kl.10.00-12.00 - Mindfulness

Kl.13.30-16.30 - Råd og vejledning

Kl.13.30-16.30 - Eftermiddagscafé

Fredag

Kl. 08.00-12.00 - Fælleshuset er åbent til fri afbenyttelse

Kl. 11.00-12.00 – Fælles gåtur