

Kontaktpersoner på Time Frivilligsenter:



Frivilligkoordinator:
Anita Morales Stokdal



Aktivitør
Karin Lima Friestad



Språkkontakt
Nataliia Poliakova

Bli frivillig du og!

Kvifor vera frivillig? Å vera frivillig er ein flott måte å bidra til samfunnet, læra nye ting og få nye vener. Det er veldig mykje forskjellig ein kan gjera som frivillig!

Me har mellom anna bruk for:

- Besøksven
- Turven
- Fyljeteneste
- På Språkkafe
- Aktivitetsven
- Hente - bringe teneste
- Hjelp til hagearbeid
- Språksprell

og mykje meir!!!



Time Frivilligsenter Kafe og aktivitet

PROGRAM VÅREN 2025



Ta bølgen med oss!

Lærsglede
for Eldre

Kafeen:

Open kafe frå 08.00 – 13.30

Måndag onsdag og fredag er det middagsservering 11 -13

Tysdag og torsdag er det middagsservering 11 -13.00

Frukost og middaservering alle kvardagar.

Middag kan og tas med heim.

Frivilligsenteret: Mobil: 904 77 858

Ope kvardagar frå 08.00 – 15.00, og etter avtale

Adressen vår: Røyrvika 10, Bryne



Måndag

KL 10 -12 Treffpunktet.

Treffpunktet er eit lav terskel tilbod retta mot personar med nedsett hukommelse. På Treffpunktet kan du bli med på kjekke aktivitetar saman med andre.

Kontakt person: Demenskoordinator tlf: 904 07 110

Frå kl. 08.45 Møteplassen, alle kvardagar.

Frukosttilbud for dei som ønsker det. Kr 40,-

Me byr på frukost saman i sosialt samvær, spel av ulike slag for dei som likar det. Kom aleine eller med ein ven. Me ynskjer alle velkomne. Kontaktperson: Anita M Stokdal tlf 904 77 858

Kl 12.00 Bridgeklubb. Koster kr 25,- pr gang

For alle som likar å spela bridge. Bridge er spennande, utfordrande og sosialt. Bridge er lett å læra, men ein blir aldri utlært. Om det er nokre som ønskjer å læra, eller vera med og spela, ta kontakt med Frivilligsentralen. Me kan formidla kontakt.

Kontaktperson: Jostein Høyland tlf 905 40 998

mail: hoiland.jostein@gmail.com

18.00 Homlå ein fritidsklubb for personar med

utviklingshemming måndagar i partalsveker kl. 18.00 - 20.30.

Medlemskap kostar 400 kr i året og gir gratis inngang. Er du ikkje medlem betalar ein 50 kr i inngang per gong. Open fritidsklubb for vaksne over 16 år. Kafe og kiosk med servering av varm mat.

Aktivitetkveldar, temafestar, konsertar og andre kulturinnslag.

Ingen påmelding, her er det berre å møta opp.



Kverneland seniordans kvar fredag kl 10.00 – 12.00

Oppmøte Bryne Mølle – sekkelageret.

Kontingent kr 400,- Og kr 30 pr gang (kaffemat)

Dans skaper glede! Seniordans er både god trening og ein fin sosial møteplass. Det er bare å møte opp :)

Kontaktperson:

Einar Heien tlf: 98668861 og Rolf Engedal tlf: 92430250

Ambulansens Venner, Dansekvelder på Kverneland våren 2024:

Fredager: 10.01 – 24.01 – 07.02 – 21.02 – 07.03 – 21.03 – 04.04 – 25.04 – 17.05 – 30.05 - 13.06 – 27.06

Kontaktperson: Øyvind Egge, telefon 906 76 085

Alle arrangement/tilbud er opne for alle.

Sporadisk program vert omtalt på soliale medier, oppslagstavla og i Jærbladet. Det blir og nokre sporadiske arrangement i samarbeid med den kulturelle spaserstokken.

Informasjon:

Frivilligsenteret tek i mot enkel reparasjon av klær, kontakt personalet.

Jæren Hørsel lag likemann/hørsel hjelper på Frivilligsenter kafe og

aktivitet: 1.og 3.tysdag kl.10-12

v/Mildrid Espeland 995 61 776

Frivilligsenteret sel batteri til høyreapparat.

Fot-terapeut på Sivdamheimen:

Gerd Ree Strand tlf 901 93 511

Time pensjonistlag:

Leiar: Miguel Stangeland tlf. 475 11 971



Fredag:

Kl 09.00 Turgruppe.

