



Kungsbacka

En träffpunkt är en mötesplats där du som senior har möjlighet att umgås och delta i aktiviteter utifrån dina intressen och förutsättningar, men det går precis lika bra att bara komma in på en kopp kaffe! Du är välkommen att besöka vilka träffpunkter du vill, du behöver inte vara medlem eller tillhöra någon organisation.

Vill du bli frivillig hos oss?

Som frivillig på träffpunkterna hjälper du till med allt från att skapa trivsel till att hålla aktiviteter för seniorer.

Frågor, förändringar,

funderingar? Minst 18 år.

Vid intresse, kontakta frivilligsamordnare: 0300- 83 78

45.
0300- 83 82 00

kungsbacka.se/traffpunkter

Följ oss på Facebook



Senior i Kungsbacka

PROGRAM

SENIOR I KUNGSBACKA

februari 2024

Här har vi samlat Senior i Kungsbackas aktiviteter för februari 2024



Telefontid:
Måndag-torsdag 10-16
Fredag 10-15

HÄNDER PÅ FREDAGAR

På träffpunkt Ågläntan kan du alltid komma in på en kopp kaffe under fredagar. Vi är inte alltid på plats men dörren är öppen! Övriga aktiviteter ser du här:

Fredag 2 februari

Promenad i Önsala

Vi tar buss 731 kl. 10.33 från Kungsbacka Station till hållplats Önsala Kyrka. Vi promenerar till Kyrkans ängar. Medtag gärna fika!

Pizza och quiz kl. 13

Pris: 30 kronor.
Plats: Ågläntans träffpunkt, Västergatan 21

Fredag 9 februari

Kom in och spela Jakkolo kl. 13

Du passar puckar genom luckor- så kallat holländskt biljard!
Plats: Ågläntans träffpunkt, Västergatan 21

Allting hänger ihop kl. 13

Intendent från Kungsbacka konsthall guidar oss genom utställningen "Allting hänger ihop", av Anna Höglund. Höglund tillhör en av våra främsta illustratörer i Sverige och bjuder besökarna på en resa genom livets olika stadier.
Plats: Kungsbacka konsthall, Borgmästaregatan 6

Promenad i Frillesås

Vi tar buss 723 kl. 10.18 från Kungsbacka station till hållplats Frillesås skola, ankomst kl. 10.53.

Fredag 16 februari

Promenad i Åsa

Vi tar buss 732 kl. 11.18 från Kungsbacka station till hållplats Kuggaviken, ankomst 11.44.
Vi promenerar längs strandpromenaden och för den som vill fikar vi efteråt på Dahls Bageri

Stick-Lan kl. 10-22

Gillar du att sticka eller virka? Kom till vårt generationsöverskridande stick-LAN! Vi träffas och håller igång så länge vi orkar- alla är välkomna oavsett ålder. Ring oss för mer info! Föranmälan senast onsdag 14 februari.
Plats: Ågläntans träffpunkt, Västergatan 21

Fredag 23 februari

Filmvisning kl. 12.30

Idag öppnar Ågläntan kl. 12 Drama från 2022. Köpenhamn under mellankrigstiden. Maren, äldsta dottern i ett fattigt hushåll, institutionaliseras på ön Sprogø, där man samlat unga kvinnor som anklagats för lösdriveri eller sexuell omättlighet.
Speltid: 2 timmar och 15 minuter.
Plats: Ågläntans träffpunkt, Västergatan 21

Promenad i Fjärås

Vi tar buss 742 från Kungsbacka station kl. 12.48, ankomst till Fjärås Centrum kl. 13. Promenad tar ca 30 minuter, vi rundar av

Nytt för 2024!

Har du någon idé om en grupp du vill starta? Kanske en historiegrupp? Teatergrupp? Dartspel? Allt är möjligt!

Måndag och onsdag eftermiddag mellan klockan 13-16 finns träffpunkt Ågläntans lokaler till förfogande för just detta; hugg tag i någon av Senior i Kungsbackas personal för mer information!

Och du, det behöver inte vara en grupp du startar. Vill du berätta om en resa du gjort eller något intresse du har går det precis lika bra! Vi hörs!



