

Mötesplatser för seniorer

Sommaraktiviteter 2025 Stadsområde Sydväst



Välkommen!

Vi är främst till för dig som är senior, men hos oss är alla välkomna! För övriga aktiviteter se affischer på mötesplatserna eller gå in på Göteborgs Stads kalendarium: kalendarium.goteborg.se



Programlansering på Frölunda Torg

Kom och träffa oss framför stora scenen inne på Frölunda Torg när vi lanserar höstens program för mötesplatserna i Sydväst. Prova på boule, pingis, Brainfunk och annat kul. Vi ses!

Fredag 22 augusti kl. 13-17

Kl. 15 bjuder Göteborgs Symfoniker på konsert

Adress: Frölunda Torg, vån 1, vid stora scenen

Kontakt: 031-366 11 42



Mötesplats Askim

Adress: Askims torg 5

Kontakt: 031-366 30 05

Öppet: Tisdag-fredag kl. 10-15 om inget annat anges

Sommaröppet: Tisdag 15, 22, 29 juli och torsdag 17, 24, 31 juli kl. 11-13

Stängt: 6, 19, 20, 26 juni, 1, 3, 4, 16, 18, 23, 25, 30 juli och 1 augusti

Dela ut program

Vi ses och fikar på mötesplatsen. Därefter delar vi ut mötesplatsernas sommarprogram i närområdet.

Torsdag 26 juni kl. 12.30-14.30

Utflykt till Jungman Jansson i Önnered

Utflykt till restaurangen Jungman Jansson för gemensam lunch och promenad. Var och en betalar sin egen lunch. Samling vid entrén till mötesplats Askim kl. 10.30.

Tisdag 1 juli kl. 10.30

Föranmälan senast 27 juni:
031-366 30 05

Minigolf på Askimsbadet

Vi samlas utanför entrén till Askims mötesplats kl. 11 och promenerar tillsammans till Askimsbadet.

Fredag 4 juli kl. 11

Kostnad: pensionärspris 80 kronor

Föranmälan senast 27 juni:
031-366 30 05

Inomhusboule

Tisdag 8 juli kl. 11

Sommarquiz

Fredag 11 juli kl. 12

Quiz utomhus

Vi träffas vid entrén till mötesplats Askim och går till en närbelägen gård utomhus. Vi bjuder på kaffe och du tar själv med dig en smörgås, bulle eller kaka om du vill det. Vid regn flyttar vi in.

Tisdagarna 15, 22 (obs! 22 juli inställt vid regn) och 29 juli
Torsdagarna 17, 24 och 31 juli
kl. 11-13

Bingo

Tisdagar kl. 11.30 start 12 augusti

Speldags

Fredagar kl. 12 start 15 augusti



Mötesplats BKP

Adress: Bergkristallparken 1

Kontakt: 031-366 11 42 och
031-366 73 09

Fysisk aktivitet

Rörelse och balansträning till musik utomhus. Du anpassar rörelserna efter egen dagsform. Alla kan vara med. OBS! Vid regn ställer vi in.

Tisdagar 24 juni-26 augusti
kl. 11-12

Frågesport

Testa dina kunskaper i ett underhållande 1X2-quiz med varierande frågor. Vi är utomhus. OBS! vid regn ställer vi in.

Fredagar kl. 12-13.30
27 juni-29 augusti



Allsång i parken

Fika finns att köpa i caféet fram till kl. 16. Vi hoppas på fint väder hela sommaren men vid regn flyttar vi in i huset.

