Det behövs inte mycket.
En plats, en stund, några människor.
Resten växer av sig själv.



Pärlans självhjälpsgrupper

- AA: Anonyma alkoholister
- SIS: Anonyma alkoholister: Sisters in Sobriety
- OA: Anonyma överätare (Overeaters Anonymous)
- CA: Anonyma kokainberoende
- SLAA: Anonyma sex- och kärleksberoende
- ACA: Vuxna barn till alkoholister och från andra dysfunktionella familjer

Grupperna utgår ifrån Tolvstegsmodellen och grunden är tron på människors egen kraft, vilja och förmåga till förändring. I gruppen möts man för att dela tankar, känslor och funderingar med andra som har liknande livssituation.

Vill du få kontakt med Pärlan
ring tel.0725-211886

Telefontider 11:00-13:00
tisdag-fredag

Vi finns på Instagram och Facebook
sök på Frivilligcentralen Pärlan

Veckoprogram

Öppet hus med fika och gemenskap.
Måndag-fredag kl. 10-14

Måndagar

11:00–12:00 Trädgårdsgrupp
Vi planterar, odlar och sköter växter tillsammans.
12:15-14:30 Kreativa Caféet
Vi pysslar, skapar och handarbetar tillsammans.
12:30-14:00 Gitarrkurs
13:00-15:00 Talar du persiska
och vill lära dig bättre svenska, Välkommen!
15:00-16:30 Tyska konversation
Du bör ha vissa förkunskaper, föranmälan.

Tisdagar

10:00–14:00 Våga måla. Jo, du kan!
Inga förkunskaper krävs. Föranmälan.
11:00-15 Spela canasta. Föranmälan.Drop-in
14:30-16:45 Rita och teckna
Inga förkunskaper behövs. Föranmälan
15:00-16:30 ”Lilla London”
Engelska konversation, inga förkunskaper krävs.
19:00-21:00 Kören Chorus Polonikus.

Onsdagar

12.30-14.00 Spanska fortsättningskurs
Viss förkunskap krävs.Föranmälan. Start 23 sept.
13:00-15:00 Talar du persiska
och vill lära dig bättre svenska, Välkommen!
17:15-18:45 Schack med SKK Drop-in
Kontakta Matti Svenn, matti.svenn@telia.com
19:00-21:00 Pakumakören. Föranmälan.

Torsdagar

10:30-11:00 Promenad med eller utan hund
Vi träffas utanför Pärlan.
10:30-12:20 Teknologistöd
Behöver du hjälp med det digitala? Drop-in.
13:00–16:00 Spela Canasta Drop-in

Fredagar

10:30-12:00 Engelska konversation
Inga förkunskaper krävs. Drop-in.
12:30-14:30 Berättarcafè 2 oktober & 20 november
Start med lättare lunch.

Lördagar

10:00–15:00 Schack Drop-in.

Söndagar

15.30-17.00 English speaking womens circle
Föranmälan, se affisch för datum.
15:30-17:00 Engelsktalande kvinnogrupp:
söndag 16/8 (nymåne) söndag 27/9 (fullmåne)
söndag 8/11 (nymåne)

Förutom höstens veckoprogram erbjuds även kostnadsfria aktiviteter och arrangemang som till exempel
Kulturbesök med guidade visningar
HLR-utbildning.
Kontinuerliga musikarrangemang
Inspirerande föreläsningar och kurser
Släktforskning
Berättarcafe´
Kontinuerliga utställningar, där konstnärer erbjuds att ställa ut sina verk.
Och mycket mer!

Pärlans Gratisbutik
Pärlans gratisbutik är öppen fredagar kl.10:00-14:00 (from 2/10)
Inlämning av kläder med mera sker när butiken är öppen.

Peer Support från Hälsolots erbjuder stödjande samtal, motiverar till sociala kontakter eller aktiviteter samt informerar om resurser som vården, kommunen och brukarrörelsen erbjuder. Åsa och Ola finns tillgängliga hos oss andra veckan i varje månad på torsdagen kl. 10:00-11:00 17 september, 8 oktober, 19 november, 17 december

Personligt ombud från Bräcke Diakoni
Torsdag den 27:e augusti kl 14:00
Måndag den 28:e september kl 10:00
Onsdag den 28:e oktober kl 13:00
Fredag den 27:e november kl 14:30
Tisdag den 15:e december kl 10:30

Pärlan samverkar med
Göteborgs stad - socialförvaltning Centrum, Göteborgs stad - Äldre samt vård och omsorg, Göteborgs stad - förvaltningen för funktionsstöd. Hälsolots Göteborg, stadsdelens boendestödjare och anhörigstöd. Arbetslivsenheten Nordost, Finsam, Arbetsförmedlingen, St Pauligårdens diakoni, Bräcke diakoni/personligt ombud, Stadsmissionen. Nätverk för psykisk hälsa i stadsdelen och nätverket för existentiella samtal. Frivilligcentralen Pärlan ingår i NSOE (Nätverket Stoppa Ofrivillig Ensamhet) en nationell plattform som arbetar med samordning, kunskapsspridning, kartläggning m.m. samt Sveriges Frivilligcentraler m fl.

Pärlan är en ideell förening som är politiskt och religiöst obunden med fokus på att sätta människans välmående i centrum, att hjälpa till med att skapa informella nätverk, motverka ofrivillig ensamhet och utanförskap och bejaka demokratiska principer.

Pärlans verksamhet ska vara gratis eller som mest till självkostnadspris.

Vi vill främja socialt engagemang och gemenskap mellan människor i olika åldrar med olika bakgrunder och olika erfarenheter, en plats för individer med olika intressen och behov, föreningar, ideellt arbete och lokalt engagemang.



Har du tankar och ideér om nya aktiviteter eller programpunkter? Vill du leda en aktivitet tillsammans med oss? Bli volontär!

Frivilligcentralen Pärlan

Danska Vägen 103
0725-211886

camilla.thoren@fcparlan.se



Scanna QR-koden med kameran i din telefon för Google karta.

Eller besök oss på:
www.fcparlan.se

Heidrun Digital 20260003-001

Frivilligcentralen

Pärlan



Möjligheternas mötesplats

Här möts generationer
i gemenskap, kultur och aktivitet