

# MÄSTERIET

## Aktivitetskatalog

Version nr 2, 2024-04-08



Infanterigatan 10, Växjö

# INNEHÅLL

Nyheter

Aktiviteter i Mästeriet

Kurser och utbildningar

Aktiviteter utomhus

Aktiviteter online

Övriga aktiviteter

Allmän information

# Nyheter

Utbudet av onlineaktiviteter kommer att öka. Möjliggör deltagande oavsett var i Sverige man än befinner sig. Ett nytt ämne är exempelvis träffar med tekniksack.

Kurser/ utbildningar introduceras i den här katalogen. Dessa anmäler man sig till och de arrangeras då det finns tillräckligt många anmälda.

Det arbetas i en riktning av nya aktiviteter kring rörelse, dans, teater, musik, friskvård.

Det arbetas med att erbjuda en kurs i livskunskap för unga vuxna och vuxna. Ämnen som privatekonomi, myndigheter, första arbetet osv.

Det arbetas i en riktning av aktiviteter för vuxna där man kan träffas, ha det trevligt, lära känna nya personer. Kanske ihop med att man går ut på restaurang någon gång i månaden.

Begynnande och bra samarbeten med anpassad skola, barn- och ungdomshabiliteringen samt vuxenhabiliteringen. Även flera andra pågående samarbeten med andra aktörer.

Begynnande möjligt samarbete med gymnasieskola och deras fritidsprogram vilket kan möjliggöra elevledda aktiviteter.

Rekrytering och utbildning av nya aktivitetsledare sker nu löpande.

# Aktiviteter i Mästeriet

Är du ny och du tänker komma för första gången? Ta kontakt med ledaren, meddela att du kommer och dubbelkolla så att aktiviteten genomförs enligt planering.

## Yoga för alla

Ung, ung vuxen, vuxen

<https://www.sip.se/free-yoga>

Måndagar 16:45-18:00



## Bordtennis

Barn, ung, ung vuxen, vuxen

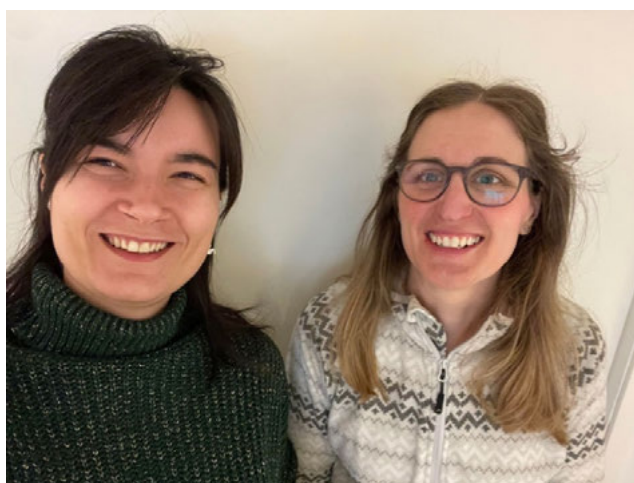
<https://www.sip.se/pingis>

Tisdagar 17:30-19:00



## Hänga och Chilla

Unga och unga vuxna, 15-21 år. Särskilt anpassad aktivitet för personer inom NPF som önskar mindre grupp. Mer information kontakta [anna.lorfalk@funkibator.se](mailto:anna.lorfalk@funkibator.se). Följande datum gäller: 18 april, 16 maj, 30 maj, 13 juni kl 15:00-17:00. Vid stort intresse kan flera grupper bli aktuellt.



Ledare Meggy Masamune och Anna Lorfalk.

## Smyckesworkshop

Barn, ung, ung vuxen, vuxen, familj

Information: <https://www.sip.se/smyckesworkshop>

Varannan söndag 12:00-14:00



Ledare Marlene, pysslig i kvadrat.

## Öppen målar- och lerverkstad

Barn, ung, ung vuxen, vuxen, familj

Information: <https://www.sip.se/oppen-malarverkstad-lordagar>

Varje lördag 10:00-12:00



Vi arbetar med akrylfärg och lufttorkande lera



Ledare Olga.