Torsdagar kl. 16-17

Elin Ljungqvist

26 juni

Emil Andersson

3 juli

PROCK

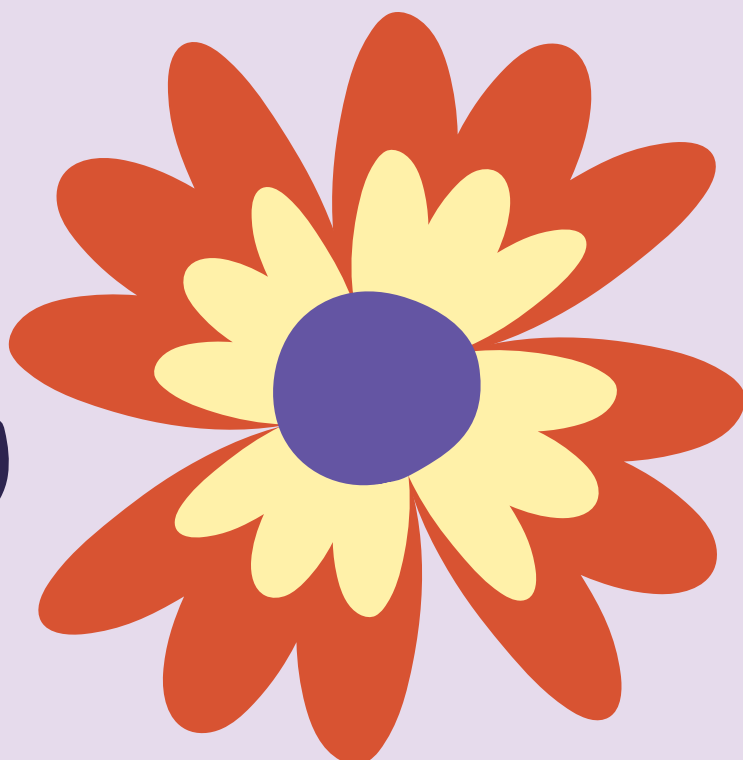
10 juli

Mats Westling

17 juli

Crazy Lager

24 juli



Mötesplats Frölunda

Adress: Valthornsgatan 27,
Växthuset

Kontakt: 031-365 31 48

Gåfotboll

Kom och prova gåfotboll, sporten där du inte får springa. Här kan alla vara med och vi garanterar en härlig stund med energi och många skratt! Vi erbjuder även Gåfotboll Lätt för dig som är ny eller vill börja veckan lugnt.

Måndagar

Gåfotboll Lätt kl. 9-10

Gåfotboll kl. 10-11

Boule och pingis

Både för nybörjare och proffs!
Kaffe finns.

Torsdagar kl. 10.30-12.30

Workshop - cyanotypi

Skapa monokroma blåa bilder med en analog fototeknik som upptäcktes 1842. Tekniken görs utomhus - inställt vid regn. 8 platser.

Torsdag 14 augusti kl. 13-15

Föranmälan på telefon:

031-366 03 45

Positivparken

Adress: Positivparken,
Positivgatan, Västra Frölunda

Kontakt: 079-098 18 04

Välkommen på utomhusträning

Starta veckan starkt med energifylld Tabataträning utomhus i Positivparken. Tabataträning är en effektiv intervallträning med styrka, kondition och rörlighet för hela kroppen. Nivån anpassar du efter dina förutsättningar. Kläder efter väder. Ta med vattenflaska. Träningen är gratis och ingen anmälan behövs. Kom och var med! Vi tränar och har roligt tillsammans.

Tisdagar kl. 10

17 juni-26 augusti



Mötesplats Högsbo

Adress: Markmyntsgatan 14

Kontakt: 031-366 03 45

Öppet: Måndag, onsdag, fredag kl. 9–15. Caféet stänger kl. 14.
Tisdagar gör vi utflykter, se nedan.

Stängt: 20 juni

Sittgympa

Gympa tillsammans! Sittande övningar, via vår TV-skärm.

Måndagar kl. 10.30–11.45

Boule

Boule utomhus eller inomhus beroende av väder. Ni bildar själva lag och spelar, kanske tar en kopp kaffe ihop.

Tisdagar 10.30–12 Start 3 juni

Tisdagsutflykter

Se separat affisch veckan innan på Mötesplatsen. Du anmäler dig och står själv för eventuella kostnader som fika, mat, inträde med mera.

RAVE +65 2.0 på Grönsakstorget

Med danskonstnär Elin Hermansson, Dj Oakgrove och partykicker Jerker Eklund. Kom och dansa själv ihop med andra under bar himmel mitt i stan. Ta spårvagn 2 från Högsbo till Grönsakstorget (Sommartorget). Kläder efter väder.

Tisdag 10 juni kl. 13–14

Plats: Grönsakstorget

West Pride: filmvisning

Vi ser filmen *Regnbågens sång*.

Fredag 13 juni kl. 10–11 och 13–14

Dela ut program

Vi ses och fikar på mötesplatsen. Därefter delar vi ut mötesplatsernas sommarprogram i närområdet.

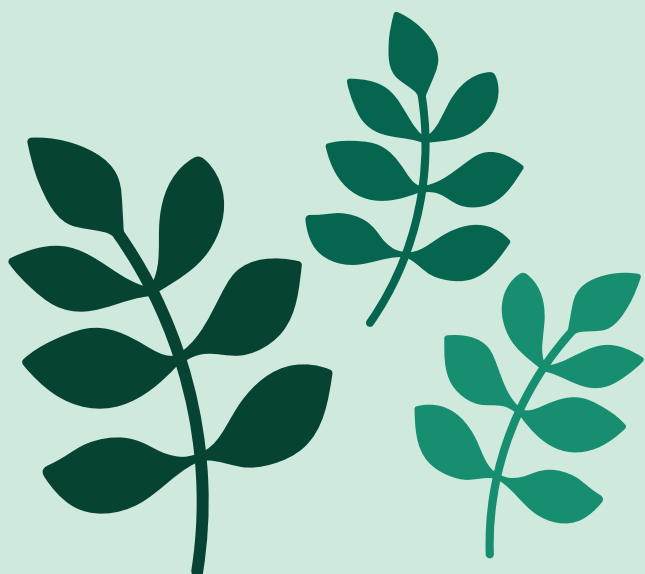
Tisdag 17 juni kl. 12.30–14.30

Midsommarhäng

Välkommen på midsommarhäng med musik och frågesport! Det är kostnadsfritt att delta. Vill du ha en räkmacka, cider och kaffe kostar det 140 kr.

