

TRÄFFPUNKTEN CAFÉ MÖLLAN OCH TRÄFFPUNKTENS SOMMARCAFÉ

Aktiviteter och händelser i juni - augusti

På träffpunkterna för seniorer i Lindome, Källered och i Centrum vill vi erbjuda mötesplatser där alla kan känna gemenskap. Verksamheten formas utifrån besökarnas intressen, önskemål och kunskaper.

Träffpunktens Sommarcafé

Träffpunktens Sommarcafé i Stadsparken är en del av träffpunkten Café Möllan. Vår verksamhet riktar sig till seniorer men vi hoppas att Stadsparken ska bli en härlig plats för dig, oavsett din ålder, intressen och bakgrund. Flera av aktiviteterna sker i samarbete med andra verksamheter och under sommaren kommer det finnas musikunderhållning, träning, odling, boktips och andra trevligheter intill gröna stugan. Tillsammans skapar vi en mötesplats med gemenskap, trygghet och trivsel.

Musik i Stadsparken

Vid tre fredagar i sommar förgylls Stadsparken med musik.

Trebello – 1:a juni

Benny Jannerbrink Country – 27:e juli

Begonia Jazz Band – 31:a augusti

Tid: kl. 12.00-13.00

Plats: Träffpunktens Sommarcafé,
Stadsparken

*Samarr: Träffpunkten, Medborgardialogen
Stadsparken och ABF.*

Picknickkorg

Visste du att du kan köpa med dig en picknickkorg ifrån Sommarcaféet? I korgen finns en kaffetermos med kaffe för ca 2-3 personer och en picknickfilt så att ni kan fika ute i gröngräset. Pris: 50 kr/tillfälle.

Låna boule- och kubbspel

Du kan kostnadsfritt låna boule- och kubbspel att spela med i parken.



Pallkrageodling i Stadsparken

I år testar vi att odla i parken. På tisdagar kl. 14.00 finns personal på plats och du får gärna vara med och sköta och skörda grönsakerna som odlas i pallkragarna. Du behöver inte ha några förkunskaper utan intresse och gott humör räcker långt. Det kommer också behövas personer som då och då kan vattna i pallkragarna, vid intresse säg till i Sommarcaféet.

*Samarr: Mölndals Stad/ Tekniska förvaltningen och
Medborgardialogen för Stadsparken*

Utegygmet

Utegygmet i Stadsparken är tillgängligt för alla, året om och är gratis att använda. Vill du ha tips och hjälp, häng med på Träffpunktens träning i utegygmet. På onsdagar under augusti kör vi en cirkel med grundövningar som stärker hela kroppen.



Det här gör vi varje vecka

kostnadsfritt och drop-in om inget annat anges!

MÅNDAG

Sittgympa

T.o.m. 4:e juni. Startar igen 27 augusti.

Kl. 11.00–12.00

Sittgympa, du deltar efter din egen förmåga.

Plats: Kulturhuset Möllan, Festsalen

Canasta

T.o.m. 11 juni. Startar igen 27 augusti.

Kl. 13.00–16.30

Ett roligt kortspel både för nybörjare och vana spelare. Välkomna!

Plats: Träffpunkten Café Möllan

TISDAG

Qigong

T.o.m. 28 augusti.

Kl. 10.00–11.00

Ta på dig något bekvämt och kom på Qigong i Stadsparken. Qigong är lugna rörelser med fokus på andningen, du deltar efter egen förmåga. Nybörjare som van.

Plats: Stadsparken.

Samarr. Studieförbundet Vuxenskolan

Miniträffpunkt Bifrost

T.o.m. 10 juli. Startar igen 28 augusti.

Kl. 10.00–13.00

Umgås ta en fika och annat trevligt. **Kl. 10.30** sittgympa för den som vill och därefter är det smörgås och kaffe för 20kr.

Plats: Vetekornsgatan 2B

Cirkelträning i utegymmet

Datum: 7 – 28 augusti

Kl. 13.00–13.45

Grundövningar för dig som gärna vill komma igång med träning utomhus. Vi jobbar igenom hela kroppen med fokus på styrka och teknik. Ställs in vid dåligt väder eller sjukdom, följ träffpunktens sida på Facebook för info.

