

# VÄLKOMMEN TILL MÖTESPLATSEN TRAPPAN

## VÅREN 2020

IFS i Linköping driver verksamheten Trappan på uppdrag av Linköpings kommun. Trappan erbjuder personer med psykisk sjukdom/ohälsa **social gemenskap i små grupper i en trygg och utvecklande miljö**. Inga förkunskaper krävs. Vi tar emot kontinuerligt i mån av plats. **Du är välkommen höra av dig när som helst under våren**. När du deltar i verksamheten vill vi att du går regelbundet på de mötesplatser du anmält dig till och att du ringer vid förhinder. Du väljer själv vilken/vilka mötesplatser du önskar utifrån dina egna intressen

Dag	Tid	Mötesplatser	Medarbetare
Måndag	9.30 – 11.30	Frigörande målning <sup>1)</sup>	Lenam Malmberg
Måndag	10.00 – 12.00	Data <sup>2)</sup>	Stefan Sävestam
Måndag	13.00 – 15.00	Data <sup>2)</sup>	Stefan Sävestam
Måndag	16.15 - 17.15	Små o stora tankar om livet	Mimmi Bäckman
Tisdag	9.30 –11.30	Veckans nyheter	Stefan Pettersson
Tisdag	13.00 – 15.00	Musik	Lenam Malmberg
Onsdag	9.30 – 14.00	Kolonigruppen <sup>3)</sup>	Margareta Sandstedt
Onsdag	10.00 – 12.00	Arbetslivsgruppen <sup>4)</sup>	Stefan Pettersson
Onsdag	10.00 – 12.00	Forumgrupper <sup>5)</sup>	Stefan Pettersson mfl
Onsdag	13.00 – 15.00	Tanke och hälsa <sup>6)</sup>	Lenam Malmberg
Onsdag	13.00 – 13.45	Rytmik och dans <sup>7)</sup>	Shirley Pinoé Öberg
Onsdag	14.00 – 16.00	Spanska	Shirley Pinoé Öberg
Onsdag	14.30 – 15.30	Lättgympa	Ulla Sabelström
Torsdag	9.30 - 11.30	Svenska	Lars Fredlund
Torsdag	14.00 – 16.00	Matte NO	Göran Larsson
Fredag	9.30 – 11.30	Engelska	Thomas Svensk

- 1) Studiecirkel på Folkuniversitetet S:t Larsgatan 44
- 2) Datasalen Fontänen
- 3) Kolonistugan Dahlievägen 286 i Valla maj – september, onsdagar, juni-augusti ytterligare en dag
- 4) Endast udda veckor under del av terminen, start 15 januari
- 5) Endast jämna veckor under del av terminen, start 22 januari, vardagsekonomi, yoga mm  
Se bifogade broschyr
- 6) Endast udda veckor
- 7) Endast jämna veckor

**Adressen är Västra vägen 32, 582 28 Linköping. Bemannad reception 8.00-18.30**  
**Vårt telefonnummer är 013 – 14 24 19, 0723-84 81 85, tala gärna in på telefonsvararen**  
**Epost: [info@ifslinkoping.se](mailto:info@ifslinkoping.se). Hemsida: [ifslinkoping.se](http://ifslinkoping.se)**  
**Se bifogad broschyr som beskriver varje ämne**  
**Vårterminen börjar tisdagen den 7 januari 2020 och slutar 12 juni 2020**  
**Lov vecka 8 och 15**  
**Alla välkomna till Prova-på-veckor under våren**