

Välkommen till en **Funkis-** **dag i Värmdö**

Hej! Fredagen den 2 september kl 13-17 är det **Funkisdag** i Värmdö kommun.

Programmet riktar sig till målgruppen **Personer med Funktionsvariation i Värmdö Kommun** och vi hoppas att det skall finnas något roligt för alla under eftermiddagen.

Varmt välkomna!

📍 **Plats:** Kyrkettan
Värmdögatan 1
Gustavsberg



Program

13.00 Vi hälsar välkomna och startar igång!

- Glasstafflimålning kl.13-17
- Golfputting med Nacka GK kl. 13-15
- Cykling med FUB-projektet JagKanCykla kl.13-16
- Läs- och skaparbussen visar upp sig! kl.13-16
- Dataskolan visar digiguider - enkla instruktioner för digitala appar

13:30 • Yoga med Jessica (20 m)

- ### 14:00
- Ida visar rolig rörelseglädje med digitala hjälpmedel
 - Tipspromenad kl.14-17
 - 5 min sittande nack-axelmassage kl. 14-16

- ### 14:30
- Yoga med Jessica
 - Vad är HLR? Ida visar och vi provar
 - Dataskolan visar digiguider - enkla instruktioner för digitala appar

- ### 15:00
- Ida visar rolig rörelseglädje med digitala hjälpmedel
 - Visning av kyrkan (20 min)

16:00 • Allsång och musikaliska lekar

17:00 • Vi avslutar dagen och önskar trevlig helg!

(Programmet kan komma att ändras längre fram)