Onsdag 18 juni kl. 11–14

Föranmälan senast 13 juni om du vill ha räkmacka, cider och kaffe (140 kronor): 031-366 03 45



Mötesplats Högsbo

Utflykt Nya Varvet

Vi åker med Nya Varvet-färjan. Båtturen är gratis. Lunch köper du själv eller ta med matsäck. Se separat affisch.

Tisdag 24 juni kl. 10-15 ca.

Utflykt till Ängås Gård

Vi åker gemensamt för att fika i Ängås Gårds trädgård. Du kan köpa fika till seniorpris på plats eller ta med egen fika. Vid regn ses vi och fikar på Mötesplats Högsbo. Efter-som de öppnar upp gården speci-ellt för oss den dagen, så behövs föranmälan. Mer information ges av personalen på Mötesplats Högsbo.

Tisdag 8 juli kl. 10.30

Fika på mötesplatsen

Vi bjuder på kaffe och kaka på alta-nen. Ta gärna med en vän som inte varit på Mötesplatsen innan.

Tisdag 29 juli kl. 11-12 och 13-15

Workshop - akrylmålning

Vi målar akryl med grundfärgerna rött, blått och gult. Material ingår. För nybörjare och vana. Du kan ta med lunch eller gå ut och äta på torget. Kyl och mikro finns. 8 platser.

Tisdag 12 augusti kl. 10-15

Föranmälan: 031-366 03 45

Musikunderhållning

Med Speldags. Höstterminen startar fredag 15 augusti.

Fredagar kl. 11-11.30

Start 15 augusti

Workshop - teckning

Teckna blommor med hjälp av skuggor, utomhus. Material ingår. För nybörjare och vana. 8 platser. OBS! Vid regn ställer vi in.

Tisdag 19 augusti kl. 13-15

Föranmälan: 031-366 03 45



Mötesplats Önnered

Adress: Bersån mittemot
Önnereds byväg 20 (vid
bänkarna och de två borden)

Kontakt: 031-366 41 64 och
031-366 11 42

Kom och delta på våra tipspromenader!

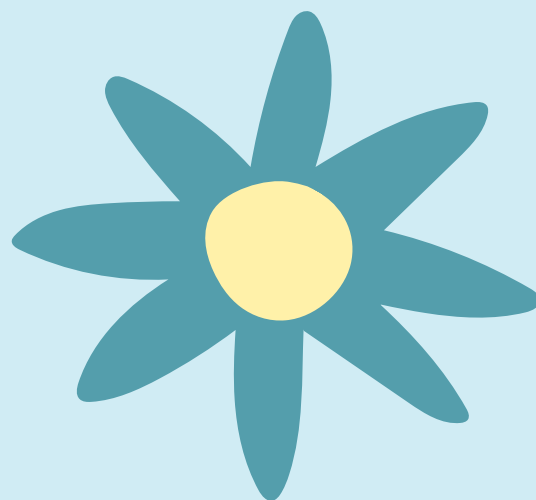
Missa inte chansen att njuta av frisk
luft, trevligt sällskap och kniviga
frågor! Vi bjuder på kaffe, med
undantag för 14 juli och 11 augusti,
ta då med eget kaffe (vikarierande
personal). Ta alltid med eget kaffe-
bröd om så önskas. OBS! Vid regn
ställer vi in.

Måndagar kl. 11-13

2 juni-29 september

Måndag 28 juli och 4 augusti

**träffas deltagarna utan ledare - ta
med eget kaffe.**

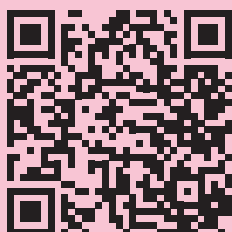


Tips

Elvadans på Liseberg

Lisebergs elvadans lockar till umgänge och lite stillsammare dans. Olika dansband varje vecka. Läs mer och se programmet på liseberg.se eller scanna QR-koden nedan med din telefon. Fri entré!

Onsdagar kl. 11-14
4 juni-13 augusti



Delta i världens största tipspromenad

När som helst, var som helst – tusentals frågor. Ladda ner appen *Tipspromenader* (Korpen) och bege dig ut. Arrangör: Korpen

Spela boule! Åkered bouleklubb bjuder in

Välkommen att prova på!

Tisdagar och torsdagar kl. 10

Adress: Åkeredsvallen,
Bergsättersgatan 1

Vill du vara säker på att det inte är inställt på grund av tävlingar, ring ordförande Tony innan:
0706-48 69 23

www.akeredbouleklubb.se



Kontakta mötesplatser i Sydväst

Kontaktcenter: 031-365 00 00

Epost: motesplatser.sydvast@aldrevardomsorg.goteborg.se

Facebook: [Mötesplatser i Sydväst](#), [Musik i Sydväst](#)

Alla aktiviteter är kostnadsfria om inget annat framgår.
Föranmälan behövs endast i de fall detta anges.
Med reservation för tryckfel och programändringar.