GYMNASTIK & EASY MOVEMENT
TISDAGAR KL 10.30–11.30



Rörelser som skapar avslappning, ökar kroppsmedvetenheten,
ger bättre kroppshållning och balans. Även lite kondition och styrka.
Ha på dig bekväma kläder och gymnastikskor rekommenderas under träningen.
Ledare: Amela Sako och Anna Djurbäck.

I samarbete med Träffpunkt Guldheden

HERRKLUBBEN
FREDAGAR KL 11–12.30

Föredrag, samtal och fika
Först en stunds fika och sedan en allmän diskussion i något aktuellt,
historiskt eller litterärt ämne. Ibland utifrån ett föredrag.
Verksamheten är religiöst obunden men vi ses i kyrkans lokaler.

– Det blir en stunds avkoppling och gemenskap
innan var och en åter går till sitt.

Har du frågor så kontakta gärna Lennart Björklund 031-18 82 64 eller
Bernt Skyttemark 0702-43 50 40

Anna Djurbäck, diakon
031-731 86 18
anna.djurback@svenskakyrkan.se

GULDHEDSKYRKAN
GULDHEDENS KYRKBACKE 2
413 21 GÖTEBORG

sensus

Göteborgs Stad

Svenska kyrkan
ANNEDALS FÖRSAMLING

FÖR DIG SOM ÄR SENIOR
VÅREN 2020
Guldhedskyrkan

GEMENSKAPSTRÄFFEN

GYMNASTIK & EASY MOVEMENT

HERRKLUBBEN

GEMENSKAPSTRÄFFEN
VÅREN 2020

ONSDAGAR KL. 12-14

Varje onsdag har vi gemenskapsträff Guldhedskyrkan. Vi ses i kyrkan kl 12 där vi börjar med en andakt. Sedan fikar vi eller äter soppa tillsammans och tre av fyra onsdagar varje månad är det ett program kl 13. Kostnad: 30kr

29 januari
SOPPLUNCH
Vårens första Gemenskapsträff. Idag får vi avnjuta en välsmakande soppa med kaka till kaffet.

5 februari
DRÖMMIDDAGEN MED BJÖRN BÄCKERSTEN
Under hösten började Björn arbeta i vår församling och nu får vi möjlighet att lära känna honom lite bättre när han bjuder oss till bords tillsammans med sina drömgäster. Med inspiration från tv-programmet Go´kväll.

12 februari
SENIORER OCH TÄNDER, VAD HÄNDER?
Att vara frisk i munnen och ha en bibehållen munhälsa, att kunna äta, tugga och tala är ett mål som de flesta strävar mot. Vad kan hända med munhälsan när man blir äldre och hur kan allmänhälsan påverkas av den munhälsa man har? Legitimerad tandhygienist från Folk tandvården kommer och föreläser och svarar på våra frågor.

19 februari
MUSIKGLÄDJE MED SENIOR MUSIC BAND
Bengt-Ove Gunnarsson, klarinett, flöjt, saxofon och sång och Jan Freiholtz, piano kommer och gläder oss med allt från evergreens och lättsam klassisk musik till jazz, musikal och schlager.

26 februari
SOPPLUNCH
Välkommen till Gemenskapsträff. Idag får vi avnjuta en välsmakande soppa med semla till kaffet.



4 mars
FILMTAJM
Den siste gentlemannen (2018)
Upplev en av de sista riktiga filmstjärnorna i en roll som känns helt skräddarsydd men faktiskt är verklighetsbaserad. Robert Redford spelar den artige eleganten Forrest Tucker, som under sitt långa liv rånat ett otal banker, åkt in i finkan många gånger och lyckats rymma lika många. Denne vältalige charmör trivs med sin livsstil men när han träffar den vackra änkan Jewel väcks såväl känslor som funderingar på ett annat sorts liv.
(Filmen är 93 minuter lång)

11 mars
GISSA SVARET...
Frågetävligar av olika sort med Siv Dideriksen och diakon Anna.

18 mars
ATT VANDRA MOT SANTIAGO DE COMPOSTELA
Vi får följa med på vandring längs pilgrimsleden från södra Frankrike och in i Spanien. Kristina Djurbäck visar bilder och berättar tillsammans med diakon Anna.

Extra! Söndag 22 mars
GUDSTJÄNST KL 11
.. i Guldhedskyrkan och efter gudstjänsten är det kyrkkaffe som alltid samt försäljning av hembakat mm. Till förmån för årets fasteinsamling till Svenska kyrkans internationella arbete.

25 mars
SOPPLUNCH
Välkommen till Gemenskapsträff. Idag får vi avnjuta en välsmakande soppa med våffla till kaffet.

1 april
FRÅN KUST TILL KUST
En musikalisk pilgrimsresa mellan Sverige och Irland med Manilla Bergström och Anderas Nordanstig.

8 april
MIN RESA TILL DET HELIGA LANDET, DEL 2
Vår volontär Marianne Dahlberg har varit på en ny resa till Israel och besökt nya resmål i det Heliga landet. Hon berättar och visar bilder.

15 april
DET SVÄNGER MED SVÄNGGÄNGET
Ukulelegruppen Svänggänget spelar och sjunger för oss. Det blir en blandad repertoar med sångvänliga melodier där även vi får möjlighet att sjunga med.

22 april
JAG ÄR BIKUPAN
Björn Bäckersten, präst, föreläser om Jesu mor, Maria.

29 april
SOPPLUNCH OCH ALLSÅNG
Idag får vi avnjuta en välsmakande soppa med kaka till kaffet och ett musikprogram i vårens tecken med allsång och vår musiker Kent Andersson.

6 maj
FÖRSAMLINGSRESA
Håll utkik! Mer information kommer under våren.

I samarbete med Sensus studieförbund.