

AKTIVITETSKATALOGEN



Foto: Jesper Svensson, HK Guld Kroken

Hösten 2026 – våren 2027

Alla återkommande aktiviteter i
Hjo samlade i en katalog

Hej Hjobo!

I den här katalogen hittar du ett brett utbud av aktiviteter i underbara Hjo. Aktiviteterna är kategoriserade utifrån teman och symboler visar om aktiviteten riktar sig till en viss målgrupp:



= Aktiviteter för barn och unga



= Aktiviteter för dig som har en funktionsnedsättning



= Aktiviteter för vuxna



= Aktiviteter för dig som är över 65 år



Finns ingen symbol riktar sig aktiviteten till alla. Kontaktuppgifter inkluderas för mer information. Vill du engagera dig i en förening eller på annat sätt bidra till utbudet av aktiviteter i Hjo? Kontakta gärna föreningen eller någon av följande personer på Hjo kommun:

Emelie Glad, seniorcoach och frivilligsamordnare: emelie.glad@hjo.se, tel. 0503-352 99

eller Hanna Nordlöf, fritidsutvecklare: hanna.nordlof@hjo.se, tel. 0503-354 57.

Du är också välkommen att kontakta Emelie eller Hanna om du har allmänna frågor eller funderingar rörande fritid för barn, unga, vuxna eller seniorer.

Vi är många aktörer som kraftsamlar för att bidra till ett rikt aktivitetsutbud för alla i Hjo:

ABF	Hjo Bowlingklubb	Livingroom Hjo IF
Ateljé Rödluvan	Hjo Bridgesällskap	Munskänkarna Hjosektionen
Ateljéföreningen Ockra	Hjo Dykarklubb	Naturskyddsföreningen
Betaniaförsamlingen Norra Fågelås	Hjo Filmstudio	Hjobygden
Blikstorps AIK	Hjo Folkhögskola	Norra Fågelås IF
Equmeniakyrkan Hjo	Hjo hembygdsförening	Old Ladies
Fridene-Blikstorps samhällsförening	Hjo Hästsportklubb	Pingstkyrkan Hjo
Fridene, Fröjered, Korsberga	Hjo kommun	PRO Hjo
hembygdsförening	Hjo Konstförening	Röda korset
Fridene kyrkliga syförening	Hjo Kultur- och teaterförening	SeniHjorkören
Friluftsfrämjandet Hjo	Hjo Motorklubb	Skaraborgs Fôlk
FUB HjoTiBorg	Hjo kyrkliga syförening	SPF Seniorerna Hjo
Fågelås hembygdsförening	Hjo Segelsällskap	STC
Föreningen HjoDisc	Hjo Sportfiskeklubb	Studiefrämjandet
Grevbäcks hembygdsförening	Hjo Tennisklubb	Studieförbundet Vuxenskolan
Grevbäcks kyrkliga syförening	Hjo-Tibro Släktforskarförening	Svenska kyrkan Hjo
Grönköpings impro	Hjo Trädgårdsförening	Svårtans badhusförening
Guldkroken FK	Hjo Velocipedklubb	Sällskapet boule i Hjo
Gymmix Hjo	Hjobygdens OK	Sällskapet S/S Trafiks vänner
IFK Hjo	HK Guldkroken	Ta Form
Hjo Badmintonklubb	Hökensås Golfklubb	Visvännerna
Hjo Biodlarförening	Korsberga IF	
Hjo Biografförening	Korsbergaortens bygdegårdsförening	

Innehåll

	Djur & natur	1
	Kultur & skapande	2
	Lära & läsa	5
	Mat & dryck	7
	Musik	8
	Religion	10
	Rörelse & spel	12
	Träffas	21
	Fler tips	24



DJUR & NATUR



Biodling

Träffar/öppet hus en gång i veckan april-augusti. Samlas, umgås, fikar, har möten och sköter om våra bisamhällen. Förekommer biodlarkurser, nybörjarkurser och föreläsningkvällar.

Aktör: Hjo Biodlarförening

Var: Banvaksstugan nr 1

Kostnad: Träffarna vid Banvaksstugan är kostnadsfria och öppna för alla.

Kontakt: AnnLouise Hummelblad, 070-4853081, rodluan@telia.com

Fiske

Bli medlem i Hjo Sportfiskeklubb och få tillgång till föreningens vatten.

Aktör: Hjo Sportfiskeklubb

När: Året runt

Var: Gärdsbodammen, Stora hultadammen, Österboampern och del av Tidan

Kostnad: Medlemskap olika beroende på ålder, se <https://www.ifiske.se/fiskekort-gardsbodammen-stora-hultadammen-tidan-m-fl-vatten.htm> för samtliga kostnader

Kontakt: Johan Fägerhag, 070-8962914, johan.fagerhag@gmail.com

Friluftsförmedlandet

Välkommen att vara med i någon av våra grupper Knytte, Mulle, Lufsare och Strövarna som träffas regelbundet och äventyrar utomhus! Det går också att följa med på guidade vandringar med olika teman och på olika platser. Saknar du någon aktivitet? Kontakta oss gärna!

Aktör: Friluftsförmedlandet Hjo

När: Se <https://www.friluftsförmedlandet.se/regioner/vast/lokalavdelningar/hjo/>

Var: Högalidens friluftsområde

Kostnad: Medlemskap i Friluftsförmedlandet (se [friluftsförmedlandet.se](https://www.friluftsförmedlandet.se)) samt ev aktivitetskostnad/terminsavgift. Se respektive aktivitet.

Kontakt: Maria Liabäck, 073-7122729, maria.liaback@friluftsförmedlandet.se

Naturskyddsföreningen Hjobygden

Olika aktiviteter som exempelvis ängsvård med slåtterdagar, skogsvandring, utrotning av invasiva arter, utställningar, föredrag med mera. Se aktuellt program på vår hemsida.

Aktör: Naturskyddsföreningen Hjobygden

Var: Långeruder, Hammarnsjorden mm.

Kostnad: Ingen kostnad för att delta på aktiviteterna.

Kontakt: Anna Malmeling Marklund, anna@malmeling.se

Se vår hemsida för mer information:

<https://hjo.naturskyddsforeningen.se/>

Prästgårdsträdgården

Välkommen till våra trädgårdsträffar där vi t ex odlar, lär oss, skapar, promenerar, fikar, pratar och njuter av den vackra miljön. Ingen anmälan. Kom och gå som du vill! Alla åldrar välkomnas! En torsdagkväll och en lördag förmiddag i månaden.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Prästgårdsträdgården i Norra Fågelås

Kostnad: Nej

Kontakt: För mer information kontakta Anneli Ödval, 079-3277202, anneli.odvall@gmail.com

Scouter

Scouterna är för dig som går på lågstadiet, mellanstadiet och högstadiet.

Aktör: Equmenia Hjo

När: Vi träffas på tisdagar kl 18.00-19.30 på fritidsgården i Missveden.

Kostnad: Terminsavgift 130 kr.

Kontakt: För mer information om scouterna kontakta gärna Anna-Lena Markusson, 070-4412189. (Spårarscout, för dig i lågstadiet) och Lotta Nordqvist, 070-2947316 (Scout, för dig i mellanstadiet och högstadiet).

Trädgård

Idell förening för alla med intresse för trädgård. Vi har föreläsningar, vi gör studiebesök, vi byter plantor och fröer med varandra, vi arrangerar utflykter, besöker varandras trädgårdar och värnar om biologisk mångfald.

Aktör: Hjo Trädgårdsförening

Kostnad: Medlemskap 200 kr/år

Kontakt: Annette Wigart 070-7422050, annette.wigart@awima.se och Anette Östling, 070-2555008, iamanetteostling@gmail.com

KULTUR & SKAPANDE

Akvarellmålning

Studiecirkel om akvarellmålning.

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Ateljéföreningen Ockra

Makers monday - kreativa måndagar för vuxna som vill testa olika konst- och hantverkstekniker. Skapande Verkstad för barn - vi skapar i olika material och tekniker.

Aktör: Ateljéföreningen Ockra

När: Makers monday på måndagar, Skapande verkstad sker på skolloven.

Var: Villa Svea i Hjo Stadspark

Kostnad: Ingen

Kontakt: Fridolin Evaldsson,
fridolinevaldsson@gmail.com

Bild och form

Här utvecklar du din kreativitet med hjälp av olika tekniker. Rita, måla, skulptera mm.

Aktör: Hjo kommun genom Kulturskolan

Var: Kulturskolan, Skolgatan 10

Kostnad: 575 kr/termin

Kontakt: Besök vår hemsida så kan du läsa mer:
www.hjokulturskola.se

Biofilm

Filmvisning onsdagar och söndagar och matinévisningar vissa måndagar. Program finns här: <https://park-bio.se/>. Vi är en helt ideell förening. Fler är välkomna att engagera sig i föreningen för att hålla biografen vid liv.

Aktör: Hjo biografförening

Var: Park, Kulturkvarteret (Bangatan 1 B)

Kostnad: Ca 110 kr/biljett,
medlemskap 50 kr

Kontakt: admin@hjobio.com

Biofilm - Kvalitetsfilm

Visningar av kvalitetsfilm på Park Bio den första torsdagen i varje månad under september-maj. Vi annonserar vår verksamhet på hjo.filmstudio.se, på Facebook, via fysiska filmaffischer och ibland i lokalpress. Vi ser gärna att fler vill engagera sig i föreningsarbetet.

Aktör: Hjo filmstudio

Var: Park, Kulturkvarteret (Bangatan 1 B)

Kostnad: Med medlemskort för 240 kr på hösten respektive 300 kr på våren, ser man alla filmer gratis. Kortet löser man terminsvis (vår och höst), i samband med filmvisning.

Kontakt: Pär Gunnarsson, 070-4240191,
Par.gunnarsson@skovde.se

Handarbete och välgörenhet

Handarbete och insamlingsarbete till välgörenhet.

Aktör: Fridene kyrkliga syförening

Var: Fridene församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Sabine Bjaaland, 0503-323 90

Handarbete och välgörenhet

Handarbete och insamlingsarbete till välgörenhet.