Turgruppa startar frå Brua i ved inngangen til Santangen, Bryne, litt før kl 9 og tek ein runde i Sandtangen før ein avsluttar med ein kaffi i kafeen. Kontaktperson: Anita Morales Stokdal 904 77 858

Fredags arrangement på Time Frivilligsenter.

Nokre av arrangementa kostar noko. Sjå eige oppslag

- 10.01 Song og spel med Totto
- 17.01 Bingo
- 24.01 Njål Stava. Viser og allsang
- 31.01 Song og musikk med Tor Inge Kalberg
- 07.02 Tom Hetland «Timebuen som reiste til Amerika»
- 14.02 Blues med Erick Slim Zah
- 21.02 Historier frå Kristian Staveland
- 28.02 Song og spel med Martin Vaaland
- 07.03 Livsglede veka med Sanglerkene
- 14.03 Filmen «Korneret»
- 21.03 Trekkspel med Jærbelgen
- 28.03 Bingo
- 04.04 Påskesalg
- 02.04 **Onsdag:** «Lat øyra få høyra» med Jens Brekke og Jon Faukstad
- 11.04 Seniorshop
- 25.04 Søstrene Øvregaard synger for oss
- 02.05 Sanglerkene
- 09.05 Synnøve Grotteland. Dikt og visesong
- 16.05 Ordførerens time, Andreas Voldsund
- 23.05 Karina Delin Morales frå Arkeologisk museum
- 02.06 Måndag: Eldre seminar på Storstova
- 06.06 meir info kjem
- 13.06 Sommersalg
- 20.06 Afternoon tea – Kjole og kvitt med Martin Vaaland
- 27.06 Sommerfest

For alle våre arrangement sjå eige oppslag i Jærbladet, Facebook eller hjå oss. For å vera med på ein av aktivitetane ta kontakt med Anita eller Karin på Time Frivilligsenter kafé og aktivitet.

Tilbud og arrangement for flykninger og ande:

Noe foregår her på Time Frivilligsenter kafe og aktivitet, noe er på andre plasser i kommunen. Se egen brosjyre for mer informasjon.

- **Språksprell** (språktrening sammen med norske frivillige på torsdagene 12.30 – 14.10 på Bryne kompetansesenteret.
- **Språkkafé** på onsdagskvelder kl. 18 -20 for hele familien.
- **Leksehjelp** på biblioteket sammen med Røde kors.
- **Norsk kurs for eldre mennesker.** Time frivilligsenter på tirsdager kl 13 -15.
- **Ukrainske faddere.** Vi rekrutterer flykninger som har vært i Norge en stund, og har lært seg litt norsk til å bli faddere for nye flykninger. (Bankhjelp, laste ned apper, bli kjent med nærmiljøet, hjelp til å få norske kontakter, skrive cv, og mye annet.
- **Norsk kurs** for de som ikke kommer inn under introduksjonskursene. Samarbeid med AOF
- **Frivillige frisører.** Dette er en kominasjon av språktrening og hjelp til trengende og eldre. Nye i landet og ikke har så mye ressurser.
- **Følgetjeneste** til undersøkelser
- **Turer i nærmiljø.** Samarbeid med Jæren Turlag og Klepp Frivilligsentral om turer
- **Samtalegrupper** for eldre Ukrainere.
- **Yoga** trening på huset. Dette er for alle, med Ukrainsk instruktør
- **Volleyball trening,** på en skole
- **Malekurs.** Dette er for alle
- **Klær og sko.** Samarbeid med Blå Kors ang. poppoppbutikken
- Samle inn forskjellige utsty. Eks sykler
- Gruppe som er med og monterer møbler
- **Jule-tilstelning** samarbeid med Blå Kors og misjonskirken
- Tolketjeneste
- **Torsdagsdrøs på Time Bibliotek** på torsdager saman med VG1 elever.
- **Spåkkafe:** mandager på Lye på forsamlingshuset kl 18.00 – Tirsdager i Bryne Kirke kl 17.30 – onsdager Time Frivilligsenter kl 18.00
- **Selskapsdans** – Time Frivilligsentral

For meir info sjå eiga brosjyre som ligg i avdelinga vår

Tysdag

Kl.09.00 Turgruppe.

Turgruppa startar frå Sandtangen før ein avsluttar med ein kaffi i kafeen. Ein gåtur i frisk luft kan vere ein fin snarveg til å få litt fleire skritt inn i kvardagen, men det gjev langt meir enn berre litt ekstra mosjon. Oppmøte ved brua, inngangen til Sandtangen, Bryne kl 08.50

Kontaktperson: Anita Morales Stokdal tlf 904 77 858

Frå kl. 09.00 Møteplassen, alle kvardagar. (info sjå måndag)

Kl 10.15 Tysdagstrim. Pris pr halvår: 450,-

Trim for eldre. Alle kan melda seg på, god trening og ein fin sosial møteplass. Det er bare å møte opp :)

Kontaktperson: Karin Lima Friestad tlf 51776168

Kl 10.30 Strandtur.

