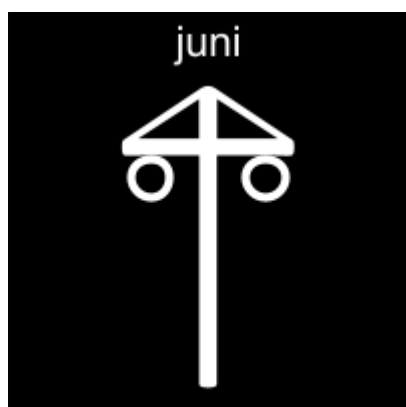


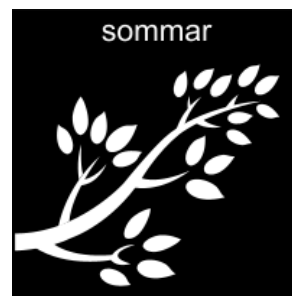
FRITIDSNYTT

juni-aug 2023



KÖPINGS
KOMMUN

Äntligen är sommaren här



Fritidsnytt är till dig som har stöd eller boende inom LSS och Socialpsykiatri i Köping kommun.

Detta nummer av Fritidsnytt ger information om olika aktiviteter som du är välkommen till att delta i under sommaren.

Sommarläger 2023 innehåller flera olika aktiviteter som t ex känna på fotboll, träffa hästar, skapande samt lära mer om hur du använder facebook.

Aktivitetserna genomförs av föreningar eller studieförbund. Mer info om alla aktiviteter hittar du här i Fritidsnytt.

För att delta på sommarlägret betalar du **300 kr** för ett **Terminskort Fritid Sommar** som ger dig möjlighet att delta fritt antal aktiviteter. Om du önskar delta enstaka gånger kostar det **50 kr per tillfälle**. Både terminskort och enstaka tillfällen faktureras i efterhand.

Du anmäler dig till de aktiviteter du önskar delta i. Välj gärna flera aktiviteter, och du går gärna gå flera gånger på samma aktivitet.

Fyll i dina önskemål på den bifogade intresseanmälan skicka in den senast den 9 juni. Det går även att efteranmäla sig efter det datumet.

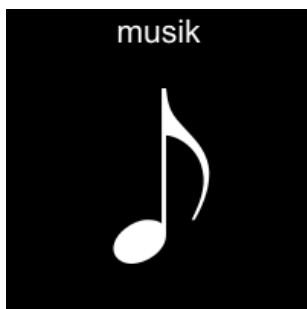
Mer praktisk information skickas till deltagare senast veckan innan aktiviteten.

Vi önskar er alla en trevlig sommar





MUSIKSCHLAGET



Musikschlaget

Lördagen den 3 juni juli kl. 15:00-17:00

Plats: Folkets hus, Köping

Musikschlaget är Sveriges största och bästa musikfest för och av musiker med funktionsnedsättningar. En musikalisk gemenskap där alla kan bidra på sitt sätt.

Musikschlaget är en av 8 deltagare och vinnaren går vidare till final.

Kom och hejja på de 15 bidrag som tävlar om en finalplats.

Fika finns att köpa från kl. 14:00



Fri entré

Medtag kontanter om du önskar köpa fika.



Anmäl via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor.



sommar



fest

Sommarfest



Torsdagen den 29 juni kl. 14:00-16:00

Plats: Folkets Park, Kulturskolan Pungbovägen 31, Köping

Vad händer: Under sommarfesten får du möjlighet att träffa kompisar, lyssna på sång och musik, delta i och utmana andra i 5-kamp, tipspromenad samt fika.

PROGRAM



Kl. 14:00 Öppnar sommarfesten

Kl. 14:15 Startar underhållningen, 5-kamp och tipspromenad

Kl. 16:00 Avslut

LSS Köpings kommun bjuder alla deltagare på fika.



Daglig verksamhet ordnar med transport för deltagare från daglig verksamhet (DV) till Folkets park. Alternativ är promenad, cykel, färdtjänst eller någon av LSS bussar (röd, blå och vit + DV bussar).

Ordinarie Viby buss transport från DV till boende avgår från Folkets Park med start ca 15:30.

För dagliga brukare ordnar boendet med transport (LSS bussar) eller promenad/cykel till och från Folkets park.

Brukare som dagligen tar sig själv till och från daglig verksamhet tar sig hem på egen hand.



Anmälan

Anmäl senast den 25 juni. Ange namn samt eventuell allergi. Anmälan skickas till Hanna Lundqvist Hanna.Lundqvist@koping.se eller Lillemor Lindell lillemor.lindell@koping.se. Mer praktisk information kommer längre fram.

