

# Fria tiden Araby

Araby Park Arena, Panncentralen, Tallgården och Centrumskolan

I Araby Park Arena om inget annat anges  
Aktiviteterna är för alla!

## Måndagar

13-15	Svenska för nybörjare, fika	Vuxna	18-19	Modern dans med Antonia	Tjejer 13+ Kvinnor
15-16	Fotboll/Innebandy/Basket	Åk F-3			
16-17	Pingis/turnering	Vuxna /barn	18.30-20	Språkcafé (Tallgårdens minibibliotek)	20+
16-17	Hopp och lek (Centrumskolan)	Åk 1-4	19-20	Tjejsnack och fika	Tjejer 13+
16-17	Fotboll	Åk 4-6	20-21	"Bingo med Bosse"	13+
17-18	Läxhjälp	Åk 4-6			
18-19	Yoga (Centrumskolan)				
19-20	Karate (Centrumskolan)				
20-21	Playstation/Spel				

## Tisdagar

09-10	Prata och fika Aktiviteter för barnen	Förälder och barn	09.30-11	Prata och fika Aktiviteter för barnen	Förälder och barn
09-11.30	IT-café, internet mm (Tallgården)	55+	11-12	Easy Movements med Birgitta	
10-12	Vardagssvenska, fika	Vuxna	14-15.30	Varierande aktiviteter	Familjer
10.30-12	Datorgrunder, internet mm (Panncentralen)	Vuxna	15-16.30	Fika-läxhjälp-aktivitet	Tjejer
13.45	Högläsning (Tallgårdens minibibliotek)	Vuxna	15-17	Skaparverkstad, dropin (Tallgårdens minibibliotek)	Barn 6+ och förälder
14-16	Stickcafé (ojämna veckor) (Panncentralen)	Vuxna	16-17	Hopp och lek (Centrumskolan)	Åk 1-4
15-16	Fotboll/Innebandy/Basket	Åk F-3	16.30-17.30	Pyssla/Måla	
16-17	Hopp och lek (Centrumskolan)	Åk 1-4	16.30-17.30	Basket	Åk 4-6
16-17	Läxhjälp (Tallgården)	Åk 1-6	16.30-17.30	Läxhjälp (Tallgården)	Åk 1-6
16-17	"Bingo med Bosse"	Vuxna/barn	17.30-18.30	Läxhjälp (Tallgården)	Åk 7-9 och gymnasiet
16-17	Fotboll/Innebandy/Basket	Åk 4-6	17.30-18.30	Basket, tjejer för sig killar för sig	13+
17-18	Fotboll/Innebandy/Basket	Åk 7-9	18-21	"Kulturonsdag"*	
17-18	Läxhjälp (Tallgården)	Åk 7-9 och gymnasiet	18-21.30	Kvinnor Emellan (Panncentralen)	
17-18	Latinodans med Antonia	Tjejer och killar 8+	18.30-20	Fotboll	Gymnasiet
			20-21.30	Boxning	13+
			20-21	Självförsvar	13+

## Torsdagar

9-11.30	IT-café, internet mm (Tallgården)	55+
10-11	Vardagssvenska	Vuxna
10-12	Stavgång (Panncentralen)	
11-12	Qi-Gong med Karin	
13-15	Svenska för nybörjare	Vuxna
15-16	Varierande aktiviteter	Familjer
15-16	Läxhjälp	Åk 4-6
16-17	Läxhjälp	13+
16-17	Läxhjälp (Tallgården)	Åk 1-6
16-17	Hopp och lek (Centrumskolan)	Åk 1-4
16-17	Varierande aktiviteter	Åk 4-6
16-17	Pingis	
16-18	Cykelkurs (Panncentralen)	
17-18	Läxhjälp (Tallgården)	Åk 7-9 och gymnasiet
17-18.30	Tjejsnack och fika	13+
18.30-20	Pingisturnering	
18.30-20	Språkcafé (Tallgårdens minibibliotek)	20+

## Fredagar

09-11	"Sysselsättning Araby" Jobbfokus	Arbetssökande
16-17	Pingis	Vuxna och barn
16-17	Aktiviteter och lek	Åk F-3
17-18	Zumba med Antonia	Åk 1-6
17-18	Volleyboll/Badminton	Åk 4-6
18-19	Zumba med Antonia	Tjejer 13+ och kvinnor
18-19.30	Fotboll med Ilham	Tjejer 13+
18-19	Yoga (Centrumskolan)	
19-20	Fifa-turnering	
19-20	"Träffas-Prata-Fika"	Kvinnor
19-20	Karate (Centrumskolan)	
19.30-21	Fotboll	Unga vuxna
20-21	Pingis	

## Lördagar

14.30-15.30	Varierande aktiviteter	Åk 4-6
15-18	"Familjelördag"*	
15.30-17	Friidrott	10+
17-18.30	Fotboll med Ilham	Tjejer 13+
18.30-20	Fotboll	16-25 år
18-20	Pingis/Spel	

## Söndagar

16-17	Boxning	
16-18	Hiphopverkstad	
17-18	Fotboll	Åk 4-6
18-19	Fotboll	Åk 7-9
18-20	"Arabysöndag"*	Ungdomar

\* Information om aktiviteten hittas i sociala medier senast fredagen innan.

### Växjö Kulturskola

Växjö Kulturskola erbjuder också ett antal aktiviteter för skolbarn, t.ex bild, kör, dans och olika instrument. Prata med din lärare om du är intresserad av det!

### Läs mer på

[vaxjo.se/arabyparkarena](http://vaxjo.se/arabyparkarena)  
[facebook.com/arabyparkarena](https://facebook.com/arabyparkarena)  
instagram: arabyparkarena

Fritidsgårdarna Norregård, Fagrabäck och Elin Wägner håller öppet med aktiviteter för åk 7-9 de flesta kvällar i veckan.

[www.vaxjo.se/vaxapp](http://www.vaxjo.se/vaxapp)

Aktivitetserna sker i samverkan med: Ensamkommandes förbund, Röda Korset, Studieförbundet, DBI/Rotary, IFK Växjö, Växjö United, Växjö DFF, Araby IF och ideella ledare.