TRÄFFPUNKTER I CENTRUM

Måndag 19 februari

Balansträning kl. 11

Öva balansen och minska risken för fall!

Tisdag 20 februari

Cirklarträning kl. 10.45

Lokal: Esteten,
Borgmästaregatan 6B

Utbildningstillfälle 2: hur betalar jag min parkering med mobilen? kl. 14

Personal från förvaltningen för teknik kommer för att visa/informera då möjligheten att betala med mynt försvinner

Onsdag 21 februari

Gympa kl. 11-11.30

Du väljer om du vill sitta eller stå

Akvarellkurs kl. 13.30-15.45

Endast för anmälda cirkeldeltagare

Torsdag 22 februari

Promenad i Kungsbackaskogen kl. 11

Vi samlas på parkeringen vid Skogskapellet

Fredag 23 februari

Se första sidan under Händer på fredagar!

Måndag 26 februari

Måndagsquiz kl. 11

Vad minns du från veckan som gått?

Tisdag 27 februari

Cirklarträning kl. 10.45

Lokal: Esteten,
Borgmästaregatan 6B

Föreläsning:

Sjömanstatueringar kl. 14

Bruket att låta tatuera sig är urgammalt, bland sjömän blev det vanligt under 1800-talets slut. Nu är tatueringar mycket vanligt medan de höll på att helt försvinna under 1930 och 1940-talen. Hur detta kom sig och hur tatueringarna kom att bli populära i vissa kretsar och avskydda i andra tar vi upp i detta hudnära föredrag. Först till kvarn, begränsat antal platser.

Onsdag 28 februari

Chiball kl. 11

Ett mjukt pass för hela kroppen där vi använder oss av boll!

Porträttfotografering kl. 13.30-15.30

Elever i årskurs 2 från Ljud- och bildskolans gymnasium övar på att ta porträtt, här på Ågläntans träffpunkt. Frivilliga önskas för samarbete!

För anmälan och mer information kontakta oss!

Torsdag 29 februari

Smaksätt ditt kaffe kl. 11

Prova att smaksätta ditt kaffe med essenser och grädde! Det blir gött, vi lovar!

Hålabäck träffpunkt, Blomstergatan 2 (Protonen)

Öppet torsdagar kl. 10-12

Torsdag 1 februari

Nutidsquiz

Vad minns du från veckan som gått?

Torsdag 8 februari

Balansträning

Öva balansen och minska risken för fall

Torsdag 15 februari

Bingo

En bricka kostar 30 kronor

Torsdag 22 februari

0-100

Vi spelar sällskapsspelet 0-100, där svaret alltid är ett tal mellan 0-100. Om du inte kan, gör en uppskattning- närmast vinner!

Torsdag 29 februari

Tankeleken

Vi samtalar och reflekterar kring olika frågor utifrån Tankeleken, en kortlek med blandat tema

Kolla träffpunkt, Midgårdsv. 11
Öppet onsdagar kl. 13.30-15.30

Onsdag 7 februari

Sittyoga

Upplev en stund av avkoppling och välbefinnande genom sittyoga - alla kan delta

Onsdag 14 februari

Sy vetevärmare

Vi syr små vetevärmare av enkel modell, i formen av ett hjärta, så här på Alla hjärtans dag!

Onsdag 21 februari

Balansträning

Öva balansen och minska risken för fall!

Onsdag 28 februari

Bingo

En bricka kostar 30 kronor

Signeskulle träffpunkt,
Pastillgränden 47
Öppet tisdagar kl. 10-12, torsdagar
kl. 13.30-15.30

Torsdag 1 februari

Digital hjälp

Behöver du hjälp med din telefon,
surfplatta eller laptop? Välkommen till
digitala hjälpen

Tisdag 6 februari

Nutidsquiz

Vad kan du om veckan som
gått?

Torsdag 8 februari

Göteborgshistoria på 20 minuter (nästan)

2021 fyllde Göteborg 400 år.
Göteborgs stadsmuseums
pedagog Daniel Finnholm tog
tillsammans med kollegan och
historikern Håkan Strömberg
sig an uppdraget att redovisa
400 års historia på 20
minuter (nästan)! Vi får
följa med på en resa från
dåtid till nutid och
slutligen framtid!