Fri entré på Köpings Fotbollsförening (KFF) hemma matcher.

Matchsäsongen för Köpings Fotbollsförening (KFF) har dragit igång.
KFF ger alla inom LSS fri entré till samtliga hemmamatcher. Självklart går medföljare även med kostnadsfritt.

Krävs ingen anmälan, ange vid entré att ni är **besökare som tillhör KFF:s vänner inom LSS.**

Plats för matcherna är antingen IP eller Konstgräset på Kristinelundsfältet.
Nedan ser ni spelschemat för vårens matcher.



SPELSHEMA

FÖLJ VÅR RESA
MOT DIVISION 2!

15 APRIL - LÖRDAG 13:00
KÖPING FF VS. IF KARLSTAD (HEMMA)

21 APRIL - FREDAG 19:00
IF EKER ÖREBRO VS. KÖPING FF (BORTA)

27 APRIL - TORS DAG 19:00
KÖPING FF VS. ESKILSTUNA CITY FK (HEMMA)

5 MAJ - FREDAG 19:30
VÄRMBOLS FC VS. KÖPING FF (BORTA)

14 MAJ - SÖNDAG 13:00
KÖPING FF VS. KARLSKO GA FF (HEMMA)

17 MAJ - ONSDAG 19:00
ADOLFSBERGS IK VS. KÖPING FF (BORTA)

27 MAJ - LÖRDAG 12:30
KÖPING FF VS. GRUMS IK (HEMMA)

31 MAJ - ONSDAG 19:00
KÖPING FF VS. SYRIANSKA ESKILSTUNA IF (HEMMA)

10 JUNI - LÖRDAG 14:00
TORSBY IF VS. KÖPING FF (BORTA)

18 JUNI - SÖNDAG 13:00
KÖPING FF VS. STRÖMTORPS IK (HEMMA)

22 JUNI - TORS DAG 19:00
IF KARLSTAD VS. KÖPING FF (BORTA)





Allsång på Skantzzen i Hallstahammar

17 juni och 12 augusti kl. 17:00-19:00, Skantzzen i Hallstahammar

Insläpp från 16:00. Allsången pågår kl. 17:00-19:00 med en paus.

Entré 100 kr, betalas kontant på plats.

Det finns enklare fika, toast, korv med bröd och liknande att köpa på plats. Betalas kontant.

Transport till och från Skantzzen i Hallstahammar ordnar respektive boende.

Anmälan sker till Marie på mejladress: marie@eventkonsult.nu



FUB Sala Bjuder in till



SOMMARFEST - LÄNSDANS

17 Juni kl 18-22

på Svedboäng i Västerfärnebo



Svedboäng är en 100 år gammal Festplats där Du får uppleva hur det var att gå på dans förr i tiden med Utedansbanor, Chokladhjul, Bollkastning och Luftgevärsskytte. Det går att köpa Korv med bröd, Hamburgare och Fika – KONTANT eller SWISH
Ta gärna med egen vattenflaska som du kan fylla på vid behov

Tänk på att det är Utomhus, så Kläder efter Väder - Det är Tak på Dansbanan

Inträde 120 kr Kontant eller Swish



Dans till Daddy Pop



Chokladhjul, Bollkastning
Luftgevärsskytte
Hamburgare, Korv, Fika



Anmälan till fritidskonsulent senast den 13 juni.

Gemensam buss ordnas och kostar 150 kr per person.

Minst 15 deltagare som åker med i Viby buss.



Sommarläger 2023

Hantverk med

Studieförbundet Vuxenskolan

Prova på olika former av hantverk och lär dig mer om facebook.

Plats är Studieförbundet Vuxenskolan, Trädgårdsgatan 14, Köping

Datum, tider och aktivitet:

- **Måndag 3 juli kl. 13:00-15:15**
Pappersslöjd med Brita Berg
- **Måndag 10 juli kl. 13:00-15:15**
Pappersslöjd med Brita Berg
- **Onsdag 26 juli kl. 13:00-15:15**
Facebook- hur gör man, tips och trix.
Ledare Elisabeth Mikaelsson



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.

Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningssblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



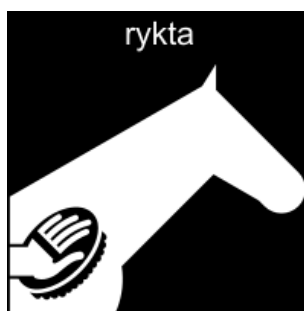
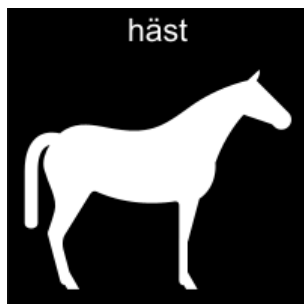
Sommarläger 2023

Hästar Köpings Ridklubb och Fortuna Voltige

Träffa, borsta och rör på dig tillsammans med hästar.

Ledare är Anna Andersson, Isabella Douhan, Malin Åkesson samt hjälpledare.

Plats är Köpings Ridklubb



Datum och tider:

- Onsdag 12 juli kl. 09:00-12:00
- **Fredag** 14 juli kl. 09:00-12:00
- Onsdag 19 juli kl. 09:00-12:00
- **Fredag** 21 juli kl. 09:00-12:00

Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.

Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor





Sommarläger 2023

Fotboll med KFF

Känna på fotboll

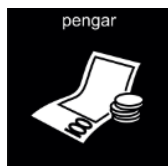
Ledare är Niklas Lundkvist och Peter Bärethag.



Plats är Köpings IP

Datum och tider:

- **Måndag** 19/6 kl. 16:00-17:30
- **Onsdag** 21/6 kl. 10:00-12:00
- **Onsdag** 26/7 kl. 10:00-12:00
- **Måndag** 31/7 kl. 10:00-12:00



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.



Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Sommarläger 2023

Friidrott med IF Pluss

Prova på friidrott i form av kula och längdhopp. Finns även aktiviteter som boule och kubb.



Ledare är Markus och Kristoffer Salin samt hjälpledare.

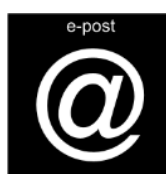
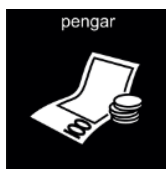
Plats är Köpings IP

Datum och tider:

- **Torsdag** 6 juli kl. 10:00-12:00
- **Tisdag** 11 juli kl. 10:00-12:00
- **Tisdag** 25 juli kl. 10:00-12:00
- **Torsdag** 27 juli kl. 10:00-12:00

Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.

Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor





Sommarläger 2023

Simning med Köpings Simsällskap (KSS)

Prova på att simma och göra olika övningar i vattnet.

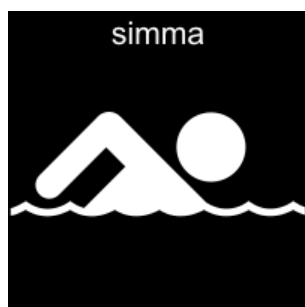
Ledare är Anida Carlsson samt hjälpledare.



Plats är Kungsörs badhus

Datum och tider:

- **Måndag** 3 juli kl. 09:00-12:00
- **Tisdag** 4 juli kl. 09:00-12:00
- **Onsdag** 5 juli kl. 09:00-12:00
- **Torsdag** 6 juli kl. 09:00-12:00
- **Fredag** 7 juli kl. 09:00-12:00



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.

Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor

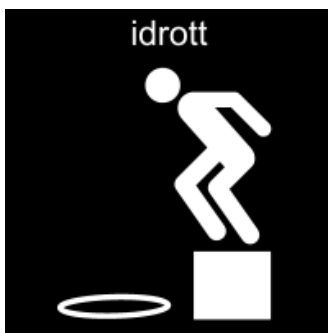




Sommarläger 2023

Cheerleading med Kolsva IF

Cheerleading är olika övningar som t ex gymnastik, hopp och akrobatik.



Ledare är Ylva Edberg.

Plats är Malmahallen Kolsva

Datum och tider:

- **Måndag** 3/7 kl. 17:00-18.30
- **Måndag** 31/7 kl. 17:00-18.30



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.



Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Sommarläger 2023

Linedans med Kolsva IF

Linedans är olika rörelser i grupp där vi går i olika steg till musik.

Ledare är Ylva Edberg.

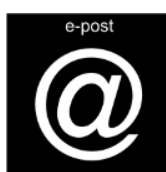
Plats är Malmahallen Kolsva

Datum och tider:

- **Måndag** 19/6 kl. 17:00-18.30
- **Måndag** 24/7 kl. 17:00-18.30

Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.

Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor





Sommarläger 2023

Floorhockey med FUB

Kom och prova på att spela floorhockey.



Ledare är Bengt Wahlgren samt hjälpledare.

