

AKTIVITETSHUS VÄSTER

Program för kurser och aktiviteter 2018 09 03 – 2018 12 14, därefter gäller Julschema

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag						
09:00	STÄNGT under förmiddagen Öppet 12:30-15:30	KÖKSGRUPP	KÖKSGRUPP	KÖKSGRUPP	KÖKSGRUPP						
10:00		ANNE TAR EMOT STUDIE-BESÖK Kl. 10:00- RING OCH BOKA TID	STICK- OCH VIRK-GRUPP Öppen grupp Kl. 09:30-12:00	NUTIDS-FRÅGOR med tillgänglig handledare Drop-In Kl.10:00-12:00	PRAT OM BÖCKER med tillgänglig handledare Drop-In Kl.10:00-12:00	TECKEN-SPRÅK Kostnad, anmälan, FU* Kl. 09:30-11:45	PAUSGYMPA Öppen grupp Kl.10:30-11:00	KURS I KÖRSÅNG Kostnad, anmälan, FU* Kl. 9:30-11:45	SÖMNAD Öppen grupp Kl. 9:00-12:00	SÖMNAD Öppen grupp Kl. 9:00-12:00	
11:00									SÄLLSKAPS-SPEL med tillgänglig handledare Drop-In Kl. 10:00-12:00	DISKUSSIONS-GRUPP Öppen grupp OJÄMNA VECKOR Kl.10:00-11:30	
12:00		Lunch	Lunch	Lunch	Lunch						
13:00		SKAPAR-GRUPP Se separat program	AFRIKANSK DANS FÖR NYBÖRJARE Öppen grupp Kl. 13:15-14:15	LÅTAR VI MINNS med tillgänglig handledare Drop-In Kl.13:00-15:00	SÖMNAD Öppen grupp Kl. 13:00-15:15	ENGELSKA KONVERSATION Anmälan Kl. 13:15-14:45	MIXGRUPP Se separat program Öppen grupp Kl. 13:00-15:15	KURS i QIGONG, TAI CHI, YOGA, NIA Kostnad, anmälan, FU* Kl. 13:00-15:15	ANNIQUA TAR EMOT STUDIE-BESÖK Kl. 13:00- RING OCH BOKA TID	HUSMÖTE 13:15 ojämnta veckor med fika för dem som deltar FREDAGSFIKA varje vecka Kl. 13:15	
14:00	BORDTENNIS med FVK** Öppen grupp Kl. 13:30-15:00	Öppen grupp Kl. 13:00-15:15							SPELTID INOMHUS/UTOMHUS-SPEL Öppen grupp Kl. 13:45-15:00	BORDTENNIS Öppen grupp Kl. 14:00-15:15	FRÅGESPORT Öppen grupp JÄMNA VECKOR Kl. 14:15-14:45
15:00-15:30		VINCENT TAR EMOT STUDIEBESÖK Kl. 14:30- RING OCH BOKA TID									

* I samarbete med Folkuniversitetet, ** I samarbete med Friskvårdsklubben

Programmet på föregående sida är preliminärt. Reservation för förändringar. Håll utkik på vår anslagstavla, på goteborg.se och aktivitetskatologen.se. Ring gärna och fråga 031-367 94 80.

FRUKOST 09:00-10:00

Tisdag - fredag erbjuds du möjlighet att köpa en enklare frukost på Aktivitetshuset. Prata med köksgruppen om ditt önskemål.

LUNCH 12:00-13:00

Du har möjlighet att äta lunch på aktivitetshuset tisdag, onsdag torsdag och fredag för 35:-.

På måndagar lagar inte deltagarna i Highland café någon mat men då finns det fryst mat att köpa.

Kontakta oss!

Tel 031 3679480

Vi svarar på frågor om du undrar över något om vår verksamhet. Har du inte varit här tidigare - boka tid för studiebesök

Titta in

Du kan titta in tillsammans med din stödperson exempelvis ditt boendestöd eller personligt ombud, om du inte varit här förut. Därefter boka tid för ett studiebesök om du vill börja på aktivitetshuset.

Projekt effektbutik

På Aktivitetshuset pågår projekt Effektbutik. Det är ett projekt med stöd från EU och Europeiska socialfonden som riktar sig till dig som vill närma dig arbete eller studier och är 18 – 35 år. I projektet lär du dig arbete som är kopplat till e-handel parallellt med livsvillkor och hälsa.

Du deltar i projektet tillsammans i en mindre grupp, varje dag under en termin. En kort studietid och arbetspraktik ingår. Du får stöd av projekthandledarna och arbetsspecialisten.

Tel 031 3688047, 031 3688048

Aktivitetshuset i Göteborgs stad är en öppen verksamhet för personer med psykisk ohälsa i åldern 18-65 år.

Vi finns på Lergöskgatan 2 B

Öppna kurser/grupper

Du kommer när du vill vara med. Du behöver inte göra någon anmälan innan. Du bekostar ditt eget material.

Bordtennis, sömnad, stick- och virkgrupp, skapargrupp, mixgrupp, frågesport och afrikansk dans för nybörjare är exempel på öppna kurser/grupper.

Drop-In med tillgänglig handledare

Liksom öppna kurser/grupper kommer när du vill vara med. Du behöver inte göra någon anmälan innan. Du bekostar ditt eget material. Handledaren är samtidigt tillgänglig handledare och kan därför behöva gå ifrån vid behov.

Kurser med anmälan

Anmälan till kurser som ges i samarbete med Folkuniversitetet är belagda med en kursavgift. Du anmäler dig genom att betala, anmälan är bindande. Anmälan till kurser kan göras senast den 27 augusti. *Kurserna pågår vecka 36-42 och vecka 44-50.* Anmäl dig också till **engelska konversation**. Denna grupp är kostnadsfri.

Husmöte Här har du som deltagare chans att påverka innehållet i din verksamhet. Aktivitetshuset bjuder medverkande deltagare på fika varje fredag. Husmöten hålls fredagar ojämnt veckor.

Highland café Köksgruppen är till för de deltagare som inom aktivitetshusets verksamhet tillsammans önskar arbeta på bestämda tider i kök. Köksgruppen lagar mat och bakar. Kontakta Anniqua om du vill vara med.

Öppettider

måndag 12:30-15:30
tisdag-fredag 9:00-15:30

Välkommen!