

Aktiviteter som ingår när man blir medlem i Friskvårdsklubben



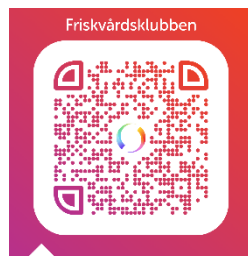
Information

Måndag	Bordtennis	Bordtennis	Innebandy		
	Kl 13:30-15:00 Bjurslotts torg 1, Lundby Kostnadsfritt Info: Johan B, 0722-997088 Start: 9 jan v.2 Slut: 29 maj v.22	Kl 14:00-15:30 Lergöskgatan 2 B, Västra Frölunda Kostnadsfritt Info: Mostafa B, 0790-504385 Start: 9 jan v.2 Slut: 29 maj v.22	Kl 14:30-16:00, ombytta 14:20 Geråshallen, Bergsjön Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Stefan A, 0790-276052 Start: 9 jan v.2 Slut: 29 maj v.22		
Tisdag	Medialabb	Simning	Innebandy	Löpsträning	
	Kl 10:00-12:00 Gunnareds Gärd, Angered Kostnadsfritt Info: Henrik V, 0790-276631 Start: 10 jan v.2 Slut: 30 maj v.22	Kl 13:30-15:00 Valhallabadet, Centrum Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Karin K, 0720-440247 Start: 10 jan v.2 Slut: 30 maj v.22	Kl 14:00-15:15, ombytta 13:50 Gothiahallen, Hisingen Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Stefan A, 0790-276052 Start: 10 jan v.2 Slut: 30 maj v.22	Kl 10:00-12:00 Gunnareds Gärd, Angered Kostnadsfritt Info: Magnus B, 0736-655018 Start: 10 jan v.2 Slut: 30 maj v.22	
Onsdag	Biljard OBS! Endast jämna veckor.	Bowling OBS! Endast ojämna veckor.	Gymträning	Bordtennis	Powerwalk
	Kl 14:00 - 15:00 Kville Biljard, Kvilletorget 2 Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Stefan A, 0790-276052 Start: 11 jan v.2 Slut: 31 maj v.22	Kl 14:00 - 15:00 Strike House, Wieselgrensplatsen 10 Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Per H, 0790-276051 Start: 11 jan v.3 Slut: 24 maj v.21	Kl 13:00 - 14:30 Skelhuset, Kortedala Kostnadsfritt Info: Mikael F, 0722-986267 Start: 11 jan v.2 Slut: 31 maj v.22	Kl 13:00-14:30 Norra Allégatan 2, Centrum Kostnadsfritt Info: Mostafa B, 0790-504385 Start: 11 jan v.2 Slut: 31 maj v.22	Kl 13:30-15:00 Slottsskogen, hpl. Linnéplatsen Kostnadsfritt Info: Edwin F, 0762-697307 Start: 11 jan v.2 Slut: 31 maj v.22
Torsdag	Simning	Innebandy	Medialabb	Löpsträning	
	Kl 10:30 - 12:00 Valhallabadet, Centrum Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Mikael F, 0722-986267 Start: 12 jan v.2 Slut: 1 jun v.22	Kl 13:30-15:00, ombytta 13:20 Frölunda Kulturhus, Lilla hallen Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Mostafa B, 0790-504385 Start: 12 jan v.2 Slut: 1 jun v.22	Kl 13:30-15:00 Norra Allégatan 2, Centrum Kostnadsfritt Info: Henrik V, 0790-276631 Start: 12 jan v.2 Slut: 1 jun v.22	Kl 10:00-12:00 Gunnareds Gärd, Angered Kostnadsfritt Info: Magnus B, 0736-655018 Start: 12 jan v.2 Slut: 1 jun v.22	
Fredag	Innefotboll	Badminton	Innebandy	Betalning av medlemsavgift	
	Kl 13:30-15:00, ombytta 13:20 Frölunda Kulturhus, Lilla hallen Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Mostafa B, 0790-504385 Start: 13 jan v.2 Slut: 2 jun v.22	Kl 13:30 - 14:30 Rosendalshallen, Härlanda Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Stefan A, 0790-276052 Start: 13 jan v.2 Slut: 2 jun v.22	Kl 14:30 - 16:00, ombytta 14:20 Rosendalshallen, Härlanda Medlemsavgift (helår) 100kr Info: Stefan A, 0790-276052 Start: 13 jan v.2 Slut: 2 jun v.22	Betalning av medlemsavgift Plusgiro: 471241-0 Skriv: Namn Fullständigt Personnr (tio siffror) Får 100 kr får du vara med på alla våra aktiviteter ett helt kalenderår.	