Plats: Stadsparken

TISDAG

Odling med Träffpunkten

T.o.m. 28 augusti

Kl. 14.00–15.00

I år testar vi att odla i parken. Du får gärna vara med och sköta och skörda grönsakerna som odlas i pallkragarna. Du behöver inte ha några förkunskaper utan intresse och gott humör räcker långt. Det kommer också behövas personer som då och då kan vattna i pallkragarna, vid intresse säg till i Sommarcaféet.

Plats: Stadsparken

Samarr: Mölndals Stad/ Tekniska förvaltningen och Medborgardialogen för Stadsparken

ONSDAG

Miniträffpunkt Krokslätt

T.o.m. 11 juli. Startar igen 29 augusti.

Kl. 10.00–13.00

Vi umgås tar en fika och annat trevligt. **kl.**

10.30 sittgympa för den som vill och därefter är det smörgås och kaffe för 20kr.

Plats: Berghemsgatan 6

Midsommarfirande

Datum: onsdag 20:e juni

Tid: kl. 11.00 -13.00

Kl. 12.00 sjunger kören från RSMH sommarvisor. Vi pyntar Sommarcaféet i midsommarskrud.

Jordgubbar och glass finns att köpa.

Ingen föranmälan.

Samarr RSMH, Mölndals Stad/träffpunkten, ABF



TORSDAG

Yoga i Stadsparken

Datum: 7 - 28 juni och 2 – 30 augusti.

Uppehåll i juli.

Kl. 11.00–12.00

Anpassad yoga för dig som är senior. Det finns några mattor till utlåning men ta gärna med egen om du har. Kostnadsfritt. Ställs in vid dåligt väder eller sjukdom, följ träffpunktens sida på Facebook för info.

Plats: Stadsparken

Boktips under bar himmel

Datum: 7, 14, 21 juni

Kl. 13.45–14.45

Personal från Stadsbiblioteket pratar om litteratur och ger boktips till sköna sommandagar. Välkomna!

Plats: Träffpunktens Sommarcafé, Stadsparken

Samarr: Mölndals Stadsbibliotek

Sommarprat i Stadsparken

Datum: 28 juni – 21 augusti

Kl. 16.00-18.00

Språkcaféet flyttar ut i Stadsparken. Sommarprat i stadshusparken är en mötesplats dit alla är välkomna. Vi träffas och pratar med varandra. Vid vissa tillfällen organiseras aktiviteter. För mer information: www.molndal.se/sprakcafe

Plats: Träffpunktens sommarcafé, Stadsparken

Samarr Mölndals Stad/ Social och arbetsmarknadsförvaltningen, ABF och Svenska Kyrkan.

FREDAG

Bingo

T.o.m. 15 juni. Startar igen 7 september.

Kl. 11.00–12.30

Testa din lycka, vinn fina priser och kom för en trevlig stund i gemenskap.

Kostnad: 20 kr per bricka.

Plats: Träffpunkten Café Möllan



TIPS I STADSPARKEN

Jazz i Parken

Datum: 16:e juni

Kl. 14.00 – 19.00

Lördagen den 16:e juni blir det en Jazzfestival för hela familjen i Stadsparken. Utöver Jazz för alla åldrar är det konstmarknad och workshops.

Håll utkik, mer information kommer.

Fri entré.

Familjefesten PelleKan

Datum: 5:e juni

Kl. 17.30–21.30

Årets Pellekan är en den 17:e skräpplockarkampanjen i Mölndals stad. Denna traditionella händelse avslutas varje år med en stor familjefest i Mölndals stadspark på världsmiljödagen den 5 juni. Eventet är kostnadsfritt och alla är välkomna till en härlig stund med musik, aktiviteter och grillning i sällskap av nära och kära. För mer information, besök www.molndal.se/pellekan

Träning med Friskis&Svettis

Datum: Tisdagar v. 26- v.32

Kl. 18.00

Friskis & Svettis bjuder på olika former av sommarträning i Stadsparken. Kostnadsfritt.