Aktör: Grevbäcks kyrkliga syförening

Var: Grevbäcks församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Sabine Bjaaland, 0503-323 90



Foto: Most Photos

Handarbete och välgörenhet

Handarbete och insamlingsarbete till välgörenhet.

Aktör: Hjo sygrupp

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Sabine Bjaaland, 0503-323 90

KULTUR & SKAPANDE

Improvisationsteater



Vi träffas regelbundet för att utforska grunderna i improvisationsteater genom en blandning av lekar, övningar och kortare scener. Vi lär oss att bejaka våra egna och andras idéer och vi hyllar våra misstag.

Aktör: Grönköpings impro, i samarbete med Studieförbundet Skaraborg.

Var: Kulturkvarteret (Bangatan 1B)

Kostnad: 250 kr/termin

Kontakt: Karl-Johan Johansson,
karljohan.johansson@hotmail.com

Foto: av konstverk av Lars-Erik Ström



Konst

På ett spännande och utvecklande sätt skapa intresse för konst genom att ordna föreläsningar, konstresor, studiebesök, konstvandringar, konstcaféer, lotterier m.m. Verksamheten presenteras närmare på <https://artworks.se/hjo-konstforening>

Aktör: Hjo Konstförening

Var: Olika

Kostnad: Medlemskap 200 kr

Kontakt: Per-Åke Johansson, 070-5858398,
hjo-konstforening@gmail.com

Kultur och teater

Teater, konserter och dans på Park.

Vi bjuder in musiker, sångare, teatergrupper och även andra kulturevenemang.

Aktör: Hjo kultur- och teaterförening

Var: Park, Kulturkvarteret (Bangatan 1 B)

Kostnad: Olika. Som medlem av Riksteatern gäller deras rabatter på merparten av våra evenemang.

Kontakt: hjokulturochteater@gmail.com, Mer information: <https://www.riksteatern.se/forening/hjo-kultur--och-teaterforening---en-del-av-riksteatern/>

Syslöjd och hantverk



Studiecirkel där du får lära dig syslöjd och hantverk.

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Träslöjd



Studiecirkel där du får lära dig träslöjd.

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Virka, sticka och sy

Virka, sticka och sy tillsammans med oss! Skickas sedan till hjälporganisationer.

Aktör: Equmeniakyrkan

Var: Missionskyrkan

Kostnad: 20 kr för fika

Kontakt: Eva-Lott Gram,
hjo@equmeniakyrkan.nu

Äta, snacka och snickra med ImManuell-gruppen

Välkommen att fika, snacka och snickra och ha det trevligt! Kom och gå som du vill.

Onsdagar jämna veckor.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Prästgårdsträdgården i Norra Fågelås

Kostnad: Nej

Kontakt: Henrik Bjaaland, 0503-323 78,
070-2954284

KULTUR & SKAPANDE

Hembygd och bygdegård

Fridene, Fröjered, Korsberga hembygdsförening

Byggnadsvård, studiecirklar, utomhusgudstjänster, grillkväll, tipspromenader mm.

Aktör: Fridene, Fröjered, Korsberga hembygdsförening

Var: Fridene, Fröjered och Korsberga

Kostnad: Medlemskap 100 kr/år

Kontakt: Lennart Axelsson, 070-5908873, ffk.

hbf@outlook.com, hemsida: www.hembygd.se/fridene-frojered-korsberga



Foto: Most Photos

Fågelås hembygdsförening

Anordnar Valborgsmässofirande, Nationaldagsfirande med tipspromenad, Gökafton, Midsommarfirande på Almnäs, Höstfest med aktion i november, bygdevandring i september samt kyrkogårdsvandring. Därutöver har vi två arbetsdagar per år för att sköta om föreningens byggnader och mark.

Aktör: Fågelås hembygdsförening

Var: Hembygdsgården i Furulund i Gate och Torps hembygdsgård

Kostnad: Medlemskap 50 kr/år

Kontakt: Vanja Löfmark, 070-6790091, vanjafindus@live.se

Grevbäcks hembygdsförening

Som medlem får man vara med och arrangera Slöjdmässan, vara med på städdagar i vår trädgård höst och vår, hjälpa till med underhåll av kvarn, soldattorp, drängstuga och såg.

Aktör: Grevbäcks hembygdsförening

Var: Hembygdsgården i Grevbäck

Kostnad: Medlemskap 100 kr/person/år och 200 kr/familj/år

Kontakt: Laila Palm, info@grevback.com, 070-6194743

Hjo hembygdsförening

Ansvarar för utställningar om Hjo stads historia och Hjo vattenkuranstalt i Kulturkvarteret. Arrangerar föredrag. Samlar in och dokumenterar föremål, fotografier, handlingar och händelser. Stor föremålssamling i Magasinet. Samarbetar med Hjo kommun med målet att bevara vår riksintressanta trästad.

Aktör: Hjo hembygdsförening

Var: Kulturkvarteret och Magasinet i gamla Televerket

Kostnad: Medlemskap 150 kr för enskild per år, 225 kr för familj per år

Kontakt: Ola Pettersson, 070-3242022, magdola4647@gmail.com

Korsbergaortens bygdegårdsförening

Arrangerar Vår- och Höstblomster i samarbete med Hjo Blomster. Konstutställningar, kulturarrangemang på vår och höst med musik, teater eller berättare. Grannsamverkansmöten. Sommarcafé på söndagar i juli. Tipspromenader under april-maj, september-oktober samt obemannade påsk- och julpromenader. Trädgårdsarbete och underhåll av lokalerna.

Aktör: Korsbergaortens bygdegårdsförening

Var: Korsberga bygdegård

Kostnad: Varierar

Kontakt: Jenny Evaldsson, jenny_evaldsson@yahoo.com

LÄRA & LÄSA

Alphakurs

Kurs kvällstid i kristen tro med föredrag, måltid och samtal.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Hjo församlingshem

När: Måndagar kl.19.00-21.30

Kostnad: 50 kr (subventionerat pris för måltiden)

Kontakt: hjo.pastorat@svenskakyrkan.se, pastorsexpeditionen, 0503-323 80

Alphakurs

En grundkurs kvällstid i kristen tro med mat, föredrag och gemenskap.

Aktör: Pingstkyrkan Hjo

Var: Hjo Pingstkyrka

Kostnad: 50 kr

Kontakt: Veronica Åsebrant, 073-909785, veronica.asebrant@pingst.se

IT-café

Bli digitalt smart! Vi lär oss om IT och AI. Ta med din telefon/läsplatta/laptop. Ingen anmälan.

Aktör: SPF och Studieförbundet Vuxenskolan

Var: Rödingen, Bangatan 15

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Bengt Stener, 073-7668800, bengt_stener@outlook.com

IT-hjälp

Boka en tid för individuell hjälp med din telefon/läsplatta/laptop eller kom in på Drop-in måndag och onsdag kl.10.00-11.00.

Aktör: Hjo kommun

Var: Rödingen

Kostnad: Nej

Kontakt: Jenni Andersson, 0503-353 57

Kreativa sagostunder

Vi läser tillsammans och pysslar utifrån böckernas teman. Sagostunderna riktar sig främst till barn mellan 3 och 6 år, men barn i alla åldrar är varmt välkomna. Ingen anmälan behövs. För program och tider, besök gärna: https://hjo.se/Kultur_turism_fritid/biblioteket/

Aktör: Hjo kommun

När: En gång i månaden

Var: Kulturkvarteret, Bangatan 1B

Kostnad: Nej

Kontakt: Sanela Vrbos Moslavac, sanela.vrbos@hjo.se



Foto: Rebecca Martyn

Kvarterskvällar

På torsdagar anordnar biblioteket kvällsaktiviteter i Kulturkvarteret. Det kan t ex vara föreläsningar, en filmvisning med efterföljande samtal eller ett musikframträdande. Och så fika förstås! Kvällarna är öppna för alla och det kostar inget att delta.

Aktör: Hjo kommun genom Hjo Stadsbibliotek

När: Torsdagar kl.18.30-20.00

Var: Kulturkvarteret

Kostnad: Nej

Kontakt: Fredrika Johansson, 0503-35015, fredrika.johansson@hjo.se

Läs och res!

Läsecirkel med fokus på ett land/område som gruppen väljer.

Aktör: SPF och Studieförbundet

Vuxenskolan

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Elizabeth Annell, 070-2445975, elizann91@gmail.com

LÄRA & LÄSA

Läsecirkel

Studiecirkel för dig som vill läsa.

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Läsecirkel skönlitteratur

Läsecirkel där gruppen väljer vad man läser för skönlitterär bok.

Aktör: SPF och Studieförbundet

Vuxenskolan

Var: Rödingen, Bangatan 15

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Elizabeth Annell, 070-2445975,
elizann91@gmail.com

Trädgårdscirkel

Mormorsperenner med mera, tre träffar där man tillsammans planerar innehållet.

Aktör: SPF och Studieförbundet

Vuxenskolan

Var: Rödingen, Bangatan 15

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Elizabeth Annell, 070-2445975,
elizann91@gmail.com



Foto: Most Photos

Släktforskning

Några gånger om året finns jourhavande släktforskare på Hjo Stadsbibliotek dit man kan komma och prova på släktforskning. Vi erbjuder även studiecirklar.

Aktör: Hjo-Tibro släktforskarförening och Studieförbundet Vuxenskolan

Var: Kulturkvarteret

Kostnad: Medlemskap 125 kr/år

Kontakt: Roland Froh, 073-4404680,
roland@froh.se, <https://hjo-tibrosf.se>

MAT & DRYCK

Bakning

Studiecirkel där du får lära dig att baka.

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Bakning skorporna

Träffas och baka ihop, både herrar och damer.

Aktör: SPF och Studieförbundet Vuxenskolan

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Annika Boman Owrén, 070-7967852

Fest med underhållning och mat

Var med på våra fester!

Aktör: PRO

Var: Rödingen

Kostnad: 100-150 kr och medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Fralla för alla

Frukostservering för alla åldrar på onsdagar.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: 40 kr (självkostnadspris)

Kontakt: Åsa Palm, 0503-323 84,
Eva Hultman, 0503-323 94

Matlagning för herrar

Studiecirkel där du får lära dig att laga mat.

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Matlagning för damer

Träffas och laga mat ihop med andra damer.

