

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, lære nye ting og få nye vener. Det er veldig mykje forskjellig ein kan gjera som frivillig!

Me har mellom anna bruk for:

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

og mykje meir!!!



Time Frivilligsenter Kafe og aktivitet

PROGRAM VÅREN 2026



Ta bølgen med oss!

Livsglede
for Eldre

Kafeen:

Open kafe frå 08.00 – 13.30

Måndag til fredag er det middagsservering 11 -13.

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



TIME KOMMUNE

side 1

Oppdatert 8.01.2026

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. 08.30 Møteplassen, alle kvardagar.

Me byr på frukost saman i sosialt samvær (kr 50.-), 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: hoylandjostein@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.

Aktivitetsskveldar, 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 hausten 2025

Datoer, sjå eige oppslag

Kontaktperson: Einar Heien 98 66 88 61

Alle arrangement/tilbod er opne for alle.

Sporadisk program vert omtalt på sosiale 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 kl 12.00

Nokre av arrangementa kostar noko. Sjå eige oppslag

09.01 Informasjon frå Friskliv og Kvardagsrehabilitering

16.01 Sanglerkene

23.01 Jærbelgen kommer med trekkspillmusikk

30.01 Totto og litt allsang

06.02 Tjenestekontoret med praktisk informasjon

13.02 Matglede med Heide Netland Berge

20.02 «Betyr det noe» (et foredrag om mening tilgivelse og vekst)
med Jan Kjetil Bjørheim

27.02 Bingo

06.03 NoName: Svein Arne Frøyland

13.03 Evy og Jan

20.03 Påskesalget starter kl 11.00

27.03 Påske Bingo

10.04 Seniorshop starter kl 11.00

17.04 «Moro med Sally» Rolf Schreiner

24.04 Sanglerkene

08.05 Jæren Demensforening: Synnøve Salte «Demensvennlig samfunn»

15.05 STENGT

22.05 Ordførerens time

29.05 Grillfest på huset starter kl 11.00

05.06 Afternoon tea med Tor Inge Kalberg

12.06 Sommersalg starter kl 11.00

19.06 Grillfest på huset starter kl 11.00

26.06 Sommer Bingo

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

Tilbud og arrangement for flyknininger og norske:

Noko foregår her på Time Frivilligsenter kafe og aktivitet, noko er på andre stader i kommunen. Sjå eigen brosjyre for mer informasjon.

Onsdag kl 18 – 19.30 Språk kafé

Språk kafeen er en møteplass for ALLE som vil snakke norsk. Vi setter også pris på at det kommer norske som vil være gode samtalepartnere. For å bli god på norsk, må du også øve sammen med norske innbyggere. Vi har språkspill for ulike nivå. Kom gjerne innom «for ein hyggelige drøs»

Kontaktperson: Nataliia Poliakova 462 48 007

Torsdag kl 12.30 – 14.10 Språksprell. Etter skoletid, øve på norsk sammen med frivillige. Språksprell er et gratis norskkurs fra nybegynner og oppover. Vi trenger alltid flere norske frivillige.

Kontaktperson: Nataliia Poliakova 462 48 007

Fredag kl 17 – 19. Tanke trening. Annenhver fredag.

Dette er et spennende tegne, tanke kontroll kurs (også kalt nevrografisk kurs) Formålet med kurset er å føle selvtillit, inspirasjon, tilfredshet med seg selv og miljøet rundt seg. Slappe av og det å få gode følelser gjennom en unik tegning. Hovedsaken er at det IKKE er nødvendig å kunne tegne! Kursleder og frivillig Elena, har erfaring fra Ukraina. Vi har alle nødvendige materialer og hyggelig selskap.

Kontaktperson: Elena Krylova 966 68 811
Nataliia Poliakova 462 48 007

Fredag kl 17 – 19. Sjakk klubb

Har du lyst til å spille sjakk, kom gjerne innom for et slag sjakk.

Fredag kl 13 – 16 Handarbeid.

Her syr, strikker og hekler sammen. På Frivilligsentralen har vi flere symaskiner, noe stoff og modeller osv.

Kontaktperson: Tatiana Letova 948 38 451
Nataliia Poliakova 462 48 007

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. 08.30 Møteplassen, alle kvardagar. (info sjå måndag)

Kl 10.15 Tysdagstrim. Pris pr halvår: 450,-

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

Kontaktperson: Karin Lima Friestad tlf 904 77 858

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



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:
07. januar	01. juli
04. februar	05. august
04. mars	02. september
08. april	07. oktober
06. mai	04. november
10. juni	02. 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: sjå eigen plakat

Kontakt person: Svein Inge Torgersen.

svein.inge.torgersen@gmail.com

Torsdag

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

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: 29.01- 26.02- 26.03- 30.04- 28.05 (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

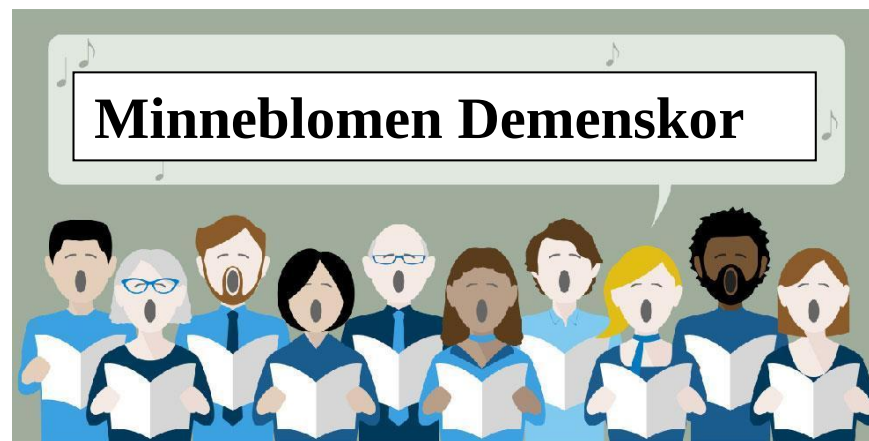
Kl 16 – 18.00 Lyspunkt på Bedehuset Saron, Parkvegen 12. Bryne

Time Frivilligsentral samarbeider med Blå Kors (Lyspunkt). Dette er en møteplass for informasjon til flykninger, med hjelp til å skaffe klær og noe nødvendig utstyr m.m.

«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 være 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. 08.30 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 12.30 – 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

Kl 11 – 13.00 Lyspunkt på Bedehuset Saron, Parkvegen 12. Bryne

Time Frivilligsentral samarbeider med Blå Kors (Lyspunkt). Dette er en møteplass for informasjon til flykninger, med hjelp til å skaffe klær og noe nødvendig utstyr m.m.



Onsdag

Trio Triol kl. 10.15: Dato: 07.01 -04.02- 11.03- 06.05- 03.06

Ut i Bryne, samarbeid med næringsforeningen.

07.01 Hotell Jæren

04.02 Brix

04.03 IL Tempo Grande

01.04 Møllehagen

06.05 Bryne Kro & Hotell

03.06 Drivhuset .

01.07 Hotell Jæren

05.08 Brix

02.09 IL Tempo Grande

07.10 Møllehagen

04.11 Bryne Kro & Hotell

02.12 Hotell Jæren

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

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. Her trenger vi alltid flere norske frivillige. Ta gjerne kontakt.

Kontaktperson:

Nataliia Poliakova og Anita Morales Stokdal tlf: 904 77 858