Oppmøte på friluftshuset på Orre. Samarbeid med Klepp Frivilligsentral. Kontaktperson: Marit Nedrebø Tlf 416 92 606

Kl 14.30 Symjing/vassgymnastikk. Pris pr halvår: 700,-

I det varme bassenget på Sivdammen er det vassgymnastikkgrupper med instruktør Det er ein skånsam treningsform som styrker kroppen.

Kontaktperson: Karin Lima Friestad tlf 904 77 858

Kl 14.30 Frivilligkafe.

Frivillige kan koma for og slå av ein drøs, og få eit oppdrag, råd og veiledning. Å jobba som frivillig betyr at du hjelper til med å gjera andres kvardag betre.

Datoar: sjå eige oppslag

Kontaktperson: Anita M. Stokdal tlf: 904 77 858



Side 4

Gratis tur til Melsbu.

Me har eit samarbeid med Jæren Friluftsråd. Dette er eit samarbeid som vi har kalla for «Friluftsvenn» Det er viktig å komme seg ut og bruke naturen, også om en bruker rullator osv.

Me fikser buss med plass til maks 16 personar. Låner ein mindre om det blir få påmeldte

Oppmøte kl 09.30 på Time Frivilligsenter. Tilbake ca kl 13.00

Ta kontakt på tlf 904 77 858 for påmelding til tur. Fyrste mann til mølla gjeld.

Dato:	Dato:
21. januar	29. juli
11.februar	26. august
18. mars	16. september
29. april	21. oktober
27. mai	18. november
17. juni	16. desember



For meir info sjå eige oppslag hjå oss, eller i Jærbladet.

Det er også lov til å koma med ønsker

Bryne Frimerkeklubb:

Bur du på Jæren og samlar på frimerke? Då er Bryne frimerkeklubb noko for deg. Me prøver å a eit variert program med temamøter, auksjoner, foredrag og reine byttemøte.

Stad: Sivdamsenteret, Røyrvika 10

Møte dagar: 09.01 – 23.01 – 06.02 – 20.02 – 06.03 20.03 – 03.04 – 8.05 – 22.05

Kontakt person: Svein Inge Torgersen.

svein.inge.torgersen@gmail.com

Torsdag

Frå kl. 09.00 Møteplassen, alle kvardagar. (info sjå måndag

Andakt på huset

Datoar: 13.02 – 13.03 – 10.04 – 8.05 – 12.06

For meir info sjå i Jærbladet og oppslag på huset.

Kl 13.00 Symjing/vassgymnastikk. Pris pr halvår: 700,-

I det varme bassenget på Sivdammen er det vassgymnastikkgrupper med instruktør Det er ein skånsom treningsform som styrker kroppen.

Kontaktperson: Karin Lima Friestad tlf: 904 77 858

Kl 13.30 Språksprell (På Bryne kompetansesenter)

Deltakearar frå ulike land møtes og snakkar norsk saman. I møte mellom mennesker er språket sentralt. For innbyggjare med annan kulturbakgrunn er det viktig å få snakka norsk også utenfor obligatorisk opplæring.

Kontaktpeson:

Nataliia Poliakova og Anita M. Stokdal tlf: 904 77 858

Kl 14.15 Torsdagstrim. Pris pr halvår: 450,-

Trim for eldre. Alle kan melda seg på, god trening og ein fin sosial møteplass. Det er bare å møte opp :)

Kontaktperson: Karin Lima Friestad tlf: 904 77 858

Kl 18.00 Tordagsdans. Pris pr gong: 150,-

Datoar for dans: 30.01 – 27.02 – 27.03 – 24.04(Hå Trekkspelklubb)

Alle som liker å bevaga seg, eller berre vil nyta musikken er velkomne. Levande dansemusikk.