Aktör: SPF och Studieförbundet Vuxenskolan

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Lena Jardin, 070-9900627

Matlagning för herrar

Träffas och laga mat ihop med andra herrar.

Aktör: SPF och Studieförbundet Vuxenskolan

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Björn Owrén, 070-7470930



Foto: Katja Ragnstam/Westsweden.com

Munskänkarna

Vinprovning med föredragshållare, ibland med måltid där vin och mat noga valts för att passa bra tillsammans, kursverksamhet. Medlemmar får tidning och mail med vintips.

Aktör: Munskänkarna Hjosektionen

Var: Olika

Kostnad: Medlemskap: 450 kr/år. Möjligt att prova på, dvs komma på vinprovning utan att vara medlem. Vid träffarna tillkommer kostnad för vin och mat till självkostnadspris.

Kontakt: Stefan Wallenå, 073-8126858,
hjo@munskankarna.se

Nyhet - Laga matlådor tillsammans

Vi träffas en gång i månaden och lagar mat så att alla får med sig några lådor hem.

Aktör: SPF och Studieförbundet Vuxenskolan

Var: Rödingen, Bangatan 15

Kontakt: Ewa Hernegård 070-6348020

MUSIK

Babyrytmik

Att sjunga och röra sig till musik tillsammans är utvecklande för både stora och små. Babyrytmik är för barn 3-10 månader.

Aktör: Svenska kyrkan Hjo

När: Onsdagar kl.10.00

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Anmälan till Hanna Laurén,
070-3174246, hanna.lauren@svenskakyrkan.se



Foto: Most Photos

Fågelås kyrkokör

Körsång för alla i vuxen ålder. Många av deltagarna är seniorer.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Pastorsexpeditionen, 0503-323 80
kontorstid

Hjo Soul Children

Sång, dans och rytmik för årskurs 4 och uppåt.

Aktör: Svenska kyrkan Hjo

När: Tisdagar kl.15.15-16.00

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Anmälan till Hanna Laurén,
070-3174246, hanna.lauren@svenskakyrkan.se

Mofalla församlingskör

En kör för vuxna som träffas och övar på dagtid.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Mofalla kyrka

Kostnad: Nej

Kontakt: Pastorsexpeditionen, 0503-323 80
kontorstid, eller Hanna Laurén, 0503-323 93,
hanna.lauren@svenskakyrkan.se

Musik- och ljudproduktion

Vi lär oss de tekniska grunderna i "Musikproduktion" eller "Foto och Film" med undervisning i Kulturskolans nya Studio. Inga förkunskaper krävs men berätta gärna i anmälan om du har erfarenhet av musikprogram/spelat instrument sen tidigare.

Från 11 år och uppåt.

Aktör: Hjo kommun genom Kulturskolan

Var: Kulturskolan, Skolgatan 10

Kostnad: 575 kr/termin

Kontakt: Besök vår hemsida så kan du läsa mer:
www.hjokulturskola.se

Musikträffar

Musik på Rödingens mötesplats. Livemusik, musikquiz och musikcafé. Håll utkik på www.hjo.se, Facebook, på anslagstavlan utanför Rödingen eller kontakta någon av seniorcoacherna för aktuell information.

Aktör: Hjo kommun

Var: Rödingen, Bangatan 15

Kostnad: Nej

Kontakt: Emelie Glad, emelie.glad@hjo.se,
0503-352 99

Körsång

Sjung i kör på Kulturskolan! Vi har körer för olika åldersgrupper. Från åk 1 sjunger vi och spelar teater. Från årskurs 5 och uppåt sjunger vi två- och trestämmigt och medverkar vid Lucia och andra evenemang.

Aktör: Hjo kommun genom Kulturskolan

När: Måndagar kl.15.30

Var: Kulturskolan, Skolgatan 10

Kostnad: 300 kr/termin

Kontakt: Besök vår hemsida så kan du läsa mer:
www.hjokulturskola.se

MUSIK

SeniHjorkören

Träffas och sjunger vid olika tillfällen. Uppträdanden efter överenskommelse på äldreboenden. Vi kommer gärna och sjunger och underhåller hos föreningar, företag och andra intresserade. Kontakta oss i så fall!

Aktör: SeniHjorkören

Var: Equmeniakyrkan Hjo (Missionskyrkan)

Kostnad: Medlemskap 200 kr/termin

Kontakt: Inge Andersson, 070-8851159

Soul kids

Soul kids är för dig som går i årskurs F-2. Vi lär oss nya sånger och att hitta rösten och tonbild. Vi sjunger i kyrkan vid familjegudstjänster och ibland gör vi egna små uppsjungningar både i kyrkan och i församlingshemmet.

Aktör: Svenska kyrkan Hjo

När: Tisdagar kl.16.30-17.10

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Hanna Laurén, 070-3174246,

hanna.lauren@svenskakyrkan.se



Foto: Mostphotos

Spela instrument

Lär dig att spela ett instrument på Kulturskolan! Att spela ett instrument är något du kan göra och ha nöje av hela livet. Det är aldrig för sent att börja. En del av undervisningen sker individuellt, annan i grupp.

Aktör: Hjo kommun genom Kulturskolan

Var: Kulturskolan, Skolgatan 10

Kostnad: 575 kr/termin

Kontakt: Besök vår hemsida så kan du läsa mer:

www.hjokulturskola.se

Sång och musik

Studiecirkel med sång och musik.

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i PRO

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,

gerdbjornell47@gmail.com

Treornas kör

En kör för dig i årskurs 3.

Aktör: Svenska kyrkan Hjo

När: Tisdagar kl.14.30-15.10

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Hanna Laurén, 070-3174246,

hanna.lauren@svenskakyrkan.se

Visvännerna

Allsångskvällar en onsdagkväll i månaden (vi annonserar i Hjo tidning). Kom, var med och sjung och spela. Ta med eget fika.

Aktör: Visvännerna i Hjo

Var: Lilla Park

Kostnad: Medlemskap 100 kr/år. Du behöver inte vara medlem för att komma på allsången.

Kontakt: Monica Bengtsson, 070-3876693,

monicabengtsson46@hotmail.com

RELIGION

Andrum på Hjo folkhögskola

Hjo folkhögskola bjuder in allmänheten till kort andrum tisdagar, onsdagar och torsdagar kl. 8.45 under terminen (ej lov och studiedagar).

Aktör: Hjo folkhögskola

Var: Hjo folkhögskolas kapell

Kostnad: Nej

Kontakt: www.folkhogskolan.com

Betaniaförsamlingen Norra Fågelås

Gudstjänst varannan söndag kl.10.30, bön tisdagar kl.19.00, Ekumeniska dagledigsamlingar en gång i månaden.

Aktör: Betaniaförsamlingen Norra Fågelås

Var: Betaniaförsamlingen Norra Fågelås, Linderyd Betania 1

Kostnad: Nej

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

Ekumeniska dagträffar

Samlingar runtom i våra kyrkor i Hjo dagtid. Alla är välkomna oavsett ålder. På programmet är det sång och musik eller någon som talar, under tiden som vi delar gemenskapen runt fikaborden.

Aktör: Equmeniakyrkan i Hjo, Hjo

Pingstförsamling och Svenska kyrkan i Hjo

Var: Kyrkorna i Hjo

Kostnad: Nej

Kontakt: www.hjopingst.se. Se info även på www.equmeniakyrkan.se/hjo eller www.svenskakyrkan.se/hjo

Gemensam bön

Gemensam bön på tisdagar. Vissa gånger kan bönevandringar förekomma.

Aktör: Pingstkyrkan Hjo

Var: Pingstkyrkan

När: Tisdagar kl.18.30

Kostnad: Nej

Kontakt: www.hjopingst.se

Gudstjänst

Gudstjänst med efterföljande fika varje söndag sept-maj kl.10.00. Jun-aug separat schema, se hemsidan.

Aktör: Equmeniakyrkan

Var: Missionskyrkan

Kostnad: Nej

Kontakt: www.equmeniakyrkan.se/hjo.

Se även Visit Hjo.



Gudstjänst

Gudstjänst med sång, musik, undervisning och bön med fikagemenskap efteråt.

Aktör: Pingstkyrkan Hjo

Var: Pingstkyrkan

Kostnad: Nej

Kontakt: www.hjopingst.se

Gudstjänst, dagledigträffar och bön

Olika aktiviteter med Betaniaförsamlingen norra Fågelås.

Aktör: Betaniaförsamlingen norra Fågelås

Var: Linderyd Betania 1

Kostnad: Nej

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

RELIGION

Kvällsmässa på Hjo folkhögskola

Hjo folkhögskola bjuder in allmänheten till mässa onsdagar kl. 18.30 under terminen (ej lov).

Aktör: Hjo folkhögskola

Var: Hjo folkhögskolas kapell

Kostnad: Nej

Kontakt: www.folkhogskolan.com



Foto: Jonas Ingman/Westsweden.com

MiniHJOerna

En verksamhet som riktar sig till barn i åk F-2. Gruppen upptäcker kyrkan genom kreativa aktiviteter och upplevelser.

Aktör: Svenska kyrkan Hjo

När: Tisdagar kl.17.15 – 18.15

Var: Hjo församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Anmälan till Anna Jepsen, 070-3127642, anna.a.jepsen@svenskakyrkan.se

Mötesplatsen

Mat och prat för alla åldrar. Kvällsmat, lek och andakt.

Aktör: Betaniaföreläringen Norra Fågelås

När: En lördag i månaden

Var: Linderyd Betania 1

Kostnad: Nej. Vid en del tillfällen mat till självkostnadspris alt ta med egen mat/fika.

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

Morgonbön i Hjo församlingshem

Välkommen att be tillsammans på måndagar.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Hjo församlingshem

När: Måndagar kl.10.00

Kostnad: Nej

Kontakt: Krister Annell, 073-0757262

Morgonmässa

Vi firar en enkel mässa tillsammans på

onsdagar. Hjo kyrka juni-augusti,

Hjo församlingshem september-maj.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Hjo kyrka

När: Onsdagar kl.9.00

Kostnad: Nej

Kontakt: Pastorsexpeditionen, 0503-323 80

Mässa i Hjo kyrka

Vi firar mässa tillsammans varje söndag och efteråt bjuds det på kyrkkaffe.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Hjo kyrka

Kostnad: Ingen

Kontakt: Pastorsexpeditionen, 0503-323 80

Söndax hos Betania

För alla barn. Vi träffas på de söndagar vi har Gudstjänst, första delen av gudstjänsten är vi tillsammans i kyrksalen, sedan bjuds barnen till Söndax för undervisning, lek och skoj!