Läs mer på www.friskissvettis.se/goteborg



FREDAG

Musik i Stadsparken

Vid tre fredagar i sommar förgylls Stadsparken med musik. Vid regn kan arrangemanget flyttas in i Café Möllan.

Trebello

Fredag 1:a juni kl. 12.00-13.00.

Tvåmannaband som bjuder på en repertoar med en god blandning av dansbandsmusik, schlager, ballader, rock och pop.

Benny Jannerbrink Country

Fredag 27:e juli kl. 12.00-13.00

Benny lirar countrymusik och sjunger musik från de stora kända countrystjärnorna men bjuder även på sina egna countrysånger.

Begonia Jazz Band

Fredag 31:a augusti kl. 12.00-13.00

Består av 7 gentlemän som lovar att det blir både livat och glatt, blandat med swing, jazz, gladjazz och evergreens mm.

*Samarr: Mölndals Stad/ Träffpunkten,
Medborgardialog Stadsparken och ABF.*

LÖRDAG

Loppis 18 augusti

Den 18:e augusti kl. 10.00–13.00 är det loppis i Stadsparken. Välkomna att sälja, fynda och återbruka! Mer info kommer.

*Arrangör: Ideella krafter i stöd av Träffpunktens
Sommarcafé*



TIPS I STADSPARKEN

Sommarträning med Mölndals Stad

Mölndals Stad erbjuder träning till sin personal i Stadsparken vissa måndagar och onsdagar under sommaren, men även privatpersoner är välkomna att delta. **Så även du som senior kan vara med på passet ifall du tycker det verkar intressant.**

Aktiviteterna leds av Sandra Börjesson, Hälsopedagog i Mölndals Stad. Det är bara att dyka upp och det är kostnadsfritt att delta.

Cirkelpass i Stadsparkens utegym

För både nybörjare och erfarna.

Datum: måndagarna 25 juni, 2 juli, 6 och 13 augusti

Tid: kl. 11.30 – 12.00

Plats: Utegygmet i Stadsparken

Gummibandsträning

Skonsam och effektiv styrke- & stabilitetsträning för hela kroppen.

Passar både nybörjare och erfarna.

Datum: onsdagarna 27 juni, 4 och 25 juli, 4 och 15 augusti

Tid: kl. 11.30 – 12.00

Plats: Intill utegymmet i Stadsparken





Avvikande öppettider

5:e juni - PelleKan i Stadsparken

Café Möllan – stängt kl. 14.30

Sommarcaféet – kl. 13.00 - ca 20.00

6:e juni – Nationaldagen

Café Möllan – stängt

Träffpunkten - stängt

Sommarcaféet abonnerat

8:e juni

Café Möllan - stänger kl. 13.30

Träffpunktens sommarcafé – öppet

16:e juni – Jazzfestival

Sommarcafé – kl. 13.00 - 19.00

22-23 juni – Midsommar

Café Möllan – stängt

Träffpunkten – stängt

Träffpunktens sommarcafé - stängt

26:e juni

Café Möllan – stänger kl. 14.30

9 juli

Café Möllan stänger v. 28 – v. 32

Träffpunktens sommarcafé – öppet

14 augusti

Café Möllan öppnar igen

Träffpunktens sommarcafé – öppet

Kontaktuppgifter

Träffpunkten Café Möllan

Kulturhuset Möllan, Göteborgsvägen

19-21, Mölndal

Telefon till kontoret: 031-315 20 50

Telefon till Café Möllan: 031-315 27 60

Träffpunktens sommarcafé i Stadsparken

8:e maj – 31:e maj

Vardagar 10.00-14.00

1:a juni- 31:a augusti

Vardagar: 10.00–17.30

Lördagar och söndagar: 11.00-15.00

Café Möllan

måndag-torsdag kl. 9.30–16.00

fredag kl. 9.30–14.30

Semesterstängt v.28-32.

Öppnar åter tisdag 14 augusti.

Internet

molndal.se/traffpunkter

facebook.com/cafemollan

Facebook

”Gilla”/följ oss på Facebook så får du aktuell information om Träffpunkten.

