

Veckoaktiviteter Dag-för-Dag

Kontakta respektive kontaktperson för mer information eller för att anmäla ditt intresse för att delta. Medlemskap i Havsvinden är en förutsättning för deltagande.

Måndagar

Läslustan* Gärdskan kl 10.00 – ca 11.30 jämna veckor. Vi berättar och pratar om valfria böcker vi läst (eller lyssnat på). Varierande litteratur.

Kontakt Carl Nordh 0708-85 68 40, nordhcarl@gmail.com

Linedance* Rotundan i Åhusparken ca april-oktober sedan på Gärdskan under vintern. Tid 10 - 12. Till musik från nätet dansar vi olika danser baserade på Linedance steg. Det är lätt att komma igång. Inte pardans.

Kontakt Carl Palmehag 0708 77 96 38, carl@palmehag.se

Boule Åhusparken kl 13.30 – ca 15.30. Spelgrupperna lottas varje spel så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära. Magnetpinne kan köpas för att plocka upp klot.

Kontakt Joon Albrektsson 0768-14 59 82 – ring eller skicka SMS

Målning – akvarell, akryl eller olja. Gärdskan kl 13.30 – 16,30. Självlärd, utbildad eller nybörjare – inga krav. Vi målar för egen glädje, meditation och tipsar varandra.

Kontakt Eva Nilsson 0733 44 78 29, enilsson784@gmail.com

Tisdagar

Vattengymnastik Furuboda kl 08.15 - 09.00 samt kl 09.15 - 10.00. Vattnet blir både motstånd och kudde. Tränar till musik. Förbättrar rörlighet och blodcirkulation.

Kontakt Kerstin Wijk 0701-49 78 15, hek.wijk@hotmail.com

Engelsk konversation* Gärdskan kl 10 – 12 samt 13 - 15. Utveckla din vardags-engelska – framför allt vanan att prata. Vi läser och pratar om engelskspråkiga länder, lokala engelska tidningsartiklar varvat med skämt och mycket mer.

Kontakt Barbro Lundahl 0730 60 10 13, barbro.lundahl-m@outlook.com

Golf Kristianstad Golfklubb, bokade tider så länge båda banorna är öppna. Därefter bollränna på Västra med samling en bestämd tid och lottade bollar.

Kontakt Sven Mårtensson 0739 87 17 70, havsvindengolf@outlook.com

Bridge Gärdskan samling kl 12.15. Bridgen spel 12.30 - ca 17. Utveckla/bevara logiskt och taktiskt tänkande. Bridgemate används så SBF medlemskap krävs.

Kontakt Bo Larsson 0705 11 20 07, larssonbo6@gmail.com

Boule Åhusparken kl 13.30 – ca 15.30. Spelgrupperna lottas varje spel så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära. Magnetpinne kan köpas för att plocka upp klot.

Kontakt Joon Albrektsson 0768 14 59 82 – ring eller skicka SMS

Handarbetsgruppen Gärdskan kl 14 - 16 ojämna veckor. Vi inspirerar varandra att sticka, virka och brodera efter eget val. Samtalen blir många och trevliga.

Kontakt Britt-Marie Svensson 0709 23 40 78

Qi Gong* Gärdskan kl 17 - 18. Kinesiska avslappningsövningar till kinesisk körmusik.

Inga spec. konditions- eller rörlighetskrav. Du lär dig lätt våra rörelser.
Kontakt Gudrun Karlsson 0708-98 29 16, alfogudrun@gmail.com

Onsdagar

Vattengymnastik Furuboda kl 08.15 - 09.00 samt 09,00 – 09,55. Vattnet blir både motstånd och kudde. Tränar till musik. Förbättrar rörlighet och blodcirkulation.
Kontakt Kerstin Wijk 0701-49 78 15, hek.wijk@hotmail.com

Sånggruppen* Gärdskan kl 10.00 - ca 12.15. Det viktigaste här är att få glädje av sång. Musikstöd med synt och gitarr. Inget krav att kunna läsa noter.
Kontakt Anders Sigfridsson 0733-30 75 89, anderssigfridsson3@gmail.com

Akvarellmålning* Aoseum Åhus kl 10 - 12. Självlärd eller utbildad – inga formella krav. Vi målar för egen glädje och meditation. Inspirerar och tipsar varandra.
Kontakt Kerstin Wergeni Wasberg 0703-30 46 14, kerstin@wergeni-wasberg.se

Canasta Gärdskan kl 13.00 – ca 16. Vi lottar spel-paren varje gång så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära sig. Spelet roar men så även lite småprat runt bordet.
Kontakt Gunnel Olsson 0738-04 41 32, gunnelo.ahus@gmail.com

Torsdagar

Canasta Gärdskan kl 09.15 - 12.00. Vi lottar spel-paren varje gång så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära sig. Spelet roar men så även lite småprat runt bordet.
Kontakt Carin Nordqvist 0708-22 11 76, nordqvist.carin@gmail.com

