



Frivilligverksamhetens vårprogram 2025



Mark



**Studieförbundet
Vuxenskolan**



Varmt välkommen att delta i frivilligverksamhetens aktiviteter!

Frivilligverksamheten i Marks kommun har över 100 frivilliga som anordnar ett varierat och värdefullt program för äldre. De lagar mat, kokar kaffe, bakar våfflor, tar emot musiker och artister, stickar, ordnar curling, bingo, boule, leder gymnastik och mycket annat. Frivilligverksamhetens aktiviteter är öppna för alla äldre, oavsett bostadsort så passa på att ta del av det som händer även på andra orter än din egen!

Alla programpunkter är gratis men du betalar för fika eller mat.

Vill du hjälpa till?

Vill du hjälpa till är du också varmt välkommen. I så fall kontaktar du frivilligsamordnare.

Epost: frivilligverksamheten@mark.se

Telefon: 0320-21 78 28

Aktuellt program finns även på www.mark.se/frivilligverksamheten.

Programmet är med reservation för eventuella ändringar.

Ändringar annonseras även på vår Facebook, Frivilligverksamheten i Marks kommun, facebook.com/frivilligverksamheten.



50 år sedan VM-guld

I september var det 50 år sedan Ann-Greth Jillhag, Eivor Melander och Gunilla Norell tog VM-guld i skeet. Ann-Greth och Eivor visar och berättar om sina minnen och vi firar med tårta. Anmälan senast den 2 februari till frivilligverksamheten@mark.se eller telefon 0320-21 78 28.

Tisdag 4 februari klockan 14.30

Kinna, ABF:s lokal Boråsvägen 28

Gun och Jennyli

Gun och Jennyli sjunger och spelar.

Tisdag 4 februari klockan 14.30

(musik och väffelserving startar 15, andakt 14.30)

Kinna, Församlingshemmet

Onsdag 26 mars klockan 10.30

Öxabäck, Dagcentralen

Onsdag 16 april klockan 14.30

Kinna, Malmsäter



Senior Music Band

Jan Freiholz och Bengt Gunnarsson från Kungsbacka med klarinett och sång.

Onsdag 19 februari klockan 15
Skene, Järnvägsgatan

Tomas Rehn

Musik med Tomas Rehn från Seglora

Onsdag 19 februari klockan 14.30

Kinna, Malmsättersgatan 5

Onsdag 23 april klockan 10.30
Öxabäck, Dagcentralen

Jerry Rudenvall

Sång och musik av Jerry Rudenvall.

Onsdag 26 februari klockan 10.30

Öxabäck, Dagcentralen

Onsdag 19 mars klockan 14.30

Kinna, Malmsättersgatan 5

Information från demenssköterskan

Kommunens demenssköterska Susanne Blom informerar på våffelkaféet i Älekulla om demens och vad man bör tänka på.

Tisdag 25 mars klockan 11

Älekulla, församlingshemmet

Kinna PRO

Våffelcafé med sång av PRO-kören från Kinna.

Tisdag 4 mars klockan 14.30

(musik och våffelservice startar 15, andakt 14.30)

Kinna, Församlingshemmet

Ronny me resten

Ronny me resten sjunger i på Hedbo.

Tisdag 4 mars klockan 17

Skene, kvarterslokalen Hedbo





Seniorguidning på Kasthall

Välkomna på en guidad tur på Kasthallsfabriken.. Max 15 besökare/tillfälle.
Anmälan till frivilligverksamheten@mark.se
eller telefon 0320-21 78 28

Måndag 17 mars klockan 9.30

Kinna, Kasthallsfabriken Fritslavägen 42

Skene PRO

Våffelcafé med sång av PRO-kören från Skene.

Tisdag 1 april klockan 14.30

(musik och våffelserving startar 15, andakt 14.30)

Kinna, Församlingshemmet

Modevisning med klädförsäljning

Våra frivilliga Mairon Brantefjord, Ann-Marie Mover, Harriet Enander, Margaretha Lagberg och Karl-Erik Bernt visar kläder från Seniorshop.

Tisdag 22 april klockan 15

Skene, Järnvägsgatan 4

Bilder från fjällvärlden

Henry och Kristina Djurbäck visar sina bilder från fjällen och berättar om livet som stugvärd.

