

Måndag

Canasta kl 10-14.

Tankesmedjan kl 10-11.30

Sittgympa kl 12-12.45.

Sittgympa kl 13-13.45

Skrivkammaren kl 14.30-18
Ring 031 12 35 35

Avslappning kl 15-16.30
Avgift 20kr.

Snillen spekulerar kl 19

Vipassanameditation
18.30-20. Kontakt:
ceciliafredin@icloud.com

Tisdag

Boksamtal kl 10-11.30
Ojämn Vecka. Ring 12 35 35.

Dikt o verklighet kl 10-11.30.
Jämn vecka. Ring 12 35 35.

Utflyktsgruppen kl 10
Vi utgår från Oscar.

Våga Yoga kl 11-12.30
Avgift 20kr.

Sångcoaching kl 12-16
Bo-Kenneth 0702 260 818
100 kr/gång

Våga måla kl 13-16.

Drömgrupp 16.30-18.30
Ojämn v. Ring 0708 697 976

Måla i lugn och ro kl 17-20
Mobilfritt.

Musikspanarna kl 19
Ring 12 35 35. Mobilfri.

Onsdag

Filosofiska gruppen
kl 10-11.15

Stilla Qi Gong m Jan Rådvik
kl 10-11.30

Trivselpromenaden kl 11
Vi utgår från Oscar.

Spela piano kl 12-16
Bo-Kenneth 0702 260 818
100 kr/gång.

Onsdagsalong kl 12.30-14

Dancerealeeze m Petra
kl 14.30-16.30
Dans, rörelse, kropps-
medvetenhet, avslappning.

Oscars brodöser kl 18-20
Ojämn v. Ring 0708 462 656.

Torsdag

Stavgång kl 10-11.30
Kondition och styrka.
Samling på Oscar.

Kaffe med prästen
kl 12.30-13.30
Vi pratar livsåskådningar.

Kreativa gruppen
kl 12.30-15.30
Skapa med återbruk

Måla akvarell kl 13-16.

Grubbelgruppen kl 16-17.30.
Jämn vecka.

Om demokrati kl 16-17.30
Ojämn v.

Kör Oscar kl 16.15-18.15
Kom och sjung! Ring 12 35 35.

Sanntal m Johan kl 18-20
Jämn v. Ring 0730 276 071

Kroppens poesi
kl 18.30-20.30

Fredag

Fredagsmys kl 10-12
Otvunget umgänge med kaffe
och fria samtal.

Våga uppträda kl 11-15.30
Sjung, spela, tala, dansa...

Tillsammans kl 11
Café Årtan, Vegahusen.

Talkshow kl 12-13
Jämn vecka.

Bokcirkel kl 13.30-14.30
1:a fredagen i månaden.
Ring 12 35 35.

Ukulele kl 16-17.30
Ej nybörjare.

Cafékväll med
Göteborgs skrivarsällskap
kl 18.30 Sista fred. i månaden.

Söndag

Filmklubben Oscar
kl 13.30-16 Jämn vecka.

Oscars teater kl 17
Jämn vecka.

Vernissage kl 12-15
Ojämn vecka.

Öppen scen kl 17-19
Ojämn vecka

Alla är välkomna!

Men om det står ett
telefonnummer eller
 mejladress under
gruppen så tar man
kontakt innan för att höra
om det finns plats eller
för att boka en tid.