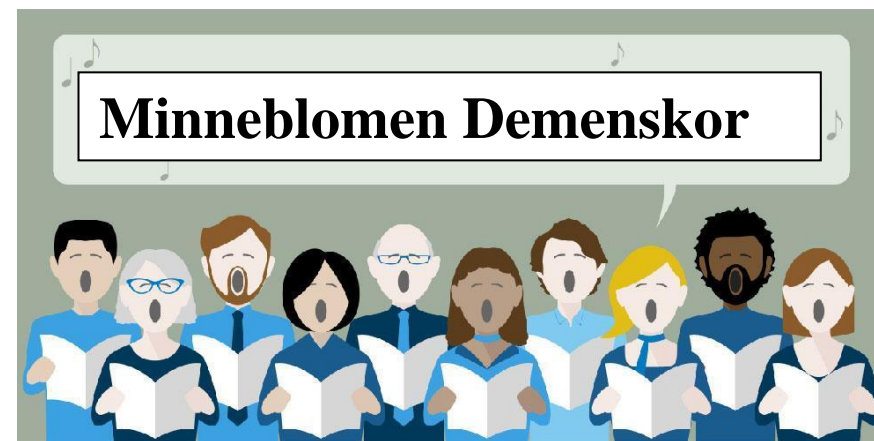
Enkel servering, trekning av gevinst på inngang.

Kontaktperson: Karin Lima Friestad tlf: 904 77 858

«Minneblomen Demenskor»

Me har øvingar på Tysdagar kl.17.00 – på Time Frivilligsenter kafe og aktivitet. Samarbeid mellom Frivilligsentralen, Time kulturskule og Helse og Velferd/Demenskoordinator
Oppstart frå 09.01.2024

Vil væra med i koret ta kontakt med demenskoordinator i kommunen eller: Frivilligkoordinator Anita Morales Stokdal tlf: 904 77 858



Jæren Demensforening

Leder: Synnøve Salte tlf 416 62 225

Likeperson på Jæren:

Astrid Holen tlf 416 05 531

Ta kontakt for meir informasjon på den Landsdekkende demens telefonen mellom 9-15 på kvardagar, telefon 231 20 040

Onsdag

Frå kl. 09.00 Møteplassen, alle kvardagar. (info sjå måndag)

Kl 10 - 14 Forming og handarbeid.

Me samlast rundt bordet med handarbeid i alle variantar, og godt drøs. Ope for alle. Til påske, jul og sommar har Frivilligssenteret sals messe der produkta blir selt.

Kontaktperson Time Frivilligsenter kafe og aktivitet: 904 77 858

Kl 11 – 13 «Mannen» samtalegruppe. (partalsveker)

Mannfolk treffast for «mannadrøs» Ope for alle mannfolk.

Kontaktperson: Bjarne Olsen tlf: 465 41 467

Gladdans (seniordans): kvar onsdag kl 13.30 – 14.30

Oppmøte Bryne Mølle – sekkelageret.

Kontingent kr 300,- Og kr 30 pr gang (kaffemat)

Dans skaper glede! Seniordans er både god trening og ein fin sosial møteplass. Det er bare å møte opp :)

Kontaktperson: Astrid Holen tlf 416 05 531



Onsdag

Trio Triol kl. 10.15: Dato: 08.01 – 05.02 – 12.03 – 07.05 – 04.06

Ut i Bryne, samarbeid med næringsforeningen.

Tema:

Presentasjon av nytt program

8/1 Møllehagen

5/2 Hotell Jæren

5/3 Brix

2/4 Iltempo

7/5 Bryne Kro & Hotell

4/6 Møllehagen

2/7 Hotell Jæren

6/8 Brix

3/9 Iltempo

1/10 Drivhuset

5/11 Møllehagen

3/12 Bryne Kro & Hotell

Info kommer

Info kommer

Berentsen presenterer årets jule akevitt.

Info kommer

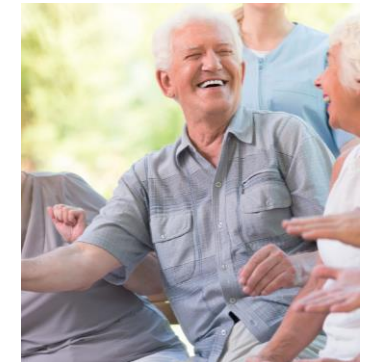
På grunn av parkering og annet arrangement oppfordrer vi ikke til å møte mer enn 15 minutter før vi starter.

Tidspunkt: første onsdag i måneden fra 15.00-17.00

NB ny pris kr.295,- pr.stk. alle må ha hele pakken, middag inkl. dessert og kaffi

Konaktperson: Anita Morales Stokdal

Påmelding til 904 77 858



Kl. 18.00 Språkkafe hver onsdag

Møteplass for alle nasjonaliteter. En plass for å treffe andre.

Å møte hverandre som likeverdige mennesker skaper nærhet. Som igjen skaper tilhørighet, et av våre grunnleggende behov.

En arena der vi snakker norsk sammen.

Kontaktperson:

Nataliia Poliakova og Anita Morales Stokdal tlf: 904 77 858