Seniorträning Åhus Träningscenter (för Havsvinden) kl 10,15– ca 11,00. Grupp-träning med fokus på styrka, balans och rörlighet med eller utan redskap enligt eget val och förmåga. Träning till musik. Leds av en personlig tränare.
Vårtermin: 18 jan – 25 april dvs 15 tillfälle. Kostnad 700 kr (oförändrat pris/tillfälle).
Minst 15, max 25 deltagare. Anmälan görs genom betalning på plats hos ÅTC.
Kontakt: Åhus Träningscenter telefon 044 28 93 89

Vandring ca 3,5 km i Kronoskogen. Samling kl 09.30 vid Åhusgården. Åter ca kl 11.15. Lugnt tempo. Delvis kuperad terräng. Medhavd fika intas vid Snickarhaken.
Kontakt Joon Albrektsson 0768-14 59 82 – ring eller skicka SMS

Boule Åhusparken kl 13.30 – ca 15.30. Spelgrupperna lottas varje spel så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära. Magnetpinne kan köpas för att plocka upp klot.
Kontakt Joon Albrektsson 0768-14 59 82 – ring eller skicka SMS

Fredagar

Vandring ca 10 km. Samling vid ST1 kl 09.00 för samåkning. Åter ca kl 13. Åker till platser i närområdet för olika naturupplevelser. Kuperad terräng. Medhavd fika.
Kontakt Lennart Olsson 0738-04 41 69, lennarto.ahus@gmail.com.

Bowling Åhus Bowling (för Havsvinden) kl 11.00-12.30 och kl 13,00-14,30. Vi har roligt tillsammans; klot i sidorännan eller strike det kvittar. I lugnt tempo spelar vi 4 serier om 2pers/bana eller 3 serier om 3 pers/bana. ÅB fördelar banor efterhand som vi kommer - i

par eller ensamma. Kostnad: 90kr/person och speltillfälle, betalas direkt till Åhus Bowling när man kommer för att spela. Klot och skor ingår i avgiften.

Kontakt: Åhus Bowling 044 24 00 12, info@ahusbowling.se

Bridge Gärdskan kl 13 - 17. Trevligt sätt att umgås och träffas. Logiskt och taktiskt tänkande. Viss baskunskap från tidigare behövs. Standardprotokoll används.

Kontakt Bo Larsson 0705 11 20 07, larssonbo6@gmail.com

Söndagar

Sällskapsspel kl 14-16 (jämna veckor) i Flakets gemensamhetslokal på Järnvägsgatan 4. Vi provar olika sällskapsspel som gruppen gemensamt väljer. Ett roligt umgänge som ger träning både i strategiskt tänkande och alert minne. Vi är ca 8 deltagare i gruppen och välkomnar gärna fler.

Kontakt: Joon Albrektsson 0768 14 59 82 – ring eller skicka SMS

Olika dagar

Konstgruppen besöker tillsammans olika konstutställningar, gallerier osv främst i närområdet. Kan även tillsammans välja samåkning för besök lite längre bort. Upplägg och innehåll bestämmer gruppen tillsammans.

När: några gånger per termin – beroende på utställningsdatum

Kontakt: Jan Seebass mobil 0708 23 71 18, janseebass@gmail.com alternativt Joon Albrektsson mobil 0768 14 59 82.

Havsvinden har ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan för aktiviteter som klassas som folkbildning. Havsvinden registrerar våra deltagare i de aktiviteter som görs i samarbete med SV i deras system. Syftet med registreringen är att förebygga bidragsfusk. Detta är i enlighet med de statliga reglerna för folkbildningsstöd. Respektive cirkelledare ansvarar för att inhämta och förvara deltagarnas skriftliga medgivande för registreringen.



SPF Mötesförsäkring

Samtliga medlemmar omfattas av SPF Seniorernas mötesförsäkring vid olycksfall i samband med aktiviteter anordnade av förening, distrikt eller förbund. Den gäller även under den direkta färden till/från mötet. Mötesförsäkringen betalas av förbundet och ingår i medlemsavgiften. Läs mer på:

<https://www.spfseniorerna.se/formaner/forsakringar/skandia/>

https://skandia.shop.strd.se/ftp/pdf_folder/15496.pdf

Studieförbundet Vuxenskolan - Försäkring för Olycksfall

Försäkringen omfattar Studieförbundet Vuxenskolas cirkelledare, deltagare i studiecirkel, övrig folkbildning, kulturarrangemang samt annan verksamhet. Försäkringen omfattar olycksfallsskada som drabbar den försäkrade under deltagande i studiecirkel, övrig folkbildning, kulturarrangemang i Vuxenskolas regi samt under den direkta färden till och från sådan verksamhet. Det är viktigt att deltagaren är med på cirkellistan och inrapporterad på träffen för att försäkringen ska gälla. Skadeanmälan hittar du på:

<https://www.svedea.se/foretagsforsakring/vid-skada/anmal-skada/skadeblanketter>