￼

 **VÄLKOMMEN TILL SOLVIK prel 8 - 13Augusti**

 **Preliminärt program för Pensionärs Kollo**

**Måndag 8/8**

Förmiddagen droppar deltagarna in ( Inkvartering )

12.00 Lunch

13.00 Välkomnande presentation. Skolans personal hälsar välkommen (Lars-Erik och Wiveca mfl)

Information, om skolan, omnejden och givetvis en genom gång

av vårat schema dessa dagar.

Vi berättar om vad man kan ägna sig åt på sin ”egen tid ”

14.30 Kaffe med gott fikabröd

15.00 Friskvård: Långpromenad, utforska omgivningen och besöka fågeltornet i strandnära betesmark.

16.30 Middag - "pianobarmusik" (2 rätters)

18.00 Hjärngympa med Samarbetsövningar eller lära känna varandra övningar.

20.30 Kvällsfika alt lägereld och grilla

**Tisdag 9/8**

08.00 Frukost

09.30 Vi besöker Kusmark och frälsarkransen – Nils

10.30 FM kaffe medhavd alt café i Kusmark

12.00 Lunch Solvik

 EM aktivitet – tipsrunda eller vila på rummet

16.30 Middag på Solvik 2-rätters – musik till middag

19.00 Berättarkväll med Per-Erik Wikström

20.30 Kvällsfika eller lägerbål

**Onsdag 10/8**

08.00Frukost

09.00 Morgonpromenad alt lättgympa utomhus vid bra väder

10.00 Föreläsning: Kroppsspråket och FM kaffe

12.00 Lunch

13.30 Vi besöker Bonnstan och Nordanå området alt Svedjan ost

Kaffe medhavd eller på besöksmålet

16.30 Middag på Solvik

19.00 Musik i sommarkväll i kapellet för den som önskar

20.30 Kvällsfika eller lägerbål

**Torsdag 11/8**

08.00 Frukost

09.30 Avfärd till Svedjans ost författarbyn Hjoggböle

12.30 Lunch medhavd eller på Solvik beroende på utflyktsmål

 Kaffe medhavd eller på besöksmålet

16.30 Middag på Solvik

18.00 Sommarcafé Solvik med godsaker

20.30 Kvällsfika om någon orkar

**Fredag 12/8**

08.00 Frukost

09.00 Friskvård tipsromenad

12.00 Lunch

13.00 Avfärd mot Byske - hantverksmuseet, strandpromenad Piren och karamellfabriken.

 Kaffe medhavd eller på Solvik

16.30 Middag

19.00 Danskväll

21.30? Kvällsfika

**Lördag 13/8**

08.00 Frukost

09.00 Packning och utcheckning

11.00 Utvärdering/avsked

12.00 Lunch

Väl mött ett annat år!