Aktör: Betaniaföreläringen Norra Fågelås

När: Söndagar kl.10.30

Var: Betaniaföreläringen Norra Fågelås, Linderyd Betania 1

Kostnad: Nej

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

RÖRELSE & SPEL

Badminton

Vi erbjuder badmintonträning för alla från 5 år och uppåt och har dessutom en familjetid dit alla är välkomna att spela tillsammans.

Aktör: Hjo Badmintonklubb

När: Augusti-april, tisdagar, torsdagar och söndagar

Var: Guldkrokshallen (B-hallen) och Estrid Ericsonskolans idrottshall

Kostnad: Medlemskap 350 kr/år för juniorer (under 18 år) och 700 kr/år för seniorer.

Kontakt: Anders Arnoldsson,
andersarnoldsson@yahoo.se

Bingo- och tipspromenad

Gå bingo- och tipspromenad på Högaliden på söndagar under vår och höst.

Aktör: Hjobygdens OK

Var: Start vid Hjobygdens OK:s klubbstuga vid Högalidens friluftsområde.

Kostnad: Tipspromenad 20 kr och bingo- promenad 30 kr. Barntipset är gratis. Det finns alltid fika till försäljning.

Kontakt: Majvor Axelsson, 070-3952433

Bordtennis med Blikstorps AIK

Vi har ungdomsgrupper med olika nivåer och vuxengrupp. Flera lag i seriespel.

Aktör: Blikstorps AIK

När: Måndagar och onsdagar, september-april

Var: Blikstorp, Folkets Hus

Kostnad: Medlemskap 200 kr/år

Kontakt: Tommy Thorsén, 073-4428435

Bordtennis med Norra Fågelås IF

Spela bordtennis med Norra Fågelås IF!

Aktör: Norra Fågelås IF

När: Tisdagar kl.18.00-20.00

Var: Gate samlingsal

Kostnad: Medlemskap 250 kr/år

Kontakt: Anders Lidfeldt, 070-3580957



Boule med Sällskapet boule i Hjo

Välkommen att spela boule med oss!

Aktör: Sällskapet boule i Hjo

När: Tisdagar och torsdagar, kl.14.00-16.00 och kl.16.00-18.00

Var: Almedal utomhus. Nolängsgatan 7 inomhus.

Kostnad: Medlemskap krävs, men du är välkommen att prova på gratis innan du bestämmer dig för att bli medlem.

Kontakt: Sonja Johansson, 070-667 68 80,
sj.hjo55@gmail.com

Bowling med FUB HjoTiBorg

Välkommen att spela bowling med FUB! FUB bedriver verksamhet för personer med IF samt för deras anhöriga. Som medlem får du delta i föreningens aktiviteter samt möjlighet till hjälp i frågor som rör funktionsvariationen. Det är möjligt att prova till medlemspris innan du bestämmer dig för att bli medlem.

Aktör: FUB HjoTiBorg

När: Söndagar kl.15.00-16.00

Var: Kruset bar & bowling, Falköpingsvägen 41

Kostnad: Särskilt medlemspris

Kontakt: Hanna Hagkvist,
hannapann@hotmail.com

RÖRELSE & SPEL

Bowling med Hjo Bowlingklubb

Välkommen att spela bowling med Hjo bowlingklubb. Föreningen arrangerar träning, tävling och seriespel för klubbens medlemmar.

Aktör: Hjo Bowlingklubb

När: För pensionärer måndagar och onsdagar kl.11.00-14.00, för ungdomar torsdagar kl.17.00-18.00 och för seniorer torsdagar kl.18.00-19.30

Var: Kruset bar & bowling, Falköpingsvägen 41

Kostnad: Medlemskap krävs, men du är välkommen att prova på gratis innan du bestämmer dig för att bli medlem.

Kontakt: Thomas Johansson, 070-5255949, hjobowlingklubb@gmail.com

Bridge

Välkommen att spela bridge med Hjo bridgesällskap en gång i veckan. Ibland ordnas nybörjarkurser.

Aktör: Hjo bridgesällskap

Var: Hotell Bellevue

När: Måndagar kl.14.00

Kostnad: Medlemsavgift 350 kr/år plus 50 kr per spel. Fika ingår. Det går bra att prova på utan att vara medlem.

Kontakt: Hartmut Bädicker, 070-5657202

Canasta

Kom och spela Canasta varannan vecka.

Aktör: SPF och Studieförbundet Vuxenskolan

Var: Rödingen

Kostnad: Medlemskap i SPF

Kontakt: Elvy Jonsson, 070-7488582

Cykling

Hjo Velocipedklubb har träningsgrupper för ungdomar i MTB (Mountainbike) från 5 år till 18 år på Högaliden. Motionsgrupper för vuxna, både landsväg och MTB, träningarna startar vid klubblokalen. Som medlem får du även tillgång till träningslokalen med ett antal träningscyklar, roddmaskin och andra träningsredskap.

Aktör: Hjo Velocipedklubb

När: Ungdomsgrupper: Vårtermin april-juni, hösttermin augusti-september. Motionsgrupper året runt beroende av vädret.

Var: Högalidens fritidsområde samt klubblokal på Wallinsvägen 4.

Kostnad: Medlemskap Ungdom upp till 18 år 250 kr. Över 18 år: Enskild 500 kr, Familj 800 kr. Mer information finns på hemsidan.

Kontakt: hjovk101@gmail.com. Hemsida: laget.se/HjoVK/



Foto: Rebecca Martyn

Dans med Kulturskolan

Kulturskolan har undervisning i flera olika dansstilar. Exempelvis Balett, Contemporary och Street.

Aktör: Hjo kommun genom Kulturskolan

Var: Kulturskolan

Kostnad: 575 kr/termin

Kontakt: Besök vår hemsida så kan du läsa mer: www.hjokulturskola.se

Dansgrupp i kyrkan för vuxna

Liv och tro genom dans och rörelse, en gång i veckan.

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Hjo församlingsshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Eva-Britt Andréson, hjo.pastorat@svenskakyrkan.se, pastorsexpeditionen 0503-323 80

RÖRELSE & SPEL

Discgolf

Föreningen HjoDisc välkomnar dig som vill spela discgolf tillsammans med andra. Hemmabanan Högalidens Discgolfpark erbjuder 18 utmanande banor med start och mål på Högalidens friluftsområde.

Aktör: Föreningen HjoDisc

Var: Högalidens friluftsområde

Kostnad: Nej (frivillig summa skänks till föreningen vid spel)

Kontakt: Pär Bergström, par.bergstrom@hjo.se



Foto: Rebecca Martyn

Dykning och luftning

Vi dyker i Vättern och i andra vatten med utgångspunkt från Hjo. Vi har kompressor och nitroxanläggning för luftfyllning.

Aktör: Hjo Dykarklubb

Var: Hjo hamn, Hamnmagasinet

Kostnad: Medlemskap 500 kr för dykare, 200 kr för stödmedlem

Kontakt: Karola Svensson,
karola@hjudk.se, www.hjudk.se

Familjegymna med Blikstorps AIK

Gymnastik, lek och rörelse för barn och föräldrar på söndagar. Anmäl i förväg varje gång till Carina Jonsson, se kontaktuppgifter nedan.

Aktör: Blikstorps AIK

När: Söndagar kl.9.00

Var: Folkets hus, Centralvägen 29 i Blikstorp

Kostnad: Medlemskap 200 kr/år

Kontakt: Carina Jonsson, 073-8420499

Folkdans med Skaraborgs Fôlk

Kom och dansa folkdans med oss! Alla är välkomna och ingen förkunskap krävs. Vi dansar smådanser/gilledanser, uppställningsdanser, Gammeldans och Polskor. Skaraborgs Fôlk är en kulturell förening som sysslar med folkdans och folkmusik.

Aktör: Skaraborgs Fôlk

När: Söndagar kl.17.00-19.00 udda veckor, med start 13 september

Var: Lilla park, Kulturkvarteret (Bangatan 1B)

Kostnad: 200 kr för hösten

Kontakt: Jon Sirén, 070-2745402, Isabella

Grimmer, 076-0289844.

Facebook: Skaraborgs Fôlk



Foto: Most photos

Fotboll med IFK Hjo



Vi erbjuder spel för alla åldrar från 4 år och uppåt: Boll & Skoj 4-5 år, Fotbollsskolan 6-7 år, seriespelande lag från 8 år upp till senior för dam och herr samt Parafotboll för dig med någon funktionsnedsättning. Det finns även ett P35-lag och ett gå-fotbollslag för 65+. Se hemsidan för mer information om respektive lag. Lagen namnges med födelseåret.

Aktör: IFK Hjo Fotboll

När: Boll & Skoj och Fotbollsskolan maj-september (uppehåll under sommaren). Seriespelande lag har aktiv säsong april-oktober, en del lag tränar även vintertid.

Var: Guldkroksvallen

Kostnad: Medlemskap i IFK Hjo samt aktivitetsavgift helår, se hemsidan för aktuell avgift.

Kontakt: ifkhjo@ifkhjo.se alternativt kontakta ledare, kontaktuppgifter finns på hemsidan: www.ifkhjo.se

RÖRELSE & SPEL

Fotboll med Guldkroken FK



GFK är en flickförening som tränar på konstgräset i Hjo. Säsongen 2026 har vi 5 lag anmälda till seriespel. Vi har lag som spelar 5 mot 5, 7 mot 7 och 9 mot 9. Nya spelare är välkomna att komma och testa när som helst under året!

Aktör: Guldkroken Fotbollsklubb

När: April-oktober

Var: Konstgräsplanen i Hjo

Kostnad: Tränings- och aktivitetsavgift 300kr/år

Kontakt: Maria Börjel, 073-0360223,
mariaborjel@hotmail.com

Fotboll med Norra Fågelås IF

Spela fotboll med Norra Fågelås IF! Det finns lag för alla åldrar, upp till seniornivå.

