

Frivilligcentralen Svängrummet SKAPAR MÖTEN

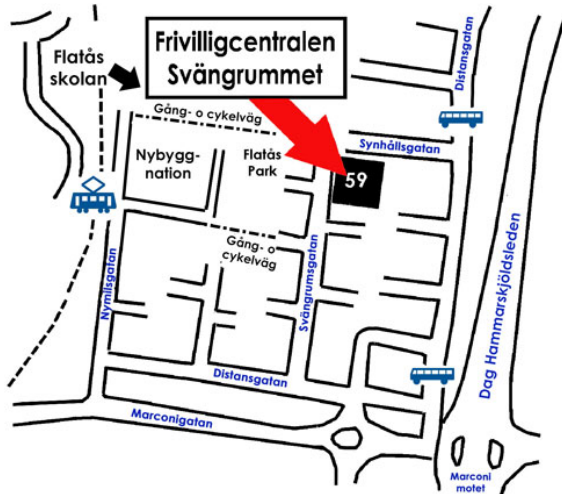


Frivilligcentralen Svängrummet är en Öppen
mötesplats för ALLA.

Våren 2024

Välkommen!

Svängrumsgatan 59, Västra Frölunda
i Flatåskyrkans lokaler



Har du frågor:
Samordnare Lisbeth Fhager

Telefon: 070-263 84 69
E-post: svangrummet@flataskyrkan.se

Hemsida: www.flataskyrkan.se/svangrummet/
Facebook: www.facebook.com/frivilligcentralensvangrummet/

Swish 123 218 48 93 (Flatåskyrkan).
Vid betalning märk: "FVC" + t.ex. "servering".



Bakom Frivilligcentralen Svängrummet står Flatåskyrkans församling, Socialnämnden SydVäst och Socialnämnden Centrum.

Vi samarbetar även med:
Studieförbundet Bilda, Bostadsrättsföreningen Flatås 1 och Missionskyrkans Göteborgsarv.



Vad är en Frivilligcentral?

Först och främst en **MÖTESPLATS** för vardaglig medmännisklighet.

Vi samordnar och förmedlar kontakter mellan människor, skapar förutsättningar för att utveckla nya **NÄTVERK**.

Frivilligcentralen speglar stadsdelen. Det är besökarna som bestämmer innehållet utifrån behov, intresse och färdigheter.

Vi vill medverka till att skapa
GLÄDJE, GEMENSKAP och **TRYGGHET**.

Har du någon hobby eller ett intresse som du vill dela med dig av eller fördjupa? Alla idéer är hjärtligt välkomna!
Kontakta **Lisbeth** på Svängrummet: 070-263 84 69



Att vara frivillig
är lika mycket en fråga om att ge
som att få, du skänker av din tid
och får mycket tillbaka i form av
samband och glädje!

Vill du vara med och stödja Frivilligcentralen Svängrummet?

Det kostar inget att vara med hos oss men du får gärna stödja verksamheten genom att betala en frivillig gåva på **100 kr per år**. Du sätter då in pengarna på **bankgiro 492-3165**. Märk insättningen **Gåva Frivilligcentralen**.

Ett annat sätt att stödja oss, är att köpa Svängrummets egna Akvarellkort.

Korten säljs i set om 7 st inklusive kuvert för 100 kr paketet.



De vackra motiven är skapade av deltagare i Svängrummets akvarellgrupp.

Tack för ditt stöd!

Omslagsbild:
Vitsippsbacke, Lärjeåns dalgång
© - "Cre8or" - Mica Nilsson - 2023

På gång....

Det finns idéer, tankar och förslag som kan komma att starta under våren...

Vill du sticka tillsammans med andra?

Om det är några stycken som är intresserade startar vi en grupp i februari 2024.

Tisdagar kl. 9:30-11:30 och mellan kl. 10-12 finns det möjlighet att fika på Svängrummets Våffelcafé.

Intresserad? Anmäl till Lisbeth på Frivilligcentralen.

Matlaget -

Varannan torsdag (jämna veckor) kl. 16- tänkte vi fortsätta ha ett matlag på Svängrummet igen.

Vi räknar vara 6 st som tillsammans lagar maten.

Det kommer att bli i huvudsak vegetariska rätter.