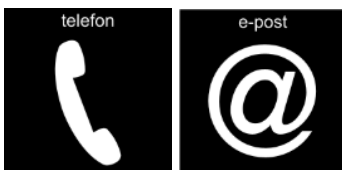
Plats är KB hallen i Köping

Datum och tider:

- **Onsdag** 5 juli kl. 13:00-15:00
- **Onsdag** 12 juli kl. 13:00-15:00
- **Onsdag** 19 juli kl. 13:00-15:00



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.



Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Sommarläger 2023

Skytte med Köpings Skytteförening (SKF)

Kom och prova skytte.

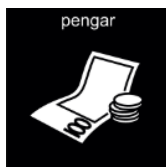


Ledare är Joakim Hermansson.

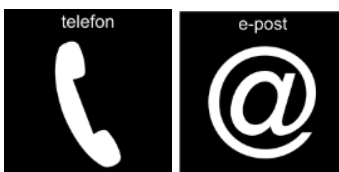
Plats är Tunadalsgatan, vid Budocenter våningen under Köping Dagcenter

Datum och tider är:

- **Torsdag** 6 juli kl. 13:30-16:30
- **Torsdag** 13 juli kl. 13:30-16:30
- **Torsdag** 20 juli kl. 13:30-16:30
- **Torsdag** 27 juli kl. 13:30-16:30



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.



Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Sommarläger 2023

Handboll med IFK Arboga

Kom och prova på parahandboll

Ledare är Åsa Nilsson samt hjälpledare.

Plats är KBhallen i Köping

Datum och tider:

- **Lördag** 15/7 kl. 10:00-12:00
- **Tisdag** 18/7 kl. 14:00-16:00
- **Måndag** 24/7 kl. 10:00-12:00
- **Fredag** 28/7 kl. 10:00-12:00



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.

Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Sommarläger 2023

Dans med Danslola

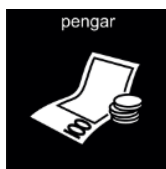
Kom och prova på dans i olika former.

Ledare är Lola Svensson

Plats är Linneagård samt Linneabiografen i Kolbäck.

Datum och tider:

- **Tisdag** 18 juli kl. 09:00-10:30
- **Torsdag** 20 juli kl. 09:00-10:30
- **Tisdag** 1 augusti kl. 16:30-18:00
- **Torsdag** 3 augusti kl. 14:00-15:30



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar 300 kr, eller 50 kr per tillfälle.



Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Sommarläger 2023

Judo med Mike

**Kom och prova på judo
tillsammans med Mike Malmer**

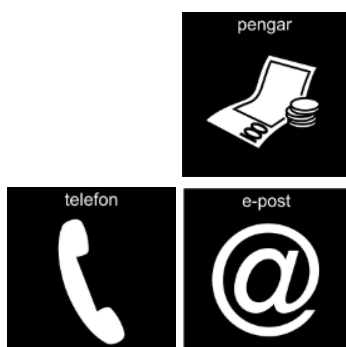


Ledare är Mike Malmer,
guldmedaljör i Special Olympics

Plats är Tunadalsgatan, MAA lokalen
våningen under Köping Dagcenter

Datum och tider:

- **Tisdag** den 4 juli kl. 13:30-15:00
- **Fredag** den 7 juli kl. 13:30-15:00



Ingår i **Terminskort Fritid Sommar** som kostar
300 kr, eller 50 kr per tillfälle.

Anmälan till aktiviteterna gör du på
anmälningsblanketten senast den 9 juni via ditt
boendestöd, boende eller direkt till
fritidskonsulent Lillemor

Dagsutflykter



Torsdag 13 juli ca kl. 10:00-14:00 Friluftsmuseet i Västerås

Vallby Friluftsmuseum återskapar och visar de miljöer som människor en gång levde och arbetade i, från 1600-talet till 1900-talet. Här finns flera byggnader, hitflyttade från hela Västmanland. Runt hus och gårdar finns åkrar, ängar och trädgårdar med äldre prydnads- och nyttoväxter, fruktträd och åkergrödor. I hagarna kring museet finns jämtgetter, linderödssvin, gestrikefår, gotlandskaniner och andra lantrasdjur.



Måndag 17 juli ca kl. 10:00-16:00 Ånnaboda i Örebro

Bara 22 km nordväst om Örebro ligger Ånnaboda naturreservat och friluftsområde mitt i Kilsbergens storslagna natur. Från utsiktsplatserna har du en vacker utsikt över Närke-slätten. Runt hela Södra Ånnabosjön finns en asfalterad väg och en populär badplats med sandstrand, badramp för rullstol, toaletter och en värmestuga. Från den asfalterade vägen finns avstickare ner till bryggor dit rullstolsburna kan nå sjön för att fiska.

