Tisdag

Teknikstöd

TISDAG 11.00-12.30
Teknikstöd för dig som vill ha hjälp med dator, surfplatta eller mobil. Tanken är att du ska få hjälp att själv bli tryggare med tekniken i din vardag.

Hösten 2026:
Tisdag 22 september, 20 oktober och 17 november. Ingen anmälan – ingen kostnad.

På Teknikstödet kan du få hjälp med frågor och funderingar som rör din mobiltelefon, surfplatta eller dator. Ta med din utrustning och passa på att ställa frågor eller få praktiska tips samtidigt som vi har sopplunch.

I samarbete med Partille kommun.

Mötesplatsen

Vi är nästan 50 volontärer som brinner för att Kåsjögården ska vara ett aktivitetshus där alla är välkomna. Vi har program måndag till torsdag då vi hyr av Svenska kyrkan. Verksamheten drivs av de små medel som kommer in via våra aktiviteter.

Ledningsgrupp:
Ordförande:
Heléne Aulin Ivdal
tel. 070-343 78 97
Ledamöter:
Thommy Svensson
Pia Rasmusson
Hans-Olof Mörtsell
Adjungerad:
Örjan Haag
Mailkontakt till samtliga:
motesplats@kasjogarden.se

Torsdag

Bokcafé

TORSDAGAR 14.00-15.30
Vill du komma igång och läsa eller saknar att få prata om det du läst? Vi väljer tillsammans ny och äldre skönlitteratur och du skaffar böckerna själv.

Pris 50 kr/gång inklusive fika, ingen anmälan.
Hösten 2026 **startar den 17 september**, därefter 15 oktober, 12 november, 10 december.

För info om aktuell bok kontakta:
Ingrid Robertson-Sjönnemo 0762-61 14 91

Bokcafé herrar

TORSDAGAR 16.00-17.30 - NYTT
Ett bokcafé för herrar med ett litteratururval som kanske skiljer sig något från kvinnor. Spännande! Vi väljer tillsammans ny och äldre litteratur och du skaffar böckerna själv.

Pris 50 kr/gång inklusive fika, ingen anmälan.
Hösten 2026 **startar den 17 september**, därefter 15 oktober, 12 november, 10 december.

För info om aktuell bok kontakta:
Bertil Carlsson 0736-33 61 90

Musik-Café

TORSDAGAR 13.30-16.00
Visor o låtar vi minns från 50 talet till nu. Bengt med gäster och allsångsinslag.

Entré 50 kr, fika med mingel från 13.30

Med start den 27 augusti, därefter 24 september, 29 oktober, 26 november.

För information: **Bengt Blom 0706-93 68 15, bengt.u.blom@gmail.com**

Senaste nytt hittar du på Instagram: kasjogarden
Kalender:
Vårt kalendarium hittar du på hemsidan: www.kasjogarden.se. Aktiviteterna finns med datum och tid under flik "kalender".

MÖTESPLATS Kåsjögården

Måndag

Akvarell /Akrylmålning

MÅNDAGAR 09.30-12.30 - DROP IN, varje vecka.
Välkommen till en **kreativ** och **rofylld** stund där vi provar till exempel akvarell, akryl eller annat som vi gemensamt kommer på efter hand.

Vi har en del material på plats, men ta gärna med eget om du vill.
Inga förkunskaper krävs. Deltagaravgift 50 kr/gång inklusive fika, ingen anmälan.
Hösten 2026 **startar den 31 augusti**.

Inspiratörer och ledare:
Britt-Marie Asp 0763-10 16 31
Anita Stenqvist 0709-10 18 33

Stickcafé

Måndagar 18.30-20.30, DROP IN, varje vecka.
Tycker du om att **sticka, virka, brodera, laga kläder**, helt enkelt **handarbeta** med vad man vill. Då är detta platsen att komma till för att varva ner i vardagen och bara vara i en trygg miljö. Kanske för att god gemenskap föder både livgivande samtal och skön tystnad.
Vi hjälps åt om maskorna trasslar!