Anmälningslista på FVC Svängrummets anslagstavla.

Har du någon idé om något vi skulle kunna starta tillsammans? Vill Du starta en grupp eller verksamhet här på FVC Svängrummet?

Hör av dig!



**Varannan
torsdag kl.12:00**

**Efter programmet ca kl.12:50
erbjuds sopplunch**

-
- | | |
|-----------------|---|
| 18 jan | Terminsstart med
Lars-Eric Frenberg |
| 1 feb | Biblioteket boktipsar. Ida Norén |
| 15 feb | Quiz med Inga-Lill Karlsson |
| 29 feb | "Späckhuggare, knölvalar och havsörnar i
Nordnorge". Lars-Gunnar Peterson |
| 14 mars | Gerd Riccius kåserar kring sin nyutkomna bok
"Axplock och guldkorn", en samling nyskrivna och
tidigare utgivna GP-krönikor |
| 28 mars | Klurigheter i påsktid. Lisbeth Fhager |
| 11 april | "Fler kvinnor till sjöss". Ninna Broberg,
Sjöfartsmuseet |
| 25 april | "En vandring från Näset till Ganlet..."
Mica Nilsson |
| 23 maj | Kultursalongens våravslutning
med Ukulelegruppen Svänggänget
och Öppen scen |

MÅNDAGAR

DROP-IN

Mellan kl. 10-12 kan du komma in på en enkel fika i god gemenskap.



STAVGÅNG

Vi träffas måndagar kl. 10:00 vid Svängrumsgatan 59, för att gå stavgång. Medhavd fika eller matsäck.

Kontakt: Ulla J, 073-705 22 90

BRODERI

I samverkan med Täcklebo broderiakademi samlas en grupp kl. 10:00 -12:45 varje vecka.

Kontakt: Lena Lomander 070-764 16 62



AKVARELLMÅLNING

En grupp träffas i all enkelhet på måndagar kl. 13-16 för att måla akvarell och låta sig inspireras av varandra.

Kontakt: Mica N, 070-234 04 10

TISDAGAR

VÅFFELTISDAG

Mellan kl. 10-12 kan du komma in och äta nygräddade våfflor i god gemenskap.



Trädgårdsföreningen 24/5

Samling på Marklandsgatan kl. 10.

Vi äter lunch på stan.

Anmälan. Mer information kommer senare.

För mer information om programpunkterna och ev. gemensam resa, kika på Svängrummets anslagstavla eller ring kontaktpersonen när det närmar sig. **Tacksamma för intresseanmälan.**

Vi samarbetar även med "Vänner Av Vandring"

För att delta i föreningen **Vänner Av Vandrings** aktiviteter betalar man en årsavgift på 30 kr.

För mer information: **Bo Dissler**, 070-958 01 58.

Datum och utflyktsmål:

Lista med mer info, kring samlingsplats och tid finns på Svängrummets anslagstavla.

Natur & Kultur

*Vill du upptäcka trevliga resmål tillsammans med andra i vår?
Vi samlas på bestämd plats och tid. Var och en betalar för sin
egen resa/biljett m.m. samt eventuell förtäring.*

Preliminärt program:

Radiomuseet 9/2

Samling på Marklandsgatan. **Anmälan.**

Mer information kommer senare.

Kontakt: Lars W, 070-371 40 44

Medicinhistoriska museet 15/3

Samling på Marklandsgatan. Museet öppnar kl 12

Anmälan. Mer information kommer senare. Entré: 50;-

Kontakt: Leif S, 070-654 43 98

Vi promenerar i Hisingsparken 6/4

Samling på Marklandsgatan kl. 10.

Anmälan. Mer information kommer senare.

Kontakt: Ann Mari P, 076-798 17 45

Vi promenerar vid Bertilssons stuga 19/4

Samling på Marklandsgatans hållplats kl. 10.

Därifrån åker vi kollektivt till Bertilssons stuga.

Anmälan. Mer information kommer senare.

Kontakt: Birgitta G-P, 070-555 69 82

Ev. Bildals Park 17/5

+ Systrarna Werner

Samling på Marklandsgatan kl. 10.

Anmälan. Mer information kommer senare.

