Veckoaktiviteter Alfabetiskt

Våra aktiviteter presenteras under rubrikerna ”Skapande”, ”Kort- & Sällskapsspel”, ”Kultur & Bildning” samt ”Motion & Rörelse”.

Kontakta respektive kontaktperson för mer information eller för att anmäla ditt intresse för att deltaga. Vi reserverar oss för att uppgifter om kostnader, antal deltagare och osv kan förändras. Medlemskap i Havsvinden är en förutsättning för deltagande.

Är du intresserad av att starta en ny grupp är du alltid välkommen att kontakta Barbro Lundahl 0730 60 10 13, barbro.lundahl-m@outlook.com, Bo Nackmar 0709 57 97 58, bossenackmar@hotmail.com eller någon annan i Havsvindens styrelse.

Aktiviteter - Skapande

Akvarellmålning *(måndagar även akryl och olja)*
Självlärd eller utbildad – i vår grupp finns inga formella krav utan var och en målar för egen glädje och meditation. Naturligtvis inspirerar vi varandra och delar med oss av tips och råd när det efterfrågas. I måndagsgruppen är det även möjligt att måla med akryl eller olja. Onsdagsgruppen kan välkomna 2-3 nya deltagare.

När och var: måndagar 13,30 – 16,00 på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
Kostnad: eget inköp av material
Kontakt: Eva Nilsson 0733 44 78 29, enilsson784@gmail.com

När och var: onsdagar kl 10 - 12 på Aoseum, (Vallgatan16) I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan
Kostnad: andel i hyran (ca 30 kr/gång) samt eget inköp av material
Kontakt: Kerstin Wergeni Wasberg 0703 30 46 14, kerstin@wergeni-wasberg.se

Handarbetsgruppen
Vi i handarbetsgruppen gläds åt att skapa med händerna. Vi stickar, virkar och broderar. Vi inspirerar varandra. Du väljer själv vad du vill göra och köper in ditt eget material. Vi pausar med en liten fika på egen bekostnad. Vi är 8 i gruppen och välkomnar gärna ytterligare två till vår grupp.

Kostnad: Endast eget materialinköp
När och var: Tisdagar kl 14 - 16 på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
Kontakt: Eva Broberg 0721 66 61 25, eva.broberg@bikab.net

Aktiviteter - Kort- & Sällskapsspel

Bridge
Att spela bridge är ett trevligt sätt att umgås med andra och utveckla/bevara logiskt och taktiskt tänkande. Bridge spelas parvis med 4 spelare/bord och paren roterar mellan borden enligt fastställt schema så man lär känna alla efterhand. Flera i grupperna har spelat i många år och delar gärna med sig av sina erfarenheter till nya deltagare. För att komma in i spelet måste man ha viss baskunskap sedan tidigare.

I tisdagsgruppen – *Tävlingsbridge* - används Bridgemate som är ett trådlöst scoring-program medan fredagsgruppen – *Sällskapsbridge* - använder standardprotokoll.

Tisdagsgruppen är oftast runt 20-24 spelare och välkomnar gärna ca 6-8 nya deltagare. Fredagsgruppen är just nu i behov av fler deltagare. Enklast är om man anmäler sig i par men självklart hjälper vi annars till och försöker ordna spelpartner.

Var: Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
Kontakt: Bo Larsson 0705 11 20 07, larssonbo6@gmail.com

När: tisdagar samling kl 12:15 och spel från 12:30 – ca 17
Kostnad: Medlemskap i Svenska Bridgeförbundet/Skåne 460kr/år. Spelavgift 30kr/gång + fika 25 kr dvs 55 kr/gång

När: fredagar kl 13 – ca 17
Kostnad: 100 kr/termin. Inga krav på medlemskap i Svenska Bridgeförbundet

Canasta
I Canastagruppen roterar vi spel-paren genom lotten varje gång så vi alla lär känna varandra. Om du inte spelat Canasta innan får du sitta bredvid någon tills du känner att du fått grepp om spelet (det är lätt att lära sig). Det ska vara roligt att spela men lite småprat runt bordet tillför också. Canasta spelas parvis med 4 personer/bord. Eftersom vi lottar paren går det utmärkt att komma ensam.

