

# TRÄFFPUNKTEN CAFÉ MÖLLAN

## Aktiviteter och händelser i januari

*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.*

### Utbildningsdag Supergympan

Till våren blir Supergympan en sluten grupp, alltså ej drop-in för nya deltagare.

För dig som vill delta i supergympan under våren behöver du vara med på en utbildning. Förkunskaper från supergympan eller liknande stationsträning krävs.

**Utbildning tid:** 30/1 Kl.09.00-15.00, anmälan senast 26/1.

**Tid Supergympan:** Tisdagar kl.11.00-12.00

**Plats:** Aktiviteten. Spegelsalen.

**Datum:** Start 6/2, avslut 24/4.

Vid frågor, ring 031-315 20 50.



### Litterär salong och lunch

Vi träffas 4 gånger under våren i nostalgisk miljö, pratar skönlitteratur utifrån olika teman och äter lunch tillsammans. Kostnad för lunch ca 60 kr. Anmäl till Träffpunkten senast 30 januari, begränsat antal platser.

Ledare Gunilla Arneström.

**Datum:** Torsdag 1/2, 1/3, 5/4, och 3/5.

**Tid:** Kl.11.30–14.00

**Plats:** Reminicenslägenheten, Lackarebäckes äldreboende, Gunnebogatan 66

### Vattengympa

Vattengympa är en effektiv och rolig träningsform som ger både kondition och styrka. Med vattnets naturliga motstånd och den egna kroppen som redskap bestämmer du själv din arbetsnivå.

**Datum:** 10 tillfällen med start onsdag 21/2 och uppehåll v. 14.

**Tid:** 10.30 -11.30, **Plats:** Åbybadet, varmvattensbassängen. **Kostnad:** 500 kr, endast kortbetalning. Anmälan till 031-315 26 25 tidigast 22/1. Begränsat antal platser.

### Kontaktuppgifter

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

### Internet

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



## 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. START 22/1,  
(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.

**Kl.13.30-15.00 Dansinspirerad träning** med  
inspiration från olika hörn av världen.

START 22 januari, avslutning 5 mars.

Instruktör: Helene Olivegren. Kostnad 50  
kr/gång. Dansstudion, Aktiviteten.

### TISDAG

**Kl.10.00-11.30 Qigong** i dansstudion,  
Aktiviteten. Ledare Agnes Oluper.

START 16/1, avslut 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**

START 9/1.

### ONSDAG

**Kl.10.00-12.00 Korsordshörna.** Vi löser  
korsord och hjälper varandra. Ledare: Gunnar  
Olsson. Träffhallen, vån.2, Möllan. START 10/1.

**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,  
vån.2, Möllan. Medarr. Svenska kyrkan.

START 17/1.

### 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**

START 10/1.

### 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. START 11/1.

**Kl.11.00-14.00 Akvarellmålning.** Vill du måla  
tillsammans med andra målarentusiaster? Ring  
till Träffpunkten så får du veta mer.

**Kl.11.00 Yoga.** Ledig klädsel, mattor och filtar  
finns att låna. Första tillfället är kostnadsfritt  
prova-på. Därefter köper den som vill vara med  
ett kort för perioden 8/2-22/3, kostnad 250 kr  
eller för hela våren 8/2-31/5 för 400 kr. Kortet  
köper du direkt efter första kurstillfället den  
1/2, 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.**

Nästa kursstart är 5/4, då kan du åter köpa kort  
för perioden 5/4-31/5 för 250 kr.

Spegelsalen i Aktiviteten. START 1/2

*Samarr. Friskis&Svettis*

### AVVIKANDE ÖPPETTIDER

**Café Möllan:**

2 och 3 januari har cafét öppet mellan  
9.30-14.00

4-8 januari har cafét stängt.

9 januari öppnar cafét med ordinarie  
öppettider.

Välkommen till träffpunkten!