Kontakt: Kerstin V 073-998 40 63

KORSORDSHÖRNA

Tisdagar 10:30. Gillar du att lösa korsord eller vill du testa på? På tisdagar samlas en grupp korsordslösare. Vi har förtryckta korsord i olika svårighetsgrader, men vill du kan du ta med eget.

Välkommen med!

Kontakt: Lisbeth F, 070-263 84 69

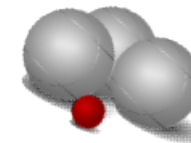
BOULEGRUPPEN

Tisdagar kl.12 (jämna veckor)

Vintertid träffas vi i Axelhusets A-sal, Axel Dahlströms Torg, där vi spelar inomhusboule.

(Sommartid spelar vi utomhus i Flatås Park)

Kontakt: Leif S, 070-654 43 98



GEMENSKAPSTRÄFFEN

Gruppen träffas varannan tisdag (ojämna veckor) kl. 13-15 över en kopp kaffe och fika för att diskutera utifrån olika teman.

(Se separat program).

Kontakt: Ann-Marie L, 031-47 32 27.

UKULELE

Ukulelegruppen Svänggänget övar varannan tisdag (jämna veckor) kl.13:30.

Kontakt: Inga-Lill K, 072-709 49 96



ONSDAGAR

SPRÅKKAFÉ

Onsdagar kl. 10-11:30. Vill du träna svenska tillsammans med andra? Språkcafé för dig med svenska som andraspråk. Vi samtalar kring olika teman, fikar och har trevligt. Uppstart:

Kontakt: FVC, 070-263 84 69

SYSTUGA

Sista onsdagen i varje månad i vår finns Danica på plats för att sy med dig, mellan kl 11-13. Vårens datum: 31 januari, 28 februari, 27 mars, 24 april, 29 maj. Det kan kanske handla om att sy upp ett par byxor eller laga något... Start 31/1. **Anmälninglista** finns på Frivilligcentralen.

Kontakt: Danica S, 070-526 22 51

SITTGYMPA

Onsdagar kl. 13.30. Gympan för dig om vill röra på hela kroppen, men föredrar att göra det på en stol.

Kontakt: Lisbeth F, 070-263 84 69

BOKCIRKEL

Onsdagar 14:30-15:30 (ojämna veckor/ 1 gg månad)

Vill du läsa och diskutera böcker tillsammans med andra?

I bokcirkeln träffas vi ungefär en gång i månaden för samtal om boken vi läst. Vårens datum: 14 februari, 13 mars, 10 april, 8 maj.

Vi bestämmer tillsammans vad vi ska läsa.

Vid frågor ring Lars W, 070-371 40 44

TORSDAGAR

KULTURSALONG

Torsdagar ojämna veckor kl 12.

Se programmet på sidan 3.

Ca kl.12:50 erbjuds sopplunch för 50 kr.



RPG I FLATÅSKYRKAN

Torsdagar jämna veckor kl 12 har RPG (Riksförbundet Pensionärs-gemenskap) en träff med program samt gemenskap över en fika.

Se separat program. Kontakt: Ingemar Svensson 070-679 50 05

FREDAGAR

NATUR & KULTUR

Vill du upptäcka trevliga resmål tillsammans med andra i vår? Vi samlas på bestämd plats och tid. Var och en betalar för sin egen resa/biljett m.m. samt eventuell förtäring.

Se programmet på sidan 8-9.

VÄRLDENS MAT

"Smaka på världens mat"

Detta är en intressegrupp, där vi "smakar på världens mat" genom gemensamma besök på lunchrestauranger i Göteborg med omnejd. Vi träffas på Marklandsgatan kl. 12:30. Följande fredagar:

16/2 Oliva - italienskt Leif S, 070-654 43 98

15/3 Andrum (veg) Ulla J, 073-705 22 90

12/4 Restaurang Himalaya – Nepalesiskt

Mer information samt anmälninglista sätts upp FVC anslagstavla när restaurangbesöket närmar sig.

Anmälan måndagen innan besöket.

TALA FILM – TALA LIV

Vi ser film tillsammans. Efteråt fikar och samtalar vi om filmen. Fredagar kl. 13

Vårens datum: 26/1, 23/2, 22/3, 26/4.

Med reservation för ändringar. 20 kr/gång.

Kontakt: Birgitta A, 072-221 45 60