På onsdagar är vi en lagom grupp runt 35 som deltar.
Torsdagsgruppen är ett härligt gäng på ca 27 personer varav ca 1/3 herrar. Tyvärr har några behövt lämna pga hälsoskäl och sen är det ju alltid någon som har förhinder så därför välkomnar vi gärna ytterligare några att få vara med oss och ha en trevlig stund. Max 28st. Om du inte har spelat canasta tidigare så hjälper vi dig gärna med att komma igång och snart nog blir du en av vinnarna.

Kostnad: självkostnad för kortlekar ca 5-10kr/år.
Inga krav på medlemskap i specialklubb.
Var: Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)

När: onsdagar kl 13 – drygt 16
Kontakt: Gunnel Olsson 0738 04 41 32, gunnelo.ahus@gmail.com

När: torsdagar kl 09:15 - 12:00
Kontakt: Carin Nordqvist 0708 22 11 76, nordqvist.carin@gmail.com

Sällskapsspel
I gruppen Sällskapsspel tycker vi det är roligt att prova på olika sällskapsspel som vi väljer tillsammans. Det tränar både strategiskt tänkande och minnet. Det krävs inga förkunskaper utan bara en önskan att få träffas och har trevligt. Vi tar oss oftast tid för lite fika också. Vi är 10 deltagare i gruppen och kan välkomna några fler.

När: söndagar varannan vecka kl 14,00 – ca 16,30.
Var: centralt i Åhus
Kontakt: Joon Albrektsson 0734 21 02 69 – ring eller skicka SMS

Aktiviteter Kultur & Bildning

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Engelsk Konversation

Kan du lite vardagsengelska men tycker det känns ovant att prata? Då kanske du skulle vilja vara med i Engelsk Konversation. Det viktiga på våra träffar är att vi pratar och har trevligt. Vi läser och pratar om olika engelskspråkiga länder, lokala engelska tidningsartiklar mm. Självklart tar vi oss även tid för samtal om vardagshändelser här hemma och ibland en rolig historia. Grupperna är i nuläget lagom stora men ring gärna för ev väntelista.

Kostnad: självkostnad för mötesmaterialet – ca 50kr/termin.
När och var: tisdagar kl 10 - 12 på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
När och var: tisdagar kl 13 - 15 på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
Kontakt: Barbro Lundahl 0730 60 10 13, barbro.lundahl-m@outlook.com

Konstgruppen

Havsvindens Konstgrupp har "Vi upplever konsten tillsammans" som ledord. Vi besöker lokala vernissager, gallerier och utställningar i närområdet eller högst en dagsresa bort. Vi samåker i egna bilar. Vi har inga fasta tidpunkter, programmet anpassas till när utställningen äger rum och dess öppettider. Det finns plats för flera, både deltagare och besöksmål! Välkomna att kontakta oss!

När och var: några gånger per termin – beroende på utställningsdatum
Kontakt: Jan Seebass mobil 0708 23 71 18, janseebass@gmail.com alternativt
Joon Albrektsson mobil 0734 21 02 69

Läslustan

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

I Läslustan gruppen läser (eller lyssnar) vi alla på en eller flera valfria böcker mellan träffarna. De flesta väljer att låna böcker via biblioteket. Vid våra träffar berättar sedan var och en lite kortfattat om den bok man läst. Det väljs mycket varierande litteratur – skönlitteratur, deckare, nobelpristagare, historia, etc. Eftersom vi alla har olika bakgrund och intressen leder böckerna oss ofta till givande samtal och diskussioner – samhällsaktuellt, förändringar, minnen mm. Vi väljer ut en bok som vi alla läser och redovisar sista träffen varje termin. Vi är en lagom grupp om 8 deltagare. Men ta gärna kontakt för väntlista eller kom och lyssna om du vill veta mer.

Kostnad: självkostnad för böcker du väljer att köpa – bibliotekslånen är ju gratis
När och var: måndagar jämna veckor kl 10 - ca 11,30 på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
Kontakt: Carl Nordh 0708 85 68 40, nordhcarl@gmail.com

Sånggruppen

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

I Sånggruppen sjunger vi av glädje. Vi sjunger unisont dvs inte i några stämmor. Vi väljer musik efter vår smak som är traditionell musik blandad med lite svensktoppslåtar. Vi är ca 11 aktiva i gruppen och musiker är Börje Färm. Vi ser gärna ett tillskott av 3-4 män samt ev ytterligare någon musiker. Som körmedlem behöver du inte kunna läsa noter. Att få glädje av sång är viktigare än att vara duktig sångare. På våra träffar hinner vi alltid med en paus för fika.

