

Frivilligcentralen Svängrummet SKAPAR MÖTEN

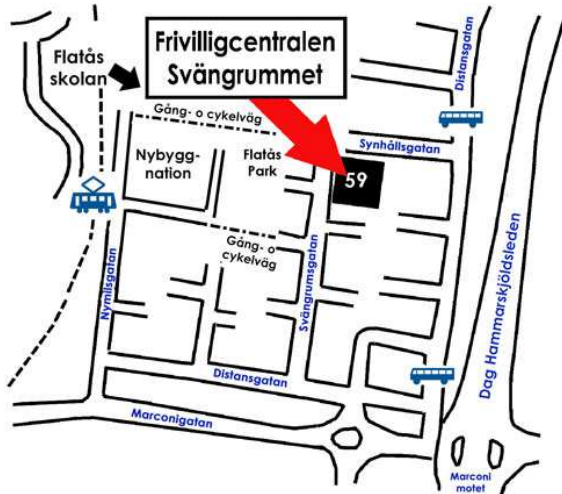


Frivilligcentralen Svängrummet är en Öppen
mötesplats för ALLA.

Hösten 2023

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:
Kuststigen: Göteborgs skärgårdsled: Hönö Klåva
© - "Cre8or" - Mica Nilsson - 2023

På gång....

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

Nytt Matlag 21/9 -

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

Vi räknar vara 6 st som tillsammans lagar maten.

Det kommer att bli i huvudsak vegetariska rätter.

Anmälninglista på FVC Svängrummets anslagstavla.

SYSTUGA

Danica har genom åren funnits på plats för att sy med dig,

Det kan kanske handla om att sy upp ett par byxor eller laga något... Vi återkommer med dagar och tider...

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

-
- | | |
|----------------|--|
| 14 sept | Från Taube till Elvis.
<i>Lars-Eric Frennberg</i> |
| 28 sept | Musikquiz från 40- till 70-tal.
<i>Leif Söderqvist</i> |
| 12 okt | Kuststigen: Göteborgs skärgårdsled – från Hälsö till Hönö.
<i>Mica Nilsson</i> |
| 26 okt | 50 och 60-tals klassiker.
<i>Pablo Copa</i> |
| 9 nov | Området klippan i Göteborg och dess historia.
<i>Ingvar Alnström</i> |
| 23 nov | Späckhuggare, knölvalar och havsörnar i Nordnorge.
<i>Lars-Gunnar Peterson</i> |
| 7 dec | Kultursalongens terminsavslutning 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.



Idrottsmuseet på Kviberg 8/12

Samling på Marklandsgatan kl. 11. Entré 30:-

Anmälan. Mer information kommer senare.

Kontakt: Leif S, 070-654 43 98

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 höst?
Vi samlas på bestämd plats och tid. Var och en betalar för sin egen resa/biljett m.m. samt eventuell förtäring.**

Gamla Majtöser 4/9

Samling på Marklandsgatan kl. 10. Vi promenerar genom Azaleadalen till Gathenhielmska reservatet.

Fika till självkostnadspris. **Anmälan.**

Kontakt: Monica J, 070-247 62 37

Vi promenerar i Färjenäsparken 22/9

Samling på Marklandsgatan kl. 10.

Anmälan. Mer information kommer senare.

Kontakt: Ulla J, 073-705 22 90

Vi promenerar vid Bertilssons stuga 13/10

Samling på Marklandsgatans hållplats kl. 10.

Därifrån åker vi kollektivt till Bertilssons stuga.

Anmälan. Mer information kommer senare.

Kontakt: Mica N, 070-234 04 10

Kortedalamuseum "Två rum och kök" 17/11

Samling på Marklandsgatan kl. 11.

Därifrån åker vi kollektivt till Kortedala. Entré 20:-

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

BOKCIRKEL

Vill du läsa och diskutera böcker tillsammans med andra?

I bokcirkeln träffas vi ungefär en gång i månaden för samtal om boken vi läst. Vi bestämmer tillsammans vad vi ska läsa. Gruppen träffas på ojämna veckor kl. 11.00.

Vid frågor ring Lars W, 070-371 40 44

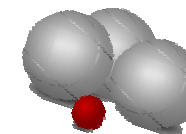
BOULEGRUPPEN

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



TISDAGAR

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 tisdagar:

24/10 Indiskt Ulla J

21/11 Grekiskt Kerstin V

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

Anmälan senast torsdagen innan besöket.

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

SITTGYMPA

Onsdagar kl. **13.30**. Gympan för dig om vill röra på hela kroppen, men föredrar att göra det på en stol. Uppstart: **30/8**

Kontakt: Lisbeth F, 070-263 84 69

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

TALA FILM – TALA LIV

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

Höstens datum: 29/9, 27/10, 24/11

Med reservation för ändringar. 20 kr/gång.

Kontakt: Birgitta A, 072-221 45 60



NATUR & KULTUR

Vill du upptäcka trevliga resmål tillsammans med andra i höst? 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.