Aktör: Norra Fågelås IF

När: Året runt

Var: Landbyvallen (ute), Guldkrokshallen och Estrid Ericsonskolans idrottshall (inne)

Kostnad: Medlemskap 250 kr/år

Kontakt: Ungdom och fotbollsskola:

Jan-Erik Brandt, 073-9230576,

Senior: Rolf Eriksson, 070-3372431

Fotboll med Old Ladies



Vi är en grupp kvinnor/tjejer som tränar fotboll. Alla vuxna (inte nödvändigtvis mogna) är välkomna! Gamla spelare, nybörjare, yngre, äldre. Inga förkunskaper krävs. Men ett gott humör, ödmjukhet och att du behöver komma iväg en gång i veckan på en egen aktivitet är bra! Vi ordnar då och då en lagfest tillsammans. Glädje, fotboll och gemenskap!

Aktör: Old Ladies (Vätterflickornas BK)

När: Året runt

Var: Inomhus i Estrid Ericsonskolans idrottshall.

Utomhus runt om i Hjo kommun.

Kostnad: Medlemskap 100 kr/år

Kontakt: Per Jakobsson, 073-0738479,
Malin Bergåker, 073-5252892

Fotboll/supporter med Korsberga IF

Vi är en idrottsförening som håller till mitt i Korsberga. Vi utövar främst fotboll både för ungdom och senior, herr och dam men har även Bamsegympa i Korsberga gymnastiksal. Se hemsida korsbergaif.se för mer information. Föreningen har även en grupp som kallar sig för Supporterklubben (för alla åldrar). Gruppen arrangerar julmarknad och bakluckeloppis. Träffas en gång per månad och pratar, fikar, gör underhållsarbete av lokaler mm. Även bemaning av kiosk vid matcher/cuper.

Aktör: Korsberga IF

Var: Kullaborgsvägen 1

Kostnad: Medlemskap fotboll: ungdom 200 kr/år, senior 459 kr/år. Supporterklubben: 200 kr/år.

Kontakt: Jesper Carlén, jesper.carlen@hotmail.com. Supporterklubben: Mait Karlsson, 070-8379489, mait.karlsson97@hotmail.se



Foto: Hanna Nordlöf

Golf

Välkommen att spela golf med Hökensås golfklubb! Juniorer i alla åldrar är välkomna att vara med på våra juniorträningar. Vi erbjuder även seniorspel, kurser och prova på-tillfällen. Icke-medlemmar är välkomna att komma och testa utan kostnad.

Aktör: Hökensås golfklubb

Var: Almnäs Trollebo 2

Kostnad: Olika beroende på ålder mm

Kontakt: 0503-160 59, info@hokensasgk.se

RÖRELSE & SPEL

Gymmix



Styrkegympa och tabata för äldre ungdomar och vuxna. Barngympa för olika åldrar. Funkis-gympa vissa veckor, för dig med någon funktionsnedsättning.

Aktör: Gymmix

Var: Gymnastiksal i Hjo

Kostnad: Terminsavgift 500 kr. Barngympan kostar 250 kr/barn.

Kontakt: Facebooksidan "Gymmix Hjo"

Gympa "Kropp och själ"

Lättare gympa till musik som efterföljs av fika och samvaro.

Aktör: Hjo kommun och Svenska kyrkan

Var: Korsberga församlingshem

Kostnad: Nej

Kontakt: Susanne Rydén, 0503-352 98, susanne.ryden@hjo.se

Handboll

HK Guldökron erbjuder handbollsskola för barn 6-7 år och för äldre barn och ungdomar finns lag som är indelade efter ålder och flickor/pojkar. Damlag och herrlag som spelar i division 3.

Aktör: HK Guldökron

När: September-april

Var: Guldökroshallen och Estrid Ericsonskolans idrottshall

Kostnad: Handbollsskola ingen kostnad, 8-9 år 300 kr/år, 10-16 år 700 kr/år och 18+ 1100 kr/år. Medlemsavgift handbollsskolan: 200 kr/säsong (ingår vattenflaska och t-shirt)

Medlemsavgift 7-10 år: 400 kr/år, 11-17 år: 800 kr/år, 18+ 1100 kr/år

Kontakt: hkguldökron@outlook.com, hemsida: <https://www.laget.se/HKGuldökronHjo>

Hästsport

En förening med ca 60 medlemmar i alla åldrar. Vi har en anläggning, Munkebo Ridhus, strax utanför Korsberga. Ingen ridskola bedrivs utan det är bara ett ridhus och utebanor där alla är privatryttare. Arrangerar olika tävlingar/träningar där det alltid behövs funktionärer, t ex som parkeringsvakt, stå i caféet, släppa in och ut ryttare från banan mm. Vill du vara med i styrelsen eller stötta den ungdomssektionen? Rid- eller hästkunskap är inget krav. Underhåll av anläggningen. Fixa, laga eller kanske bara småpyssla med diverse, allt är välkommet!

Aktör: Hjo Hästsportklubb

Var: Munkebo Ridhus, Korsberga

Kostnad: Medlemskap 325 kr/år

Kontakt: Linda Karlsson, lindaihjo@hotmail.com



Foto: HK Guldökron

RÖRELSE & SPEL

Innebandy

Föreningen erbjuder innebandyspel för barn och ungdomar. Till hösten 2026 planerar vi för att köra 2 lag (pojkar födda 2017 och pojkar födda 2018-2019) samt en innebandyskola för pojkar födda 2020 samt flickor födda 2017-2020. Pojkar 2017-2019 kommer ha gemensam träningstid och vi delar hallen i två planer. Även innebandyskolan och flickor födda 2017-2020 kommer ha en gemensam träningstid. Håll utkik på vår hemsida <https://www.laget.se/ifkhjo> för att se när vi startar upp årets säsong. På hemsidan finns också information om träningstider, medlemsavgift och aktivitetsavgift. Utöver detta har vi en familjetid/AW på fredagskvällar dit man kan komma tillsammans med sitt/sina barn och spontanspela innebandy. Observera att medföljande spelande vuxen är ett krav på familjetiden.

För att kunna genomföra vår plan med innebandyskolan och flickor födda 2017-2020 behöver vi hjälp. Även 2018-2019 tar tacksamt emot hjälp. Vill du hjälpa till som ledare och få fler barn att testa på innebandy är du mer än välkommen att kontakta oss.

Aktör: IFK Hjo Innebandy

När: Oktober-mars

Var: Guldkrokshallen, B-hallen

Kostnad: Medlemskap i IFK Hjo samt aktivitetsavgift (se hemsida). Man betalar bara en medlemsavgift om man även spelar fotboll med IFK Hjo.

Kontakt: innebandy@ifkhjo.se

Kul Mix

Under lekfulla former upptäcker vi glädjen i rytmik, sång, och dans. För dig i förskoleklass.

Aktör: Hjo kommun genom Kulturskolan

Var: Kulturskolan, Skolgatan 10

Kostnad: 575 kr/termin

Kontakt: Besök vår hemsida så kan du läsa mer: www.hjokulturskola.se

Linedance

Studiecirkel där du får lära dig linedance!

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Nej

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301, gerdbjornell47@gmail.com



Foto: Hanna Nordlöf

Livingroom Hjo IF

Hos oss hittar du gym och gruppträning i olika former. Vi är stolta över att erbjuda ett brett utbud av barnträning inklusive barnjudo och Jiu Jitsu, samt ett stort utbud med pass för seniorer. Vi strävar efter att göra träning tillgänglig för alla och driver ideella projekt. Från att besöka äldreboenden till att samarbeta med skolor i Hjo, vi är här för att sprida hälsa och välbefinnande i hela samhället. Välkommen till Livingroom - där alla är välkomna att träna och må bra tillsammans!

Aktör: Livingroom

Var: Hamngatan 18

Kostnad: Engångskort, 10-kort och månads-kort. Läs mer på www.livingroomhjo.com

Kontakt: livingroom.hjo@gmail.com, 0503-101 08

Motionsgymnastik med Blikstorps AIK

Gymnastik och varierad träning tisdagar, torsdagar och söndagar, för alla åldrar.

Aktör: Blikstorps AIK

När: Tisdagar, torsdagar och söndagar kl. 17.00

Var: Folkets hus, Centralvägen 29 i Blikstorp

Kostnad: Medlemskap 200 kr/år

Kontakt: Carina Jonsson, 073-8420499

RÖRELSE & SPEL

Motionsgymnastik med Norra Fågelås

Välkommen på ledarledd motionsgymnastik!

Aktör: Norra Fågelås IF

När: Torsdagar kl.19.00-20.00

Var: Guldkroksskolan inomhus och Landbyvalen utomhus.

Kostnad: Medlemskap 250 kr/år

Kontakt: Christina Caseva, 0503-317 58, 070-6674104

Motocross och enduro

Hjo motorklubb är aktiva inom motocross och enduro. Enduro är klubbens huvudsport och den populära tävlingen kräfracet hålls årligen på gården Munkebo. Träningsspåret finns utanför Gate. Motocrossbana för knattar (upp till 65 cc) finns i vid klubbstugan som ligger i Källebo. Tillsammans med Carlsborgs MK finns även Garpabanan i Brevik som är en större crossbana.

Aktör: Hjo Motorklubb

Var: Klubbstuga/knattebana: Källebo, endurospår: Gate Binneberg, motocrossbana: Garpabanan Brevik Karlsborg.

Kostnad: Medlemskap familj: 500 kr, senior: 350 SEK, ungdom upp till 16 år: 250 SEK

Kontakt: Ordförande Thomas Lindblad, 070-8812080, lindblad.hjo@gmail.com.

Facebook: Hjo Motorklubb

Orientering - barn-/ungdomsträning

Välkommen att prova på orientering! För barn och ungdomar upp till 18 år, även vuxna och föräldrar är välkomna. Kontakta oss gärna innan och föranmäl dig. Slutet av mars till oktober har vi orienteringsträning, oftast på Högaliden. November till mitten av mars tränar vi styrketräning inomhus. Uppehåll under juli till mitten av augusti och under jul-

helgerna. Se även hemsidan: www.hbok.se

Aktör: Hjobygdens OK

När: Torsdagar kl.18.00-19.00

Var: Utomhus vid Högalidens fritidsområde och inomhus i Hammarnskolans idrottshall.

