



Aktivitetsschema november/december 2023

Kultur- och aktivitetshuset

Måndag

09.00 - 16.00

- 10.00-11.00 **Öppen** Djembe workshop (Mattias) Vån 3/Musikrum
10.30-11.30 **Öppen** Pärlor och pyssel (Maja) Vån 1/Kaféet
11.30-13.00 Lunch
12.30-14.00 **Öppen** Musikverkstad (Oscar och Mattias) Vån 3/ Musikrum
13.00-15.00 Snickeri (Ulf) vån 2/Snickeriet
14.00-14.30 **Öppen** Mindfulness (Anna) Vån 1/Bibliotek

Tisdag

09.00 - 19.00

- 09.30-11.00 **Öppen** Inredningsgrupp (Claudia) Vån 1/ Kaféet
10, 10.30 och 11 Trunkurs (Mattias) Vån 3/Musikrum
10.00-12.00 **Öppen** Snickeri (Ulf) Vån 2/ Snickeriet
10.00-14.00 **Öppen** Utegrupp (Leif) Samling i trädgården
11.30-13.00 Lunch
16.30-17.15 **Öppen*** Yoga Vån 3/Gröna rummet
17.00-18.00 **Öppen** Syjunta eller temagrupp (Claudia) Vån 1/ Kaféet

Onsdag

09.00-20.00

- 09.30-11.00 **Öppen** Inredningsgrupp (Claudia) Vån 1/ Kaféet
10.00-14.00 **Öppen** Utegrupp (Leif) Samling i trädgården
10.30-11.30 **Öppen** Yoga* (Vera) Vån 3/Gröna rummet
11.30-13.00 Lunch
13.00-14.00 **Öppen** Promenad (Maja) Samling utanför A-huset
13.30-14.00 **Öppen** Sittande gymnastik (Claudia) Vån 1/ Biblioteket
13.30-15.30 **Öppen** Bakgrupp (Anna) Vån /Köket
14.00-15.00 **Öppen** Gitarrcirkel (Oscar) Vån 1/ Biblioteket
17.00-18.00 Kvällsmat / enklare förtäring för 30 kr Vån 1/Kaféet
18.00-20.00 **Öppen** Onsdagskväll på Gyllenkroken:

Första onsdagen i månaden: **Kvinnoafton**

Andra onsdagen i månaden: **Fri scen**

Tredje onsdagen i månaden: **Karaoke**

Sista onsdagen i månaden: **Mansafton**



Gyllenkroken

Torsdag

09.00-16.00
10.00-11.30
11.30-13.00
13.30-15.00
13.30-15.00
14.00-15.30

09.00 - 16.00

Öppen Ateljé (Eget arbete) Vån 2/ Ateljén
Öppen Musikverkstad (Oscar & Mattias)Vån3/Musikrum
Lunch
Öppen Tysk konversationskurs (Claudia) Vån 1/Bibliotek
Öppen* Sång för alla (Imo) Vån 1/Kaféet
Öppen Bakgrupp (Anna)

Fredag

10.00-14.00
10.00-14.00
11.30-13.00
13.00-14.00
13.00-14.00
13.30-14.15
14.30-15.30

09.00 - 16.00

Öppen Ateljé (Lisa) Vån 2/ Ateljé
Öppen Utegrupp (Leif) Samling i trädgården
Lunch
Öppen Promenad (Claudia) Samling utanför A-huset
Öppen Musiklyssning (Oscar) Vån 1/ Kaféet
Öppen* Spanska för nybörjare (Imo) Vån 3/Gröna rummet
Öppen Gyllenkroken bjuder på fredagsfika

Är du intresserad av att vara med i **kök och kafé?**
Kontakta handledarna i kaféet!

Öppen betyder att det bara är att komma, ingen föranmälan krävs. Det går bra att droppa in och att droppa ut. Du behöver inte komma när det börjar eller stanna tills det är slut. Du bestämmer själv hur länge du vill vara med.

Aktiviteter som inte är markerade med ordet "öppen" ska du föranmäla dig till.

* Kurs i samarbete med ABF, här krävs anmälan.



OBS: Öppettider Kultur- och aktivitetshuset Gyllenkroken

25 december 2023: stängt

26 december 2023: stängt

27 december 2023: Vinter café kl. 13.00 – 16.00 med möjlighet att köpa fika.

28 december 2023: Vinter café kl. 13.00 – 16.00 med möjlighet att köpa fika.

29 december 2023: Vinter café kl. 13.00 – 16.00 med möjlighet att köpa fika.

Välkommen!

Önskar vi i Gyllenkrokens Kultur- och aktivitetshus