Tisdag 13 februari

Sittyoga

Upplev en stund av avkoppling
och välbefinnande genom
sittyoga - alla kan delta!

Torsdag 15 februari

Sy vetevärmare

Vi syr små vetevärmare. Med reservation för ändringar
enkel modell, i formen av ett
hjärta

Tisdag 20 februari

Tankeleken

Vi samtalar och reflekterar
kring olika frågor utifrån
Tankeleken, en kortlek med
blandat tema

Torsdag 22 februari

Bingo

En bricka kostar 30 kronor

Tisdag 27 februari

Sittyoga

Upplev en stund av
avkoppling och
välbefinnande genom
sittyoga - alla kan delta!

Torsdag 29 februari

Handvård

Vi startar med lite
uppmjukande handrörelser
för att sedan pyssla om
våra händer och naglar med
peeling, massage och
nagellack för den som vill

TRÄFFPUNKT ÅGLÄNTAN

Västergatan 21

Öppet måndag-torsdag

kl. 10-16, fredag kl. 10-15

Varje torsdag kl. 13-16 är det
canasta för nybörjare och
erfarna; vi lär av varandra!
Aktiviteten leds av seniorer,
varmt välkommen!

Torsdag 1 februari

Marknadsfika kl. 10-12

Ta en paus i torghandeln, kom
in på en fika!

Fredag 2 februari

Se första sidan under Händer på fredagar!

Måndag 5 februari

Balansträning kl. 11-11.30

Öva din balans minska
fallrisken!

Tisdag 6 februari

Cirkelträning kl. 10.45

Lokal: Esteten,
Borgmästaregatan 6B

Chiball kl. 14

Ett mjukt pass för hela kroppen
där vi använder oss av boll

Onsdag 7 februari

Gympa kl. 11-11.30

Du väljer om du vill sitta
eller stå

Lappa och laga kl. 10-14

Har ditt favoritplagg gått
sönder? Sugan på att sy något
nytt? Vill du återbruka? Kom
och ge saker nytt liv, få tips

Akvarellkurs kl. 13.30-15.45

Studiecirkel på 5 tillfällen
genom ABF. Grundkunskaper krävs!
Ledare: Gunilla Nilsson
Medtag: eget material
Investering: 300 kronor
Begränsat antal platser.
Föranmälan öppnar 10 januari

Torsdag 8 februari

Promenad runt Forsslingen kl. 11

Vi samlas på Novaskolans
parkering.
Plats: Gamla Forsvägen 1A

Fredag 9 februari

Se första sidan under Händer på fredagar!

Måndag 12 februari

Måndagsquiz kl. 11

Tisdag 13 februari

Cirkelträning kl. 10.45

Lokal: Esteten, Borgmästaregatan
6B

Bingo kl. 14

En bricka kostar 30 kronor

Onsdag 14 februari

Chiball kl. 11

Ett mjukt pass för hela kroppen
där vi använder oss av boll

Torsdag 15 februari

Alla hjärtansdag-fika kl. 11

Vi uppmärksammar alla hjärtans
dag i efterskott, ackompanjerat
av quiz på samma tema!

Fredag 16 februari

Se första sidan under Händer

TRÄFFPUNKTER I NORDVÄST

Gällinge träffpunkt,
Förlandavägen 31
Öppet onsdagar kl. 10-12

Onsdag 7 februari

Bingo

En bricka kostar 30 kronor

Onsdag 14 februari

Balansträning

Förbättra din stabilitet och förebygg fallskador! Med hjälp av Youtube lär vi oss också hur vi kan resa oss upp om vi ramlar

Onsdag 21 februari

Bingo

En bricka kostar 30 kronor

Onsdag 28 februari

Föreläsning: Göteborg innanför vallgraven del 1 kl. 10.30

Ingvar Alnström tar oss med på en vandring i ord och bild innanför Vallgraven i Göteborg. Du får reda på saker som du kanske redan vet, men garanterat ännu mer som du inte vet!
Ingen föranmälan, fri entré

Blå huset, Västra Säröv. 29 A
Öppet måndagar kl. 13.30-15.30

Måndag 5 februari

Vi äter räksmörgås!