Kostnad: Medlemskap ungdom (tom 16 år) 150 kr/år, familj 600 kr/år.

Kontakt: Ann-Kristin Jansson, 073-0634403, ann-kristin.jansson@telia.com



Foto: Rebecca Martyn

Orientering - Naturpasset

Ge dig ut och leta kontroller när det passar dig. Fotoorientering i Hjo stad eller vanlig orientering vid Högalidens friluftsområde.

Aktör: Hjobygdens OK

När: Maj-september

Var: Hjo stad och Högaliden. Kartan finns att köpa hos Emils cykel och sport och i Kulturkvarteret.

Kostnad: 60 kr

Kontakt: Owe Törnroth, 070-6926777, owe.tornroth@outlook.com

Orientering - Pensionärsorientering

Hjobygdens OK samordnar resor till Pensionärsorientering (POL) som arrangeras runt om i Skaraborg, maj-oktober.

Aktör: Hjobygdens OK

Var: Olika platser i Skaraborg

Kostnad: Nej

Kontakt: Carl-Christian Schmitterlöw, cc.schmitterlow@gmail.com

RÖRELSE & SPEL

Promenera med Equmeniakyrkan

Promenera tillsammans med oss en gång i veckan!

Aktör: Equmeniakyrkan

Var: Start vid parkeringen i hamnen kl.9.30

Kostnad: Nej

Kontakt: Britta Gunnarsson, 072-3115507

Segling

Föreningen har ibland aktiviteter för barn och ungdomar och ordnar även nybörjarsegling för vuxna. Kontakta oss för mer information!

Aktör: Hjo Segelsällskap

Var: Hamnen i Hjo

Kostnad: Medlemskap 250 kr/år

Kontakt: Rolf Birgerson, 0503-132 62,
070-2215595, r.birgerson@hotmail.com



Foto: Hanna Nordlöf

Seniordans

Studiecirkel där du får lära dig seniordans!

Aktör: PRO och ABF

Var: Rödingen

Kostnad: Nej

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Stavgång med PRO

Vi möts upp utanför Rödingen och går en promenad tillsammans, på måndagar.

Aktör: PRO

Var: Utanför Rödingen

Kostnad: Nej

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

STC

Gym och gruppträningspass.

Aktör: STC Hjo

Var: Kvarngatan 9

Kostnad: Olika beroende på abonnemang

Kontakt: hjo.kvarng@stc.se,
<https://www.stc.se/gym/hjo>

Squaredans

Kom och dansa squaredans ihop! Ingen tidigare kunskap behövs.

Aktör: Hjo kommun

Var: Rödingen

Kostnad: Nej

Kontakt: Susanne Rydén, 0503-352 99,
susanne.ryden@hjo.se

Ta Form-Yoga

Tre olika typer av yoga erbjuds; rebyoga, postural yoga och postural hathayoga.

I passen ingår yogaövningar, stretchövningar, bindvävspåverkande tryckövningar, posturala övningar som aktiverar kroppens djupaste, stabiliserande hållningsmuskler och andnings- och avslappningsövningar. Träningen bidrar till att du kan arbeta bort spänningar i överbelastad, spänd muskulatur, förbättra din hållning, stabilisera och avlasta dina leder och öka din stresstålighet, kroppsmedvetenhet och rörelseförmåga. Övningarna utförs liggande, sittande och stående med hjälp av väggar, stolar, mjuka och hårda klossar och en rad andra redskap.

Fokus läggs på ett skonsamt och medvetet rörelseutförande, som anpassas efter deltagarnas förmåga. All utrustning kan lånas på plats. Föranmälan krävs.

Aktör: Ta Form i Hjo

Var: Hotell Bellevue, Bangatan 2

Kostnad: 160 kronor/gång alternativt terminsavgift 1450 kronor/10 gånger eller 1650 för 12 gånger

Kontakt: Christina Froh, 070 2118609,
taform@froh.se, hemsida froh.se/taform

RÖRELSE & SPEL

Tennis

Tennisträning för 6 år och uppåt. Vuxenkurser på olika nivåer. Antalet platser är begränsade i varje grupp.

Aktör: Hjo Tennisklubb

När: Måndag, onsdag och torsdag. Året runt med uppehåll på loven.

Var: Guldkrokshallen i Tennishallen inomhus och Parkbanorna i Stadsparken utomhus.

Kostnad: Medlems- och träningsavgifter

Kontakt: Martina Susi,
martinaj.tennis@hotmail.com eller
hjotennisklubb@gmail.com



Foto: Hanna Nordlöf

Träning på Rödingens mötesplats

På mötesplatsen Rödingen arrangeras det flera roliga och givande rörelseaktiviteter, t ex fall-förebyggande träning (Hjo faller ej), gympa, styrke- och balansövningar (Starkare Hjo) och yogainspirerande träning (Hjoga). Håll utkik på www.hjo.se, på anslagstavlan utanför Rödingen eller kontakta någon av seniorcoacherna för aktuell information.

Aktör: Hjo kommun

Var: Rödingens gympasal, Bangatan 15

Kostnad: Nej

Kontakt: Susanne Rydén, 0503-352 98,
susanne.ryden@hjo.se. Emelie Glad,
0503-352 99, emelie.glad@hjo.se

Ung i Hjo

David på Ung i Hjo är ungdomscoach med fokus på rörelse och ordnar aktiviteter med rörelse på olika sätt. Ibland i någon idrottshall, på gymmet eller utomhus. Har du någon idé om ett sätt att röra sig på är du mer än välkommen att höra av dig!

Aktör: Hjo kommun genom Ung i Hjo

När: Olika varje vecka, se våra sociala medier #ungihjo

Kostnad: Nej

Kontakt: David Fagg, 073-5752246,
david.fagg@hjo.se

Yoga - Harmoni/Yin

Prova olika sorters yoga: Harmoni/Yin - Den lugnaste av mina yogaformer. Vi mjukar upp kroppen och stannar extra länge i vissa positioner. Vi utför andningsövningar och meditation. Stretch - Mjuk yoga där stående, sittande och liggande övningar utförs i ett flöde. Innehåller solhålsningar och kortare meditationer.

Aktör: Ateljé Rödluvan, massage och yoga

Var: Ateljé Rödluvan, Tunnbindaregränd 3

Kostnad: 1650 kr/termin (10 ggr). Lugn morgonyoga vissa lördagar 160 kr per tillfälle. Se bokadirekt.se för att se vilka lördagar och boka.

Kontakt: Ann-Louise Hummelblad,
070-4853081, rodluvan@telia.com

TRÄFFAS

Badhyttsbastun

Badhyttsbastun vid Guldkroksbadet är öppen för allmänheten på måndagar och onsdagar. Välkommen att basta och kanske ta ett dopp i Vättern! Bastun går även att boka om du vill ha en egen tid och det görs via Hjo kommuns bokningssystem Rbok: hjo.rbok.se.

Aktör: Hjo kommun

Var: Stranden vid Guldkroksbadet

När: Måndagar kl.17-19 och onsdagar kl.13-15.

Tiderna kan ändras.

Kostnad: Gratis på allmänhetens tider, 201 kr/timme vid privat bokning.

Kontakt: Bokalokal@hjo.se



Foto: Pauline Nolegård

Basta

Basta tillsammans på fredagar!

Aktör: Svärtans badhusförening

Var: Svärtans nöjesrestaurang

Kostnad: 30 kr/tillfälle

Kontakt: Gurka_65@hotmail.com, 070-6156585

Familjecentralen Arken öppen förskola

Välkommen till Öppna förskolan som är en mötesplats där du som förälder kan träffa andra föräldrar och barnen kan leka. Du ansvarar för ditt barn och deltar själv i verksamheten. Aktiviteterna kan vara sångstund, göra mellis, skapande i ateljén, sagostund, eller utelek på bakgården. Här finns kaffe, te, frukt och smörgås att köpa till självkostnadspris.

Aktör: Hjo kommun genom Familjecentralen Arken

När: Måndagar 13-16 för 0-6 år

Tisdagar 9-12 babycafe för 0-1 år

Torsdagar 9-12 & 14-16 för 0-6 år

Var: Karlsborgsvägen 4

Kostnad: Nej. Kostnad för mellanmål/kaffe mm kan tillkomma till självkostnadspris.

Kontakt: 0503-350 87, se vår Facebooksida för uppdaterad information:

www.facebook.com/familjecentralenarken

Fredagshäng

Fredagshäng är för dig som går i årskurs 7 och uppåt. Det bjuds på lek, spel, prat, häng, fika, andakt och mycket mer.

Aktör: Ekumeniakyrkan Hjo och Pingstkyrkan Hjo

När: Vi träffas varannan fredag kl.19.00-21.00

Var: Pingstkyrkan

Kostnad: Nej

Kontakt: Jacob Rundqvist, 073-8009415 eller Veronica Åsebrant, 0739-090785

Fritidsgår'n

För ungdomar i årskurs 6 och uppåt.

Vi har en liten aktivitet, umgås runt både pingis- och fikabord och avslutar kvällen med en andakt.

Aktör: Betaniaförsamlingen Norra Fågelås

När: Fredagar kl.19.00-22.00

Var: Betaniaförsamlingen Norra Fågelås, Linde-ryd Betania 1

Kostnad: Fika/kiosk till självkostnadspris

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

TRÄFFAS

Fritidsgården Missveden

Fritidsgården i Missveden är en friluftss- och lägergård som tillhör Equmeniakyrkan Hjo och Equmenia Hjo (kyrkans barn- och ungdomsorganisation). Vi vill genom gården ge människor i alla åldrar möjlighet att vara i Guds skapelse - att leka, skapa och lära, och uppleva glädjen i att vara tillsammans. Vi vill också att gården ska fungera som reträttplats med rum för stillhet och bön.

Aktör: Equmeniakyrkan Hjo

När: Varje dag

Var: Fritidsgården ligger i byn Missveden, cirka 4 km väster om Hjo, på väg mot Korsberga.

