

**Hej på Er alla fina SPF vänner!**

**Varmt välkomna till go gemenskap!**

Nu börjar höstterminen med många möjligheter för trivsamma stunder i vår seniorförening. Den sjätte september hade vi första styrelsemötet efter sommaruppehållet. Det är en förmån att ha kunniga, trevliga och engagerade styrelsevänner att jobba med. Vi hade ett extra långt styrelsemöte där vi diskuterade utvecklingsarbete för att på bra sätt kunna förena nytta och nöje för Er medlemmar.

Onsdagen den sjunde september var det sista Timmeledansen för i år, det blev en varm o go kväll med Cedrix som bjöd på härlig dansmusik. I pausen bjöds på kaffe och mycket goda smörgåsar som fixartjejerna fick mycket beröm för. Ove Gustafson har under många år varit vår "Dansgeneral" och i sitt stall haft 20 härliga SPF'are. De och Ove är alla värda många tack för att de gjort dessa kvällar möjliga.

Mellan den 12 – 13 september är kryssningen mellan Köpenhamn och Oslo. Detta är en trevlig och prisvärd utflykt där biljetterna såldes slut fort. Lycka till på färden önskas våra resenärer. Det ska bli kul att läsa om er reseberättelse på hemsidan och i UT.

**Nästa månadsträff är på Församlingsgården onsdagen den 14 september kl. 15.00**

**Hjärtligt välkomna!**

Där får vi träffa Johan Falk som ska berätta om Världscupen i skidor som äger rum i Ulricehamn i slutet av januari.

Vi får även veta mera om Nybörjarkursen i Bridge som ska börja den 27 september på Vuxenskolan och mycket annat intressant.

**Lunchträffen** blir den 20 september på Kök 1 i Järniahuset kl. 13.30. Anmälan gör man genom hemsidan eller slå en signal till Siv Andersson 0321-203 00.

Till denna träff är också nya medlemmar inbjudna. Efter lunchen får vi tillgång till "Järniahusets" hörsal och där kan vi berätta mera om SPF Seniorerna Bogesund. Nu önskar jag om er hjälp att komma i kontakt med presumtiva medlemmar; tacksam för tips så kan jag ringa upp dem och bjuda in på lunchträffen. 0321-359 68, 070-673 37 56

## Folkhälsoveckan är vecka 40, 3 – 9 oktober

Tisdagen den fjärde oktober är Ni välkomna till Folkets Hus mellan kl. 13.00 – 16.00. Där bjuds vi på en intressant eftermiddag med program inriktat mot seniorer i vår kommun. På programmet:

Att åldras med Livskvalité - Hanna Falk, Assistant Professor, Sahlgrenska Academy

Hitta pärlor i vardagen - Gunilla Dahlgren, föreläsare och författare av "Lilla fruntimret".  
Gunilla föreläser om hur vi mår, om manligt och kvinnligt, om konsten att se det roliga i det tråkiga.

**Denna tisdagseftermiddag är det kostnadsfritt, men biljetter krävs för att komma in.**

**Biljetter finns att hämta på vår månadsträff den 14 september och hos övriga SPF föreningar, se ytterligare info i föreningsnytt och på vår hemsida.**

Önskar er alla en god helg, vilket det blir på resande fot, i svampskogen eller i favoritfåtöljen med en bra bok.

Glada SPF hälsningar

Ulla Zander/ordförande