Pris: 120 kronor inklusive dryck, kaffe och kaka.
Föranmälan och betalning senast 29 januari

Måndag 12 februari

Filmvisning

Drama/komedi från 2012.
På Beecham House, ett pampigt hem för pensionerade musiker, har livet sin egen rytm. Men en ny gäst förändrar allt...
Speltid: 1 timme och 34 minuter

Måndag 19 februari

Balansträning

Minska risken för fall genom att öva balansen!

Måndag 26 februari

Quizmåndag

Gnugga geniknölarna och spänn bronnen, det är dags för quizmåndag!

Kyvikshus träffpunkt, Kyviksv. 2

Onsdagar kl. 11

Gympa

Ett träningspass på 30 minuter, du väljer om du vill sitta eller stå

Torsdagar kl. 14

Frågesport eller läsestund

Solrosens träffpunkt, Västra Källbackevägen
Öppet torsdagar kl. 13.30-15.30

Torsdag 1 februari

Föreläsning: Kända Kungsbackakvinnor

Ingvar Alnström berättar och visar bilder om fyra kända Kungsbackakvinnor. Vi får höra fantastiska levnadsöden om Sankta Gertrud, Britta-Lena Andersson, Beda Hallberg och Blanche Dickson

Torsdag 8 februari

Quiztorsdag

Vi kör frågesport på storbild!

Torsdag 15 februari

Life Kinetik

Vi gör övningar med rörelsebaserad hjärnträning; kom och testa en annorlunda och rolig metod för att träna hjärnan!

Torsdag 22 februari

Korsord på storbild

Vi löser korsord tillsammans över en kopp kaffe

Torsdag 29 februari

Bingo

En bricka kostar 30 kronor

TRÄFFPUNKTER I SÖDER

**Älvsåkers träffpunkt,
Sidensvansvägen 2**
Öppet onsdagar kl. 13.30-
15.30

Onsdag 7 februari
Quiz och gofika

Onsdag 14 februari

Filmvisning

Svenskt drama från 2014.
Gravida Malin har ingenstans
att bo. Hon söker upp sin pappa
Martin som visar sig vara
arrogant. Innan Malin hinner
berätta vem hon är drabbas
Martin av en stroke och vaknar
upp med minnesförlust. Malin
ser då sin chans till att få en
riktigt pappa.
Speltid: 2 timmar och 7 minuter

Onsdag 21 februari

Musikquiz

Välkommen in på ett svängigt
musikquiz ackompanjerat av fika

Onsdag 28 februari

Informationstillfälle om syn och hörsel kl. 14

Kommunens syn- och
hörselsamordnare informerar och
svarar på frågor om syn och
hörsel



**Fjärås träffpunkt,
Rajgräsvägen 28**
Öppet måndagar kl. 10-12

Måndag 5 februari

Sittyoga

Upplev en stund av avkoppling
och välbefinnande genom
sittyoga - alla kan delta!

Måndag 12 februari

Bingo

En bricka kostar 30 kronor

Måndag 19 februari

Chiball

Välkommen på ett mjukt pass
för hela kroppen där vi
använder oss av boll

Måndag 26 februari

Vart är vi på väg?

Kan du och din lagkamrat
lista ut vart vi är på väg?

**Frillesås träffpunkt,
Frillesåsvägen
14 (Bostället)**
Öppet torsdagar kl. 10-12

Torsdag 1 februari

Gympa/Chiball

Vi börjar med ett
träningsspass för att sedan
runda av med ett quiz

Torsdag 8 februari

Gympa/Chiball

Torsdag 15 februari

Prova på Life Kinetik

Vi gör övningar med
rörelsebaserad hjärnträning;
kom och testa en annorlunda
och rolig metod för att träna
hjärnan!
Efteråt kör vi nutidsfrågor
på storbild, vad minns du
från veckan som gått?

Torsdag 22 februari

Gympa/Chiball

Efter träningspasset
ackompanjerar vi kaffet med
ett quiz!

Torsdag 29 februari

Sittyoga och lagquiz

Upplev en stund av avkoppling
och välbefinnande genom
sittyoga - alla kan delta!
Må sedan bästa laget vinna på
lagens quiz!