Kostnad: Nej

Kontakt: Anders Jespersen, 070-2792094

Gemenskap på Rödingens mötesplats

På mötesplatsen Rödingen arrangeras det flera roliga och givande aktiviteter, exempelvis föredrag och Bingokvällar. Håll utkik på www.hjo.se, på anslagstavlan utanför Rödingen eller kontakta någon av seniorcoacherna för aktuell information.

Aktör: Hjo kommun

När: Olika dagar under veckan

Var: Rödingen, Bangatan 15

Kostnad: Nej. Dock kan kostnad för fika/mat tillkomma till självkostnadspris.

Kontakt: Emelie Glad, emelie.glad@hjo.se, 0503-352 99, Jenni Andersson, jennie.andersson@hjo.se, 0503-353 57 eller 0503-352 98.

Hjo Segelsällskap

Seniorträffar på onsdagsförmiddagar där vi träffas, pratar, fixar med båtarna, fikar mm.

Man kan även delta på träningar, arrangemang, seglarskola mm.

Aktör: Hjo segelsällskap

Var: Hamnen i Hjo

Kostnad: Medlemskap 250 kr/år

Kontakt: Rolf Birgersson, 070-2215595, r.birgersson@hotmail.com



Foto: Hanna Nordlöf

JoD

En barngrupp för tjejer och killar från åk 2 upp till 12 år. Vi har olika aktiviteter som spännande tävlingar, pyssel, lekar, utflykter och bibelberättelser.

Aktör: Pingstkyrkan Hjo

När: Onsdagar kl.18.00

Var: Olika

Kostnad: Nej

Kontakt: Anna-Lena Martinsson, 070-8851824

Mötesplatsen

Vi äter kvällsmat tillsammans, umgås, leker en lek, samlas till andakt och avslutar med fika.

En samling öppen för alla, som vi hoppas ska passa alla åldrar!

Aktör: Betanieförsamlingen Norra Fågelås

När: En lördag i månaden, från kl.18.00

Var: Betanieförsamlingen Norra Fågelås, Linderyd Betania 1

Kostnad: Mat till självkostnadspris

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

TRÄFFAS

Mötesplats Kupan

Träffas och umgås.

Aktör: Röda korset

Var: Stadsparken

Kostnad: Nej

Kontakt: Gunilla Bergbom, 076-8010441,
gunillabergbom@gmail.com

Resa



Följ med på bilresor till olika ställen!

Aktör: PRO

Var: Samling Rödingen

Kostnad: 100-150 kr utöver medlemskap i PRO.

Kontakt: Gerd Björnell, 070-3236301,
gerdbjornell47@gmail.com

Sociala aktiviteter i Fridene-Blikstorp

Diverse sociala aktiviteter såsom grillkvällar, bingopromenader, vin- och chokladprovningar, Valborgsmäsofirande mm. Se information löpande på Facebook och fbs.blikstorp.se

Aktör: Fridene-Blikstorps samhällsförening

Var: Fridene och Blikstorp

Kostnad: Medlem, 30 kr

Kontakt: Elina Salmi, 070 263 80 04,
ordforande@fbs.blikstorp.se

Stor & liten



Öppen förskola hos kyrkan med sångstund, pyssel och fika.

Aktör: Svenska kyrkan Hjo

När: Onsdagar och fredagar kl.9.00-11.00

Var: Hjo församlingshem

För vem: Barn med vuxen

Kontakt: Anna Jepsen,
anna.a.jepsen@svenskakyrkan.se

Torsdagsträffen



För barn från 1-6 årskurs 1-6. Vi har olika aktiviteter varje gång, allt från lekar, spel, bak och pyssel till utflykter och hajk. Vi avslutar varje torsdagsträff med en andakt.

Aktör: Betanieförsamlingen Norra Fågelås

När: Torsdagar kl.18.00-19.30

Var: Betanieförsamlingen Norra Fågelås, Linderyd Betania 1

Kostnad: Nej

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

Ung i Hjo



Vi som arbetar med Ung i Hjo är ungdomscoacher och vårt mål är att barn och ungdomar i Hjo ska ha en meningsfull fritid. Vi finns bl a på Mötesplats Stationen där vi arbetar med dropin-verksamhet och grupper men också på andra platser som idrottshallar, Kulturkvartret, ute på resor och runt om i stan. Ibland har vi även rastaktivitet på skolan. Hos oss är det ungdomarna som påverkar vad som ska hända, vi vill lyfta och coacha ungdomarna att genomföra sina egna idéer = ungdomsproducerad verksamhet. Allt från LAN, innebandyturneringar, konserter osv. Finns det en bra och rolig idé ska man inte tveka att prata med oss!

Aktör: Hjo kommun genom Ung i Hjo

Var: Olika

Kostnad: Nej

Kontakt: Följ oss på Snapchat, Instagram och Facebook.

E-post: hanna.johansson@hjo.se och david.fagg@hjo.se

Telefon: 073-5752246 (David)

070-3443386 (Hanna)



Öppen förskola hos Betania



För barn upp till 6 år med förälder eller annan vuxen. Vi fikar, leker tar en promenad ibland och har en liten sångsamling.

Aktör: Betanieförsamlingen Norra Fågelås

När: Varannan onsdag kl.10.00-12.00

Var: Betanieförsamlingen Norra Fågelås, Linderyd Betania 1

Kostnad: Nej

Kontakt: kontakt@betaniafagelas.se. Se hemsida för aktuell info: www.betaniafagelas.se eller på våra sociala medier.

FLER TIPS

Volontärverksamhet

Alla behövs

Verksamheten i en ideell förening grundar sig i att medlemmarna hjälper till utan att få någon ekonomisk ersättning. Istället får man uppleva gemenskap, tillhörighet, möjlighet att påverka och att lära sig saker (för att bara nämna en bråkdel). Det går att höra av sig till vilken förening eller organisation som helst i den här katalogen och anmäla sitt intresse för att hjälpa till. Kanske som ledare, tränare, funktionär vid arrangemang, materialförvaltare, baka eller sälja fika, styrelseledamot eller skriva på hemsidan. Det finns en plats och en roll för alla!

Bli frivillig/volontär

Hjo kommun har en egen Frivilligverksamhet där de frivilliga bland annat besöker äldreboenden, gör hembesök, bedriver Bingo och kulturcafékvällar. Är du intresserad av att bli volontär för Hjo kommun kan du höra av dig till kommunens Frivilligsamordnare.

Aktör: Hjo kommun

Var: Rödingen, Bangatan 15

Kostnad: Nej

Kontakt: Emelie Glad, emelie.glad@hjo.se, 0503-352 99

Korsberga IF:s Supporterklubb

En grupp som kallar sig för Supporterklubben där man är med och supportar med det man kan och vill. Vi arrangerar julmarknad och bakluckeloppis och träffas en gång per månad och pratar, fikar, gör underhållsarbete av lokaler, dokumenterar föreningens historia mm. Även bemanning kiosk vid matcher/cuper.

Aktör: Korsberga IF

Var: Kullaborgsvägen 1

Kostnad: Medlemskap 200 kr/år

Kontakt: Mait Karlsson, 070-8379489, mait.karlsson97@hotmail.se

Svenska kyrkan

Välkommen att vara en del av det ideella arbete som pågår i Hjo pastorats olika verksamheter. Hör av dig till diakon Sabine Bjaaland för mer information. Kanske finns det något som skulle passa just dig!

Aktör: Svenska kyrkan

Kostnad: Nej

Kontakt: Sabine Bjaaland, 0503-323 90, sabine.bjaaland@svenskakyrkan.se

Sällskapet S/S Trafiks vänner

Hjälpa till med skötsel och drift av båten t ex caféteria, eldning och turer.

Aktör: Sällskapet S/S Trafiks vänner

Var: Hjo hamn

Kostnad: Medlemskap 200 kr/år

Kontakt: Rolf Birgerson, 070-2215595, r.birgerson@hotmail.com

Andra aktiviteter

Aktivitetsrundan

Längs med motionsspåret vid Sanna friluftsområde hittar du Aktivitetsrundan. Rundan är 1,2 km lång och bjuder på 12 skyltar med förslag på rörelser för olika nivåer.

Aktör: Hjo kommun

Var: Lättast är att hitta spåret från Mastvägen.

Kostnad: Nej

Kontakt: Hjo kontaktcenter, 0503-350 00, kommunen@hjo.se

Boule på Folkhögskolan

Utomhusbana för boulespel.

Aktör: Hjo Folkhögskola

Var: Lundbyvägen 12

Kostnad: Nej

Kontakt: www.folkhogskolan.com, växel: 0503-323 00

Gudstjänster/konserter i Hjo pastorat

Varmt välkommen till alla våra olika kyrkor i pastoratet!

Aktör: Svenska kyrkan

Var: Olika platser

Kontakt: Pastorsexpeditionen, 0503-323 80.

För mer info se kalendern på vår hemsida www.svenskakyrkan.se/hjo

FLER TIPS

Hälsoslingor

Det finns två Hälsoslingor: Hälsoslingan Norra (3 km) och Hälsoslingan Södra (2,5 km). Längs med dem löper en digital frågesport som du deltar i genom att scanna QR-koder med mobilen.

Aktör: Hjo kommun

När: Alltid tillgängligt, frågorna byts ut varje vecka.

Var: Du kan "hoppa på" slingorna var som helst längs med dem. Exempelvis vid Rödingen, Karlsborgsvägen, södra strandpromenaden eller utanför Guld krokshallen. Se karta på www.hjo.se.

Kostnad: Nej

Kontakt: Hjo kontaktcenter, 0503-350 00, kommunen@hjo.se



Foto: Rebecca Martyn

Högalidens friluftsområde

Vid Högalidens friluftsområde, ca 6 km väster om Hjo, finns motionsspår, cykel- och vandringsleder, MTB arena, Högalidens Discgolf-park, vindskydd, grillplatser, utomhusgym, hinderbana, lekplats och Mullespår.

Aktör: Hjo kommun

Var: Högalidens friluftsområde

Kostnad: Nej

Kontakt: Hjo kontaktcenter, 0503-350 00, kommunen@hjo.se

Kulturkvarteret

I Kulturkvarteret finns bibliotek, utställningar, turistinformation och butik med utvalda Hjo-produkter. Förutom böcker, filmer och tidningar går det även att låna sällskapsspel och tv-spel. I barnhörnan finns sittpuffar och mjukisdjur för en mysig lässtund. Biblioteket har även ett sinnesrum med olika leksaker och material att titta, lyssna, känna och interagera med. På Kulturtorget kan du som studerar eller arbetar på distans sitta bekvämt och koppla upp dig på Kulturkvarterets wifi.