Kostnad: musikmaterial till självkostnad ca 150 kr/termin
När och var: onsdagar kl 10:00 – ca 12:15 på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
Kontakt: Kristina Lundkvist 0708 12 08 72, ahustransport.bjorn@gmail.com

Aktiviteter Motion & Rörelse

Boule

På Boulebanorna möts herrar och damer i blandade grupper. Vi spelar tillsammans med PRO. Vi lottar samman grupperna dels till 1:a timmens spel och efter egen medhavd fika så lottar vi om till sista timmens spel. Nybörjare är välkomna och kommer snabbt in i spelet. Vår kontakt Joon hjälper till med introduktionen så ring alltid Joon innan ni kommer. Det finns klot att låna om man vill prova på. Det finns inga klädkrav - bara vädermässigt lämpliga kläder. Vi är runt 30 från Havsvinden och kan vara fler vid banorna. Man spelar normalt 4 spelare/bana. Har man svårt att böja sig för att plocka upp kloten finns det magnetgrepps-pinne att köpa till låg kostnad t ex på Biltema. Klot finns det möjlighet att låna om man inte vill köpa egna.

När: måndag, tisdag och torsdag kl 13:15 – ca 15:30 så länge väder och vind tillåter
Var: Åhusparken (NV hörnet Södra Piggagatan/Paradisvägen)
Kontakt: Joon Albrektsson 0734 21 02 69 – ring eller skicka SMS

Bowling

Bowla gör vi för att ha roligt tillsammans oberoende av om man mest bara lyckas rulla klotet i sidorännan eller slår ner alla käglorna i en strike. Vi spelar i 1,5 timme. På den tiden hinner man i lugnt tempo spela 4 serier om man är 2 personer/bana alternativt 3 serier om man är 3 personer/bana. Åhus bowling lottar oss till grupper och banor. Klot finns i många olika vikter så det passar oss alla.
Vill du kan du dessutom delta i ett lite enkelt Havsvinden ”Seriespel” – då skriver du bara upp ditt resultat vår lista och så räknar vi fram ”vinnare” varje terminsslut

När: fredagar kl 10:30 – 12:00
Period: 11 sept – 18 dec 2026
Kostnad: 100kr/person och speltillfälle, betalas direkt till Åhus Bowling när man kommer för att spela. Klot och skor ingår i avgiften.
Kontakt: Åhus Bowling tel 044 24 00 12 eller e-post info@ahusbowling.se

Golf

Golf – sporten som ger dig en rejäl promenad i friska luften samtidigt som du får trevlig social samvaro. Vi spelar på för Havsvinden bokade tider så länge båda banorna är öppna. Därefter spelar vi ”bollränna” på Västra banan med samling på meddelad tid och i lottade bollar. Inga krav på speciella handikappnivåer men medlemskap i Kristianstad Golfklubb är en förutsättning. Vi kan vara upp till 60 deltagare. Just nu har vi därför plats för ytterligare några så kontakta oss gärna.

Kostnad: 250 kr/ år och deltagare avser gruppbokningsservice till golfklubben
När och var: tisdagar, tider bokas med start så snart som möjligt efter kl 09:00 om möjligt på båda banorna på Kristianstad Golfklubb
Kontakt: Sven Mårtensson 0739 87 17 70, havsvindengolf@outlook.com

Hundpromenader
Vi är en mindre grupp som tillsammans tar promenader i Åhus-området med våra hundar.

När och var: onsdagar jämna veckor med samling kl 10 vid Åhus Brygga om inte annat överenskommits. Gruppen bestämmer tillsammans var man ska gå den kommande veckan och därmed om man ev ska samlas på annan plats.
Kontakt: Marie-Louise på 0709 77 26 52 eller mail marielouise@kdtab.se några dagar före nästa promenad.

