



QR-kod till digitalt program



Hösten 2024

Fritid för dig med funktionsnedsättning

# Hej!

Tack vare ett gott samarbete med föreningar, studieförbund och kommunala verksamheter har du möjlighet att välja mellan en mängd olika aktiviteter, som är anpassade för dig med funktionsnedsättning.

## Ändringar kan ske!

Vi har valt att inte printa upp en broschyr för hela aktivitetsprogrammet då ändringar, stora som små, kan ske och broschyren fort blir inaktuell. Aktuell information och alla detaljer kring aktiviteterna hittar du på vår hemsida.

[www.lidkoping.se/fritidfunkis](http://www.lidkoping.se/fritidfunkis)

Du kan även hitta till vår hemsida genom följande 4 enkla steg.

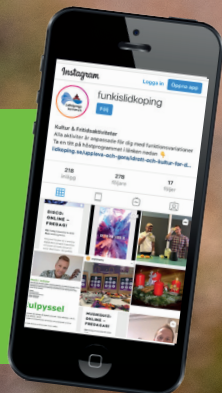
1. [www.lidkoping.se](http://www.lidkoping.se)
2. Kultur och fritid
3. Fritid och aktiviteter
4. Fritid för dig med funktionsnedsättning

Du kan även skanna QR-koden här intill med mobilkameran, så kommer du direkt till programmet på hemsidan.



## Följ oss gärna på Instagram!

Scannar du denna QR kod med din telefon så kommer du direkt till sidan. Du kan också söka på **funkislidkoping** på instagram för att komma till sidan.





Hör av dig till mig!  
Jimmy Hansen  
Kultur- & fritidsamordnare  
Telefon 0510-77 02 01 eller  
E-post: jimmy.hansen@lidkoping.se

Har du inte tillgång till internet, varken via dator eller mobil?  
Kontakta mig, så informerar och hjälper jag dig på annat sätt.

## Höstens aktiviteter

Vilka är du intresserad av att vara med på?

Kolla in hemsidan [www.lidkoping.se/fritidfunkis](http://www.lidkoping.se/fritidfunkis)  
för ytterligare information!



Actiongänget



Autismvänlig bio på Folkets hus



Bad och vattengympa med  
IF Fregatten





Bowling med IF Fregatten



Dans



Elektronskytte för synskadade  
& möjlighet till standardskytte



Fotboll med LFK i samarbete  
med IF Fregatten



Foto utställning  
- Projekt Minea vad hände sen



Fritid funkis med  
Ung i Lidköping - öppet hus



Funkisfestivalen  
- Uttagningar "audition"



Garaget



Grönfunkis - plantera, odla,  
snickra, måla på denna "gröna"  
mötesplats/kolonilott!



Innebandy med IF Fregatten



Julkul



Kafé Iris



Karaoke på Bifrost



Karting



Keramikkurs



Konstafton på Bifrost



Kix seniorer



Kreativt skapande och sång  
med Svenska kyrkan



Lidköpings E-sportcenter



Länsdans 2024



Lättläst bokcafé på biblioteket



Löpning med LVSK



Paradans Lusibus med  
Independance academy



Paragymnastik med  
Indenpendance academy



Prova på paddel



Ridning



Skate



Skytte med Norra Kållands  
skytteklubb



Teaterfikat



Tisdagscafé och söndagscafé  
på Bifrost



Trampolin hoppning



X-Force Funkis



Öppen skaparverkstad på  
Folkets hus

## Fler tips för en aktiv fritid

- Bifrost - mötesplats för dig med funktionsnedsättning
- Låna böcker och filmer på biblioteket
- Hyr hockeykälkar
- Fritidsbanken - låna utrustning för en aktiv fritid
- Öppet hus - information till föreningar
- Öppet hus - ta del av vårens utbud av kultur och fritidsaktiviteter
- FUB
- Digital vägledning
- Drop in på Bifrost

## Pluspolarekortet

Pluspolarekortet ger dig möjlighet att ta med dig en kompis gratis som extra stöd, hjälp eller sällskap när du vill ta del av fritidsutbudet i kommunen.

Mer information om pluspolarekortet hittar du på kommunens hemsida. Skanna QR-koden här intill med mobilkameran, så kommer du direkt till sidan. Har du frågor är du välkommen att kontakta Jimmy Hansen.



Lidköpings kommun  
531 88 Lidköping  
0510-77 00 00  
[www.lidkoping.se](http://www.lidkoping.se)