Året runt erbjuds olika konstutställningar.

Aktör: Hjo kommun

När: Året runt

Var: Kulturkvarteret, Bangatan 1B

Kostnad: Nej

Kontakt: Visit Hjo, 0503-35255, visithjo@hjo.se

Lovaktiviteter



Under skolloven sammanställer Hjo kommun tips på aktiviteter på visithjo.se - Lovaktiviteter.

Aktör: Olika

Kontakt: Visit Hjo, 0503-35255, visithjo@hjo.se

Mullespår

Vid Sigghusbergsskogen och på Högalidens friluftsområde finns Mullespår som består av 10 skyltar med frågor, utmaningar eller tips på saker att göra i naturen. Skyltarnas innehåll byts ut två-tre gånger per år.

Aktör: Friluftsfrämjandet Hjo

Var: Högalidens friluftsområde och Sigghusbergsskogen/Brukshundsklubben

Kostnad: Ingen

Kontakt: Maria Liabäck, 073-7122729, maria.liaback@friluftsframjandet.se



Foto: Hanna Nordlöf

FLER TIPS

Orientering - Veckans bana

Under vår och höst finns Veckans bana på Högaliden. Det är orientering som finns tillgänglig dygnet runt och banorna byts ut varje vecka. Kartorna finns i brevlådorna på spåravlan vid klubbstugan.

Aktör: Hjobygdens OK

Var: Högalidens friluftsområde

Kostnad: Nej

Kontakt: Carl-Christian Schmitterlöv,
cc.schmitterlow@gmail.com

Padel på Hjo Padel

Välkommen till Hjo padel som har öppet kl.05-24 för spel alla dagar i veckan.

Aktör: Hjo Padel

Var: Hjo Padel, Gjutarvägen 6

Kostnad: Från 200 kr/timme

Kontakt: Niclas Adolfsson, 073-0606381,
info@hjopadel.se

Padel på Folkhögskolan

Utomhusbana för padelspel. Mer info och bokning via www.matchi.se, ange anläggning Hjo folkhögskola padel

Aktör: Hjo Folkhögskola

Var: Lundbyvägen 12

Kostnad: Varierar

Kontakt: www.folkhogskolan.com, växel:
0503-323 00

Parasport school

Varje höst arrangerar Hjo kommun i samarbete med föreningar Parasport school. Under 9 veckor får du som har någon funktionsnedsättning chansen att prova på olika aktiviteter.

Aktör: Hjo kommun och föreningar

När: Oktober-december, Anmälan öppen juni-september.

Kostnad: Ingen

Kontakt: Hanna Nordlöf, 0503-354 57,
hanna.nordlof@hjo.se

Senior sport school

Varje höst arrangerar Hjo kommun i samarbete med föreningar och andra aktörer i Hjo Seniors sport school. Under 8-9 veckor får du som är 65+ chansen att prova på olika aktiviteter och delta på teoretiska träffar med hälsa som gemensamt tema.

Aktör: Hjo kommun

När: September-november. Anmälan öppen augusti-september.

Kostnad: 400 kr

Kontakt: Emelie Glad, 0503-352 99,
emelie.glad@hjo.se

Skaparlåda

När som helst när Kulturkvarteret är öppet går det att låna en Skaparlåda att pyssla med inne på biblioteket eller på Kulturtorget. Välj mellan: kompisbandslåda, maxipärllåda, modeller, kort/scrapbooking, leklera, pyssel med flirtkulor och piprensare, pärla halsband, sticklåda, ulltovningslåda, pyssellåda för de minsta, pärlplattelåda eller rit- och målarlåda. Lådorna passar både barn och vuxna och du lånar enkelt i receptionen med ditt lånekort.

Aktör: Hjo kommun

När: Under Kulturkvarterets öppettider

Var: Kulturkvarteret, Bangatan 1B

Kostnad: Nej

Kontakt: Sanela Vrbos Moslavac,
sanela.vrbos@hjo.se



Foto: Hanna Nordlöf

FLER TIPS

Stadsvandring för barn

Ge dig ut på en interaktiv vandring genom Hjo. Under turen får du svara på frågor och på så vis lära dig mer om trästaden Hjo. Under vandringen får du mäta, räkna och leta efter saker för att svara på alla frågor. Hämta din ryggsäck på Hjo Turistinformation. Lämna in dina svar och få en överraskning.

Aktör: Hjo kommun genom Visit Hjo

Var: Kulturkvarteret, Bangatan 1 B

Kostnad: 50 kr

Kontakt: Visit Hjo, www.visithjo.se, 0503-352 55, visithjo@hjo.se



Stadsvandring på egen hand

Ladda ner appen TRETRÄSTÄDER och gå en vandring genom den prisbelönta trästaden. I behagligt tempo får du chans att på egen hand lära dig om stadens historia och dess byggnader.

Aktör: Hjo kommun genom Visit Hjo

Var: Första stoppet är vid Ånabacken

Kostnad: Att ladda ned appen är gratis, (finns på GooglePlay-butiken och App store)

Kontakt: Visit Hjo, www.visithjo.se, 0503-352 55, visithjo@hjo.se

Tennis

I Hjo kan du spela tennis året runt. Inomhus i Hjo tennishall som har två hard courtbanor och utomhus (maj-september) på grusbanorna i Stadsparken. Boka tid via Hjo kommuns bokningssystem Rbok: hjo.rbok.se

Aktör: Hjo kommun

Var: Hjo tennishall: Idrottsgatan 7, utomhusbanorna: Hjo Stadspark

Kostnad: Från 101 kr/timme

Kontakt: Hjo kontaktcenter, 0503-350 00, kommunen@hjo.se

Utomhusgym

I Hjo finns fyra utomhusgym som är tillgängliga dygnet runt: i Hjo Stadspark, i Korsberga (vid skolan), i Gate (vid Gate samlingsal) och vid Högalidens friluftsområde.

Aktör: Hjo kommun

Var: Hjo Stadspark, Korsberga, Gate och Högalidens friluftsområde

Kostnad: Nej

Kontakt: Hjo kontaktcenter, 0503-350 00, kommunen@hjo.se



FLER TIPS

Tips på användbara kontakter

Anhöriglinjen: tel. 0200-239 500
Stödtelefon för dig som behöver råd och stöd i din roll som anhörig.

Att hålla sig i form som senior
(Vårdguiden 1177): <https://www.1177.se>, klicka dig fram via Liv och hälsa > Fysisk aktivitet och träning > Att hålla sig i form som senior
Text som riktar sig till den som är äldre (70 år och uppåt) och som vill vara fysiskt aktiv för att behålla sin styrka och rörlighet eller för att må bättre. Innehåller även bildspel och filmer med konkreta tips och instruktioner.

BRIS, Barnens rätt i samhället:
Stödlinjer för barn och för vuxna om barn. tel 116 111 för barn och 077-150 50 50 för vuxna. Det går även att chatta och sms:a. Hemsida: <https://www.bris.se/>

Digitalhjälpen (post- och telestyrelsen): <https://www.pts.se/sv/digitalhjalpen>
En sida med vägledning och tips som hjälper seniorer att förstå och använda digitala tjänster och verktyg.

Jourhavande kompis: Du som är 25 år eller yngre kan chatta gratis och anonymt med en annan ung person om du behöver prata med någon. Hemsida: <https://www.rkuf.se/fa-stod/jourhavande-kompis/>

Jourhavande präst: tel 112 och fråga efter Jourhavande präst. Akut samtals- och krisstöd. En del av Svenska kyrkans själavård. Öppet mellan kl.21-6 alla dagar i veckan.

Lär dig surfa steg för steg (Anhörigas riksförbund): <https://anorigasriksforbund.se/alla-kan-surfa/>
Studiematerial om att lära sig surfa, framtaget i samarbete mellan Demensförbundet, Studieförbundet Vuxenskolan och Myndigheten för delaktighet

Mind Äldrelinjen: tel 020-22 22 33
Medmänskligt stöd och någon som lyssnar, öppet kl. 8-19 måndag-torsdag.

Nationellt kompetenscentrum anhöriga (NKA): <https://anoriga.se/navigationskurs>. Anhörigstödshemsida där du b.l.a. kan klicka dig vidare till "Navigeringskurs om demens för anhöriga" som innehåller föreläsningar och konkreta råd till dig som är anhörig till någon med demenssjukdom.

Nätvandrarchatten: <https://kyrkanssos.se/hitta-hjalp/natvandrarchatten/>
Anonym stödchatt för alla mellan 12-25 år, där man får prata om precis vad man vill, från småprat med en närvarande vuxen som lyssnar, till att berätta om det man inte vågar säga till någon annan. Här hittar du även **Regnbågslinjen**, som är för alla åldrar och där man anonymt kan prata om tankar och funderingar kring könsidentitet, sexuell läggning och annat kring hbtqia+

Ringkontakten (Hjo kommun):
tel 0503-352 99, ring detta nummer för att komma till frivilligsamordnaren som noterar ditt intresse. Sedan ringer en volontär upp dig mellan kl.9-10 på helgfria vardagar. Kostnadsfritt!

Rödingens anslagstavla
Håll utkik efter fler aktiviteter som arrangeras, på anslagstavlan på Rödingen.

Socialtjänsten Hjo kommun:
tel 0503-350 00, på kvällar, nätter och helger kan du kontakta socialjouren på telefonnummer 0500-49 74 21 eller 0500-49 74 22.

UMO, ungdomsrådgivning: UMO finns för dig som är mellan 13 och 25 år. Där finns t ex kunskap och tips om kroppen, relationer, alkohol/droger och självkänsla.
Hemsida: <https://www.umo.se/>

AKTIVITETSKATALOGEN

Här har vi samlat ett brett utbud av saker att göra i Hjo! Förhoppningsvis kan alla som vill hitta något av intresse. Varmt välkommen att ta del av Hjos fantastiska aktivitetsutbud hösten 2026 till våren 2027!



HJO