

# AKTIVITETSBJINGO 2024

Gå ut och vinka eller prata med en granne	Prova en ny aktivitet	Hitta en magisk plats 	Ät ett mellanmål utomhus	Ta en promenad med en vän
Sätt på musik och dansa en stund	Besök ett gym t ex på Bollegården	Stå på ett ben i 10 sekunder – byt sedan ben	Ring en vän du inte pratat med på en månad	Gå i en trappa
Drick förmiddagskaffet utomhus	Ät lunch med en vän 	Besök biblioteket	Gör en fruktsallad 	Gå ut i naturen och ta en selfie
Plocka en bukett blommor	Cykla 	Spela boule/golf eller tennis 	Ta ett bad - simma	Titta på soluppgången
Titta på solnedgången	Baka	Dansa	Ta ett mellanmål utomhus	Sjung en sång

Gör minst 10 aktiviteter under sommaren och skicka in bingolappen till [spfhelenehansson@gmail.com](mailto:spfhelenehansson@gmail.com) (ta foto) eller lämna den på första månadsträffen i september. Vi kommer att dra vinnare!

