

TRÄFFPUNKTEN CAFÉ MÖLLAN

Aktiviteter och händelser i februari

På träffpunkterna för seniorer i Lindome, Källered och i Centrum vill vi erbjuda mötesplatser där alla kan känna gemenskap. Verksamheten formas utifrån deltagarnas intressen, önskemål och kunskaper. De flesta av träffpunktens aktiviteter är kostnadsfria och du behöver inte anmäla dig i förväg.

Rosenrörelser

Rosenrörelser är utvecklat av sjukgymnast Marion Rosen. Det är enkla rörelser som görs till musik och som går ut på att hålla kroppen mjuk och rörlig.

Vid varje pass går man igenom hela kroppen och alla dess leder som på det sättet får en ”rundsmörjning”. Ledare Pille Naeris.

Tid: Fredagar kl.10.00-11.00

Plats: Aktiviteten. Spegelsalen.

Datum: 10 gånger.

Start 9/2, avslut 27/4, uppehåll 23/3 och 30/3.

Yoga

Häng med på senioryoga i Aktiviteten.

Första tillfället är kostnadsfritt prova-på och efter passet köper den som vill ett kort för första perioden eller alla 16 gånger. Yogan kräver ledig klädsel, mattor och filtar finns att låna.

Tid: Torsdagar kl.11.00-12.00

Start 1/2, avslut 31/5 (16 ggr)

Plats: Spegelsalen i Aktiviteten.

Kostnad: 8ggr 250 kr, 16 ggr 400 kr.

Samarr. Friskis&Svettis

Datum och köpinformation:

Period 1. 8/2-22/3

Period 2. 5/4-31/5

Kortet köper du direkt efter första kurstillfället den 1/2 eller 5/4, då personal från

Träffpunkten finns på plats.

Du kan även köpa kort av träffpunktspersonal kl.10.15-10.45 vid spegelsalen tisdag 6/2.

Endast kortbetalning.



Kontaktuppgifter

Träffpunkten Café Möllan
Kulturhuset Möllan, Göteborgsvägen
19-21, Mölndal
031-315 20 50

Internet

molndal.se/traffpunkter
[facebook.com/cafemollan](https://www.facebook.com/cafemollan)

Öppettider Café Möllan

måndag-torsdag kl. 9.30-16.00
fredag kl. 9.30-14.30

Facebook

Genom att gilla oss på Facebook får du både uppdateringar och annan information.



Litterär salong och lunch

Vill du prata skönlitteratur utifrån olika teman i nostalgisk miljö och äta lunch tillsammans?
4 torsdagar under våren ordnas träffar som leds av Gunilla Arneström. Senaste anmälan 30/1.
Datum: 1/2, 1/3, 5/4, 3/5
Anmälan och frågor till 031-315 20 50.

Det här gör vi varje vecka

kostnadsfritt och drop-in om inget annat anges!

MÅNDAG

Kl.11.00 Sittgympa i Festsalen, Möllan.
Du deltar efter din egen förmåga. (ej 5/2)
Kl.11.00-14.00 Akvarellmålning. Vill du måla tillsammans med andra målarentusiaster? Ring till Träffpunkten så får du veta mer.
Kl.13.00–16.00 Canasta i Träffhallen våning 2, Möllan. Varje vecka lottas nya spelvänner.
Kl.13.30–15.00 Dansinspirerad träning med inspiration från olika hörn av världen.
Måndagar fram till 5/3. Instruktor: Helene Olivegren. Kostnad 50 kr/gång. Dansstudion, Aktiviteten.

TISDAG

Kl.10.00–11.30 Qigong i dansstudion, Aktiviteten. Ledare Agnes Oluper.
Tisdagar fram till 20/3.
Medarr. *Studieförbundet vuxenskolan*

MINITRÄFFPUNKT BIFROST

Varje tisdag kan du komma och umgås, fika, gympa och annat trevligt.
Kl.10.30-11.00 är den som vill med på gympa och därefter är det smörgås och kaffe för 20 kr.
Välkommen till Vetekornsgatan 2b. i Bifrost.
Öppet med drop-in Kl.10.00–13.00 (ej 13/2)

ONSDAG

Kl.10.00–12.00 Korsordshörna. Vi löser korsord och hjälper varandra. Ledare: Gunnar Olsson. Träffhallen, vän.2, Möllan. **Kl.10-13 och Kl.17-20, Handarbetscafé ojämna veckor,** i Café Möllan. Kom och handarbeta tillsammans!
START 31/1.
Kl.13.00 Livscafé. Samtal om allt som rör livet.
Samtalsledare: Birgitta Sundahl. I Träffhallen, vän.2, Möllan. Medarr. *Svenska kyrkan.*

MINITRÄFFPUNKT KROKSLÄTT

Varje onsdag kan du komma och umgås, fika, gympa och annat trevligt. Kl.10.30–11.00 är den som vill med på gympa och därefter är det smörgås och kaffe för 20 kr.
Välkommen till Berghemsgatan 6 i Krokslätt.
Öppet med drop-in Kl.10.00-13.00. (ej 28/2)

TORSDAG

Kl.10.00–11.30 Engelska konversation i Träffhallen på våning 2. Begränsat antal deltagare, anmälan till 031-315 20 50.
Ledare Ingrid Rasmusson.
Kl.11.00-14.00 Akvarellmålning. Vill du måla tillsammans med andra målarentusiaster? Ring till Träffpunkten så får du veta mer.
Kl.11.00-12.00 Yoga. Start 1/2.
Kostnad 400 kr/16 ggr eller 250kr/8 ggr. Se information på första sidan. Ledig klädsel, mattor och filtar finns att låna.
I samarbete med Friskis och svettis.
KL.13.00-14.00 Kom igång med din smartphone eller surfplatta. Datum: 15 och 22/2. Träffhallen vän.2 Möllan.

FREDAG

Kl.10.00 -11.00 Rosenrörelser. Enkla rörelser som görs till musik och som går ut på att hålla kroppen mjuk och rörlig. Start 9/2.
Ledare: Pille Naeris
Kl.11.00-12.30 Bingo! Testa din lycka, vinn fina priser och kom för en trevlig stund i gemenskap. Kostnad 20 kr/bricka. Start 2/2.

AVVIKANDE ÖPPETTIDER

Tisdag 6 februari stänger Café Möllan Kl.14.30.

Välkommen till träffpunkten!