## Film med biokänsla

Vuxen, över 15 år

Information: <https://www.sip.se/biotorsdag>

Varje torsdag 17:30-20:00



Vi bjuder på dricka och popcorn



Ledare Stefan Johansson.

## PopQuiz

Ungdom, ung vuxen, vuxen

Information: <https://www.sip.se/popquiz>

Varannan onsdag 11:00-12:00



## Valfri aktivitet

Vill och kan du själv starta upp en aktivitet?

Kan du vara ledare för denna? Hör av dig så kan vi kanske göra verklighet av det.



# Välkommen till ännu fler aktiviteter i Mästeriet som arrangeras av externa föreningar, nätverk, grupperingar, privata initiativ!

Vi har tillfrågat våra externa gästföreningar/grupper om de är öppna för deltagare. De som svarat positivt presenterar vi här. Ännu mer information kan finnas på föreningars egna webbsidor. Ta gärna för vana att kontakta respektive ledare/ansvarig person om du vill komma eller om du har frågor.

## Växjö Spelförening (VÄS)

<https://www.sip.se/figurspelslordag>



## Wexio Spelkonvent (WSK)

<https://www.sip.se/spelkvallar>



## Theatre Workshop

<https://www.sip.se/theatreworkshop>



## Rullstolsdans, Medborgarskolan

<https://www.sip.se/rullstolsdans-for-alla>





## Spel, socialt & snack

<https://www.sip.se/traff-for-lite-aldre-ungdomar>

**Fredagar**  
**17:30-20:00**



# SPEL, SOCIALT & SNACK

Vi är en grupp ungdomar som träffas och kollar film, spelar spel, går på stan eller hittar på andra aktiviteter tillsammans. Välkommen att hänga på!

**Plats: Infanterigatan 10, Växjö**



## Långsvärdsträning, Hema

<https://www.sip.se/hema>



## Transammans träffpunkt

Vid intresse av att delta i gruppträffar så kontakta [vaxjo@transammans.se](mailto:vaxjo@transammans.se).

# Kurser och utbildningar

Dessa kurser kräver anmälan och start sker när det finns en tillräckligt stor grupp. Dag och tid anpassas till bästa möjliga efter de anmäldas önskemål. Kurserna kan ibland arrangeras online. Vid intresse så anmäl dig oavsett var i Sverige du bor!

## Kreativt skrivande

Unga vuxna, vuxna

Nya utbildningar och onlinekurser

### Kreativt skrivande

– Med pennan som verktyg för allt.



SIP  
funkibator

## Existentiella frågor

Unga vuxna, vuxna

Nya utbildningar och onlinekurser

### Öppna nya dörrar

– Existentiella frågor  
– Utveckla dig själv



SIP  
funkibator

## Ledarskap och bemötande

Unga vuxna, vuxna

Nya utbildningar och onlinekurser

### Ledarskap och bemötande

– För aktivitetsledare, teamledare, föreläsare



SIP  
funkibator

## Organisera dig

Unga vuxna, vuxna

Nya utbildningar och onlinekurser

### Organisera dig

– Bli en mästare på information och kommunikation



SIP  
funkibator

# Artificiell intelligens

Unga vuxna, vuxna

Spännande ämne som ligger i tiden där AI påverkar oss alla, samhället, arbetsplatser, skolan. En träffpunkt där vi testar olika plattformar, pratar om ämnet, delar med oss av erfarenheter.

**Nya utbildningar  
och onlinekurser**

**Det nyaste NYA!**

**- Artificiell intelligens**

**SIP**  
funkibator

NYNYRKET

# Aktiviteter utomhus

## Hundpromenad

Alla hundägare

Information: <https://www.facebook.com/groups/trummenhundlekplats>

Plats: Samling Trummens hundlekplats

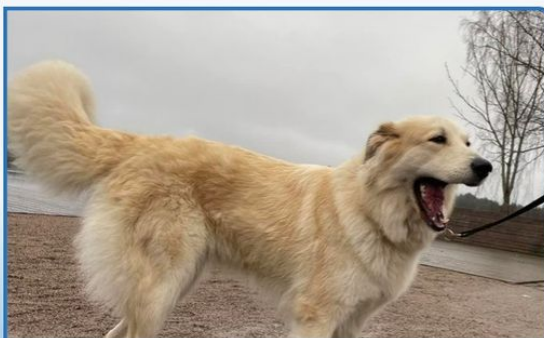
Varje söndag 11:00-12:00

### Hundpromenad

Vi träffas vid Trummens Hundlekpark  
klockan 11:00 söndagar,  
och går runt Trummen.