Utflykterna kostar 150 kr per person. I priset ingår kostnad för busstransport. Tillkommer kostnad för fika, mat och eventuellt fiskekort som du köper själv. Utflykterna ingår INTE i terminskortet.

Anmälan till aktiviteterna gör du på anmälningsblanketten senast den 9 juni eller via boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Teaterföreställning Monthy Pythons Spamalot

Lördagen den 10 juni kl. 17:00-19:30

Plats: Forum Teatern, Köping

Denna föreställning är fylld av roliga karaktärer och sånger från Astrid Lindgrens klassiker.

Fika finns att köpa i paus.

Information om eventuell gemensam buss skickas till de som är anmälda.



Teaterbiljett kostar 125 kr per person och faktureras i efterhand. Inger INTE i terminkortet.

Tillkommer kostnad för buss, faktureras i efterhand.



Anmälan till aktiviteterna gör du på **anmälningsblanketten** eller **senast den 5 juni** via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



Teaterföreställning Emil i Lönneberga

Lördagen den 22 juli kl. 15:00-17:30

Plats: Folkets park, ute scenen.

Köping

Denna föreställning är fylld av roliga karaktärer och sånger från Astrid Lindgrens klassiker.

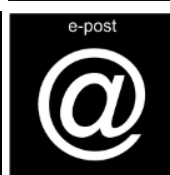
Fika finns att köpa i paus.

Information om eventuell gemensam buss skickas till de som är anmälda.



Teaterbiljett kostar 125 kr per person och faktureras i efterhand. Inger INTE i terminkortet.

Tillkommer kostnad för buss, faktureras i efterhand.



Anmälan till aktiviteterna gör du **på anmälningsblanketten eller senast den 12 juli** via ditt boendestöd, boende eller direkt till fritidskonsulent Lillemor



FUB Västmanlands aktiviteter i sommar

Tisdag den 27 juni Allsång på Skansen i Stockholm

Sommaren 2023 är Allsång på Skansen tillbaka – nu under ledning av den folkkära artisten Pernilla Wahlgren

FUB Västmanland har bokat upp bussar till Allsång Skansen 27 juni från Västmanland.

Bussen avgår cirka 14.00 hemma 22.30-23.00 vi erbjuder plats i bussarna och entrébiljett för medlemmar i FUB KAK.

Bussresa inkl. entré (ej sittplats) till Skansen kostar 300 kr betalas in när du bokar. [Allsång Skansen \(google.com\)](https://www.google.com)

Betala in på FUB Västerås plusgiro 619750-3 eller swish på 1232146702. Vill ni ha faktura skicka e-post till FUB Västerås info@vasteras.fub.se

Önskar du sittplats under Allsången tillkommer den kostnaden och du köper din biljett själv via [ticketmaster.se](https://www.ticketmaster.se). Sittplatsbiljetterna släpps 13 juni.

Denna aktivitet är öppna för FUB:s medlemmar och intresserade. Om du är intresserad av att delta prata med ditt boende eller boendestöd rörande bokning, inbetalning och eventuellt stöd med transport. Eller kontakta FUB Västmanland på info@vasteras.fub.se eller 021-12 54 89

Gammelgårdens Friluftsmuseum, Köping

Idag består friluftsmuseet av sju byggnader, allt ifrån bostadsbyggnader med bondgård till smedja, repslageri och garveri. Byggnaderna är från 1700- och 1800-talet och ger en inblick i livet såsom det var förr.

I de olika byggnaderna kan du se samlingar av föremål med anknytning till ett bondehem; kärll till matberedning, textilt hantverk, jordbruksredskap och mycket, mycket mer.

Måndagen den 26 juni öppnar café Gammelgården för säsongen och vi har öppet fram till och med fredagen den 11 augusti. Öppettiderna är måndag-fredag kl. 12.00-16.00.

I caféet kan du köpa dryck, fikabröd, glass eller våfflor (inga smörgåsar). Du fikar mitt i den fina kulturmiljön, bland de gamla byggnaderna!

Vi tar endast emot betalning via kontokort (ej swish eller kontanter).

Många aktiviteter för alla under sommaren

Under sommaren händer massor med roliga saker för alla åldrar på Gammelgården t ex prova på att kärna smör, smida i smedjan och baka bröd i köket.

Följ Gammelgården på Facebook för att hålla dig uppdaterad!



Kontaktuppgifter Fritidskonsulent

Lillemor Lindell

Telefon: 0221-258 69

E:post: Lillemor.Lindell@koping.se