Kostnad, 50 kr/gång inklusive fika, ingen anmälan.
Hösten 2026 **startar den 24 augusti,** varje vecka.
Kontakt: **Ingrid Robertson-Sjönnemo 0762-61 14 91**
Karin Vilhelmsson 0707-64 43 63

Aktiviteter

Hösten 2026

- Sopplunch
- Akvarell / Akrylmålning
- Stickcafè
- Baby-/föräldracafé
- NatureWorkout® Barnvagn
- NatureWorkout®Teens
- NatureWorkout®Senior
- NatureWorkout®PWRX
- Bridge spelträning
- Quiz
- Bokcafé
- Bokcafé herrar
- Musikcafé
- Närhälsan Öjersjö vårdcentral
- Teknikstöd

Kåsjögården
Norra Örjansvägen 9C, 433 50 Öjersjö
e-mail: motesplats@kasjogarden.se, web: www.kasjogarden.se

Tisdag

Sopplunch

TISDAGAR KL. 11-13.30, DROP IN.

God och värmande soppa i trevlig gemenskap.

I priset ingår soppa, bröd, färskost samt kaffe och kaka.

Pris 80 kr

Hösten 2026 **startar den 25 augusti**.

Kontakt: **Lisbeth Bard 070-767 45 65**

Närhälsan Öjersjö vårdcentral

Hösten 2026, Mottagning för medicinska frågor på Mötesplats Kåsjögården

• **Distriktsköterska** tisdagarna 8 september, 6 oktober, 3 november, 1 december. Läkare med vid flera av dessa tillfällen.
• **8 september - vaccination lunginflamation (gratis +65)**
• **3 november - vaccination covid och influensa** (datum kan ändras, se kalender på hemsidan)

Föreläsningar av läkaren Hans Holmberg, diabetes 2 och ledsjukdomar (tider se kalender på hemsidan).

Kontakt: **Heléne Aulin-Ivdal 0703-43 78 97**

Quiz

TISDAGAR KL18.30 (anmälan krävs)
Kom själv, eller ta med din partner, dina grannar, din smarta arbetskamrat eller din svärmor. Vi tävlar i lag. Glänser, klurar, chansar, tjötar…

Med start den 15 september, därefter 13 oktober och 10 november.

Pris: 130 kr för en härlig räkmacka med dryck.

OBS! Anmäl dig senast dagen innan, via annons i sociala medier eller telefon till Anki. Begränsat antal platser.

***Kontakt*: Anki 0709-98 73 66.**

Onsdag

Bridge-Spelträning

ONSDAGAR 18.15-20.45 DROP IN, varje vecka.
En mötesplats för dig som gått kurs nyss eller tidigare och vill spelträna tillsammans med andra. Varje tillfälle startar med en kort genomgång med erfaren ledare. Finns möjlighet att ställa frågor till handledare under hela spelträningen.

Deltagaravgift 50 kr/spelträning inklusive fika, ingen anmälan.
Hösten **2026 startar den 26 augusti.**

Kontakt: **rasmussonpia@gmail.com Pia Rasmusson 0706-98 79 82**

NatureWorkout® Barnvagn/Teens/Senior/PWRX

Anmälan och information för samtliga pass inom NatureWorkout, dvs Barnvagn, Teens, Senior och PWRX: info@motionskicken.se.

Onsdagar - Barnvagnsjympa 9.45-10.30, start utomhus 19 augusti - 10 tillfällen, inomhus start 28 oktober - 8 tillfällen:
Anpassad träning för både mammor och pappor som är lediga på dagarna och vill träna med sina barn och även kunna ta med barnvagnen.

Onsdagar - Senior 16.00-17.00, start 19 augusti - 18 tillfällen.
Träning bygger på att använda din egen kropp som redskap. Ett av målen med träningen är att få en ökad rörlighet och balans för att minska risk för fall.

Onsdagar - Teens 17.15-18.00, start 19 augusti - 18 tillfällen.
En spännande träningsform för ungdomar (11-17 år). Under passen Onsdagar tränar vi styrka, kondition, explosivitet, balans och kroppskontroll.

Onsdagar - PWRX 18.30-19.30, start 19 augusti - 10 tillfällen utomhus.
En funktionell uthållighetsträning och utformad för dig som vill bli starkare, snabbare och mer uthållig-oavsett träningsvana.

Torsdag

Baby-/Föräldracafé

TORSDAGAR 9.30-11.30, DROP IN
En träffpunkt för föräldralediga med små eller lite större barn. Vi umgås, lär känna varandra, leker sjunger och fikar.
Sångstund -ca 10.00.

Pris, 40 kr/familj inklusive fika, ingen anmälan.
Hösten 2026 **med start den 17 september**
därefter 24 september, 1 oktober, 8 oktober,
15 oktober, 22 oktober, 5 november,
12 november, 19 november, 26 november.

Kontakt; **Eva Levin 0705-98 76 06**
Hildegard Haag 0730-35 48 47