Kostnadsfritt och öppet för alla!  
Voff! Voff! Vi ses!

funkibator



**Söndagar**  
**11:00**

## Lughundsträff

Hundägare till småhundar eller större lugna hundar

Information: <https://www.facebook.com/groups/trummenhundlekplats>

Plats: Träff inne i Trummens hundlekplats

Varannan lördag 11:00-12:00 (jämn vecka)

### Lughundsträff

Vi träffas vid Trummens Hundlekpark.  
Vi anordnar träffar för mindre/  
småhundar och/eller hundar som  
leker mjukt med valpar.

Kostnadsfritt och öppet för alla!

funkibator



**Lördagar jämnvecka**  
**11:00**

# Aktiviteter online

Vid onlineträffar använder vi oss av programmet Zoom. Se även under rubriken kurser där det finns fler möjligheter för dig som söker aktiviteter online.

## Social club

Ung vuxen, vuxen

Information: <https://www.sip.se/socialclub/>

Torsdagar 15:00-18:00

Anmälan/länk/tekniska information: [karin.soelberg@funkibator.se](mailto:karin.soelberg@funkibator.se)

Social Club är ett samtalsforum där deltagarna träffas och lättsamt diskuterar olika intressanta ämnen, allt från film, böcker och musik till mer samhällsaktuella frågor, du får själv välja hur aktiv du är, alla är välkomna! Då vi träffas online så spelar det ingen roll vart du än bor i Sverige.



Ledare Karin Soelberg

# Övriga aktiviteter

Vi kollar just nu om det skulle finnas intresse för ett upplägg där vi arrangerar barnkalas och där det sätts ihop flera skojiga aktiviteter med allt möjligt som kalasgruppen kan göra. Aktiviteten finns inte just nu som bokningsbar men om personer visar intresse för det så kommer vi diskutera och besluta utifrån det.



Håll barnkalas i kvadrat i våra lokalar

# HAPPY BIRTHDAY!!!

10 olika aktivitetsformer står redo för fest!

**SIP**  
funkibator  
INFANTERIGATAN 10 | VÄXJÖ

# Allmän information

Aktivitetshuset Mästeriet finns på Infanterigatan 10 i Växjö.

Huset ägs och drivs av ett antal föreningar tillsammans. Inga myndigheter eller företag är inblandade, utan grunden är det ideella och sociala.

Ett tjugotal föreningar arrangerar idag aktiviteter och utbildningar i Mästeriet. Vill även du eller din förening vara i Mästeriet? Hör av dig!

Ett aktivitetsteam samordnar aktiviteterna. Det här teamet kan ta emot studiebesök, introducera dig som ledare, svara på frågor, ta emot tips, önskemål och idéer.

Anmälan till aktiviteter sker i första hand till aktuell aktivitetsledare. Om aktiviteten är allmän och det inte finns några specifika kontaktuppgifter så använder du den generella funktionsmailen, [aktivitet@sip.se](mailto:aktivitet@sip.se).

Det kan finnas mer och kompletterande information på:

<https://www.sip.se/category/aktiviteter>

Följ gärna oss på Instagram för löpande uppdateringar och nyheter:

<https://www.instagram.com/natverketsip>

Ta för vana att kommunicera med ledare eller aktivitetsteamet inför att du kommer första gången. Det här för att minimera att det blir fel eller missuppfattningar när du vill delta.

Vi söker i allmänhet fler ledare. Det här eftersom vi planerar att starta upp fler aktiviteter. Vid intresse hör av dig.

Välkommen till våra träffar!

[aktivitet@sip.se](mailto:aktivitet@sip.se)