Ni kan betala in medlemsavgiften till Friskvårdsklubben kontant eller till vårt **Swish-konto**:

1233564002 (Skanna QR-kod i Swish >)



Swish. Betala enkelt.

Ni kan också betala via internetbank (fast det tar längre tid innan ni kan få ert medlemskort). Det gör ni till postgirokontonummer 471241-0.

OBS! MYCKET VIKTIGT NÄR NI BETALAR VIA SWISH OCH INTERNETBANK: Ni måste skriva **FULLSTÄNDIGT PERSONNUMMER** (alla tio siffrorna) samt **NAMN** för personen medlemskapet ska gälla för i meddelandefältet när ni gör inbetalningen. Annars kan vi inte se vem betalningen gäller.



- Vad är Friskvårdsklubben?
- Vem vänder vi oss till?
- Hur blir du deltagare?
- Vad ingår när man betalat årsavgiften?

www.friskvardsklubben.se

info@friskvardsklubben.se

Besöksadress:
Friskvårdsklubben Göteborg
Aktivitetshus Angered
Lilla Fjäderharvsgatan 11
42466 Angered

Organisationsnummer:
802440-7077
Plusgiro:
471241-0

Postadress:
Friskvårdsklubben
Göteborg
Lilla Fjäderharvsgatan 11
42466 Angered

Vilka är vi?

Friskvårdsklubben är en ideell förening med syfte att aktivera personer som har, eller har haft psykisk ohälsa eller psykiska funktionsvariationer.

Personalen har egen erfarenhet av både psykisk ohälsa och har i många fall blivit aktivitetsledare efter att ha varit återkommande deltagare på en eller flera aktiviteter.

Vi anordnar och leder olika sporter såsom badminton, biljard, bordtennis, bowling, powerwalk, gymträning, innebandy och simning samt att arbeta med media på vårt medialabb.

Även andra aktiviteter kan bli aktuella utifrån vad som bedöms att det finns intresse för (se rutan här bredvid).

Aktiviteter som vi har finns samlade på vår hemsida och i papperskopia med vår- eller höstscheman. Vi har även ett separat sommarprogram med helt kostnadsfria uteaktiviteter utan krav på medlemskap!

Vem vänder vi oss till?

Vi vänder oss alltså till personer som har eller haft någon form av psykisk funktionsvariation, eller psykisk ohälsa boende i Göteborgs Kommun.

Kommunala verksamheter inom området boendestöden, boenden, psykiatrimottagningar och Aktivitetshus för brukare är några viktiga samarbetspartners och som ofta är med som stöd till deltagare i vår verksamhet.

Jobbar du på en enhet eller en organisation med vår målgrupp eller känner någon som är intresserad av att veta mer om oss för ett möjligt samarbete? Vänligen kontakta oss på adresserna i det här bladet.



Hur blir jag deltagare?

Du kan prova på helt kostnadsfritt vid ett tillfälle innan du bestämmer dig för att bli deltagare. Vill du sedan fortsätta så betalar du en medlemsavgift på endast 100 kr.

Medlemsavgiften gäller per kalenderår för alla aktiviteter på våra scheman. Därefter får du ett formulär med kontaktuppgifter att fylla i och när du gjort det så får du ett medlemskort.

Medlemskort får du enklast på plats av någon av våra aktivitetsledare på aktiviteterna, eller genom att först kontakta oss och sedan komma till vårt kontor på en tid då det finns någon där.

Vissa aktiviteter är även helt avgiftsfria och kräver då inte medlemskap. Se vidare på vår hemsida eller vår- och höstscheman!

Vad ingår när man betalat årsavgiften?

- Schemalagda aktiviteter.
- Medlemskap
- Rösträtt på årsmöte i Friskvårdsklubben.
- Vår årliga medlemsmiddag
- Andra medlemsförmåner, som till exempel rabatter i butiker med mera.



Aktivitetsförslag?

Det är öppet för alla att komma med förslag och idéer på aktiviteter. Det kan vara något som du kanske saknar och är intresserad av

Om tillräckligt många har ett gemensamt intresse, finns det en möjlighet att vi kan komma att starta upp just den aktiviteten en kommande termin.

Hör av dig med förslag!

Epost: info@friskvardsklubben.se

Mobil: **Daniel K 0790-276634**