Onsdag 23 april klockan 15

Skene, Järnvägsgatan 4

Prova på discgolf!

Discgolf är en sport som passar alla. Antony från Sätila SK:s discgolfsektion berättar om sporten och alla får prova på.

Onsdag 7 maj klockan 14.30

Kinna, Malmsättersgatan 5. Samling på gården

Seniorrundvandring på Strömma

Strömma och frivilligverksamheten bjuder in Marks seniorer på guidad rundtur på skolan. Strömmas personal och elever visar och berättar om skolans historia och om hur den drivs idag. Vi avslutar med gemensam fika i vår nyrenoverade matsal i herrgården. Anmälan senast den två dagar innan till frivilligverksamheten@mark.se eller 0320-21 78 28.

Onsdag 7 maj klockan 17

Torsdag 15 maj klockan 17

Sätila, Strömma

Parkering vid skolhuset.

Buss 430 hållplats Strömmaskolan.

Senioraktivitet i Mariebergsparken

Marks fornminnesförening och Kinna Hembygdsförening bjuder in. Bildspel och kaffe och smörgås på logen. Därefter kan den som vill och kan gå med på en vandring till Vikingahuset Marbohall, Mariebergshuset, Förläggargården Lerlyckan samt Handelsboden.

Tisdag 20 maj klockan 14

Kinna, Mariebergsparken. Samling vid logen.

Besök på Anjougården

Skene Hembygdsförening visar och berättar om Anjougårdens historia.

Onsdag 21 maj klockan 15

Gemensam promenad för de som vill från Järnvägsgatan 4



Informationsmöte - Senior Sport School

Senior Sport School är ett hälsoäventyr där du får möjlighet att prova på olika fysiska aktiviteter hos de lokala idrottsföreningarna kombinerat med intressanta föreläsningar.

Välkommen på informationsmöte, tid och plats annonseras senare!

Boule

Ubbhult, Bygdegården
Måndagar klockan 10-12

Mattcurling

Sättila, Bygdegården
Onsdagar klockan 10



Måndag 27 januari

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 28 januari

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Måndag 3 februari

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 4 februari

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Kinna, ABF

50 år sen VM-guld klockan 14.30

Kinna, Församlingshemmet

Våffelkafé klockan 14.30

Skene, Järnvägsgatan

Gemenskap för finsktalande kl. 15

Onsdag 5 februari

Kinna, Malmsäter

Bingo klockan 14.30

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Måndag 10 februari

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 11 februari

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Älekulla, Församlingshemmet

Lunch klockan 13

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Onsdag 12 februari

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Öxabäck, Bygdegården

Sopplunch klockan 12.30

Måndag 17 februari

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 18 februari

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Onsdag 19 februari

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Hajom, församlingshemmet

Sopplunch klockan 12

Skene, Järnvägsgatan

Musik klockan 14.30

Kinna, Malmsäter

Musikkafé klockan 14.30

Torsdag 20 februari

Torestorp, SvansjövalLEN

Sopplunch klockan 12

Måndag 24 februari

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 25 februari

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Torestorp, KullabyN

Bingo klockan 10.30

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Onsdag 26 februari

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Öxabäck, Dagcentralen

Musikkafé klockan 10.30

Måndag 3 mars

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 4 mars

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Kinna, Församlingshemmet

Väffelkafé klockan 14.30

Skene, Järnvägsgatan

Gemenskap för finsktalande kl. 15

Onsdag 5 mars

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Kinna, Malmsäter

Bingo klockan 14.30

Måndag 10 mars

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 11 mars

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Älekulla, Församlingshemmet

Lunch klockan 13

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Onsdag 12 mars

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Öxabäck, Bygdegården

Sopplunch klockan 12.30

Måndag 17 mars

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Kinna, Kasthall

Seniorvisning klockan 9.30

Björketorp, Församlingshemmet

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 18 mars

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Torestorp, Kullabyn

Bingo klockan 10.30

Onsdag 19 mars

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Hajom, församlingshemmet

Sopplunch klockan 12

Kinna, Malmsäter

Våffelkafé klockan 14.30

Skene, Järnvägsgatan

Bingo klockan 15

Torsdag 20 mars

Torestorp, Svansjövallen

Sopplunch klockan 12

Måndag 24 mars

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 25 mars

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Älekulla, Församlingshemmet

Våffelkafé klockan 11

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Onsdag 26 mars

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Öxabäck, Dagcentralen

Musikkafé klockan 10.30

Måndag 31 mars

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 1 april

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Kinna, Församlingshemmet

Våffelkafé klockan 14.30

Skene, Järnvägsgatan

Gemenskap för finsktalande kl. 15

Onsdag 2 april

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Kinna, Malmsäter

Bingo klockan 14.30

Fredag 4 april

Torestorp, Kullabyn

Musik klockan 14.30

Måndag 7 april

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 8 april

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Älekulla, Församlingshemmet

Lunch klockan 13

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Onsdag 9 april

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Öxabäck, Bygdegården

Sopplunch klockan 12.30

Måndag 14 april

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gymnastik klockan 14.15

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 15 april

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Torestorp, Kullabyn

Bingo klockan 10.30

Onsdag 16 april

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Hajom, församlingshemmet

Sopplunch klockan 12

Kinna, Malmsäter

Musikkafé klockan 14.30

Torsdag 17 april

Torestorp, Svansjövallen

Sopplunch klockan 12

Måndag 21 april

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 22 april

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Älekulla, Församlingshemmet

Våffelkafé klockan 11

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Modevisning klockan 15

Onsdag 23 april

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Öxabäck, Dagcentralen

Musikkafé klockan 10.30

Skene, Järnvägsgatan

Bildvisning klockan 15

Måndag 28 april

Björketorp, Församlingshemmet

Gymnastik klockan 10

Bingo klockan 14

Kinna, Malmsäter

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 29 april

Öxabäck, Dagcentralen

Gymnastik klockan 10

Onsdag 30 april

Torestorp, Bygdegården

Gymnastik klockan 9.30

Torestorp, Kullabyn

Vårsånger klockan 14.30

Måndag 5 maj*Kinna, Malmsäter*

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 6 maj*Öxabäck, Dagcentralen*

Gymnastik klockan 10

Hajom, Församlingshemmet

Stickkafé klockan 14

Skene, Järnvägsgatan

Gemenskap för finsktalande kl 15

Onsdag 7 maj*Torestorp, Bygdegården*

Gymnastik klockan 9.30

Kinna, Malmsäter

Discgolf klockan 14.30

Sätilla, Strömma

Seniorrundvandring klockan 17

Fredag 9 maj*Öxabäck, Dagcentralen*Klädförsäljning från Seniorshop
klockan 10-12*Kinna, Malmsäter*Klädförsäljning från Seniorshop
klockan 13.30-15**Måndag 12 maj***Kinna, Malmsäter*

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 13 maj*Öxabäck, Dagcentralen*

Gymnastik klockan 10

Onsdag 14 maj*Torestorp, Svansjövallen*

Gymnastik klockan 9.30

Öxabäck, Bygdegården

Sopplunch klockan 12.30

Torsdag 15 maj*Torestorp, Svansjövallen*

Sopplunch klockan 12

Sätilla, Strömma

Seniorrundvandring klockan 17

Måndag 19 maj*Kinna, Malmsäter*

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 20 maj*Öxabäck, Dagcentralen*

Gymnastik klockan 10

Torestorp, Kullaby

Bingo klockan 10.30

*Kinna, Mariebergsparken*Senioraktivitet i Mariebergsparken
klockan 14**Onsdag 21 maj***Torestorp, Svansjövallen*

Gymnastik klockan 9.30

Skene, Järnvägsgatan

Besök på Anjougården klockan 15

Måndag 26 maj*Kinna, Malmsäter*

Gymnastik klockan 14.30

Tisdag 27 maj*Öxabäck, Dagcentralen*

Gymnastik klockan 10

Tisdag 3 juni*Öxabäck, Dagcentralen*

Gymnastik klockan 10

Trevlig sommar!



Kontakt

Frivilligverksamheten, 0320 21 78 28
E-post: frivilligverksamheten@mark.se

Socialförvaltningen, Marks kommun
Frivilligverksamheten, Kinnaborgsvägen 5, 511 57 Kinna