Linedance I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan
Till musik från nätet sprider vi ut oss på Rotundan (vintertid i stora salen på Gärdskan). Vi står inte i egentliga rader och det är ingen pardans. Vi förnyar oss med 1-2 danser per termin. Lite bas-kondis är bra såväl som normal rörlighet, men sedan utvecklas vi tillsammans. Det krävs inga speciella kläder, men ett tips är skor som känns bra.
Vi pausar i halvlek för medhavd fika.

Kostnad: Var och en skall vara medlem i SPF Havsvinden.
Dessutom medlemskap i Nya Åhusparken (50 kr/år).
När**:** Måndagar kl. 10.30 – 12.00
Var**:** Under cirka april – oktober är vi i Rotundan i Åhusparken. Från november och under vintermånaderna är vi på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus).
Antal: Då vi alla dansar tillsammans är vi totalt 28. På Gärdskan finns ej möjlighet för fler deltagare. Tyvärr måste vi konstatera att vi för närvarande inte har möjlighet att ta emot fler nybörjare. Under april-oktober har vi mycket större utrymme på Rotundan. Finns det någon som tidigare har dansat linedance, och skulle vilja prova på att dansa med oss kan möjlighet finnas. Kontakta oss.
Kontakt: Carl Palmehag, 0708 77 96 38, carl@palmehag.se

Qi Gong
Qi Gong handlar om kinesiska avslappningsövningar. Omgivna av entonig kinesisk körmusik gör vi våra rörelser tillsammans. Det finns inga speciella konditions- eller rörlighetskrav. Man följer ledarens rörelser, likadana varje gång. Det är rörelser som är bra för olika organ i kroppen. Som nybörjare kommer du lätt in i Qi Gong. Vi pausar en liten stund i ”halvlek”. Det är skönt med lite lösa och lediga plagg för Qi Gong. På fötterna passar tunna skor bäst men flera väljer att vara i strumplästen. Vi är drygt 20 i gruppen och välkomnar gärna några nya till höstterminen.

Kostnad: ingen kostnad
När och var: tisdagar kl 17 - 18 på Gärdskan (Rundelsgatan 4, Åhus)
Kontakt: Gudrun Karlsson 0708 98 29 16, alfogudrun@gmail.com

Seniorträning Åhus Träningscenter i samarbete med Havsvinden
Träningspass i grupp med fokus på styrka, balans och rörlighet med eller utan redskap enligt eget val och förmåga. Träningen som är till musik leds av en personlig tränare.

Grupp: Minst 15, max 25 deltagare.
Kostnad: 740 kr för höstens 14 tillfälle (10 sept – 10 dec).

När och var: torsdagar kl 10:15 - ca 11:00 på Åhus Träningscenter.
Anmälan: görs genom betalning på plats hos ÅTC.
Kontakt: Åhus Träningscenter telefon 044 28 93 89

Vandring ca 3,5 km
I lugnt (sakta) tempo vandrar vi lite olika naturslingor i Kronoskogen ner till havet. Slingorna är runt 3-4 km långa och delvis lite kuperade. Målet är Snickarhaken där vi pausar och äter egen medhavd fika. Naturen gör att vandringen inte passar för rollator eller behov av stöd med käpp. Vi brukar vara ca 7 vandrare och välkomnar gärna många fler nya vänner. Oftast går det bra att ha med hund – tala med Joon.

Kostnad: ingen kostnad
När och var: torsdagar kl 09:30 – ca 11:15, samling vid Åhusgården (Sigfridsvägen 5)
Kontakt: Joon Albrektsson 0734 21 02 69 – ring eller skicka SMS

Vandring ca 10 km
Vi träffas vid Kollekulla och åker till en naturskön plats i vårt närområde. Vandringarna, som är i lite högre tempo är cirka 10 km, förläggs till olika platser så att vi får uppleva olika naturtyper, Efter ungefär halva sträckan tar vi en paus för att äta medhavd fika.
Terrängen gör att vandringen inte passar för rollator eller behov av stöd med käpp.

Kostnad: samåkning enligt körschema eller 10 kr/mil om du inte har egen bil
När och var: tisdagar samling vid Kollekulla (fd Glashyttan), avresa kl 9.00. Åter ca kl 13.
Kontakt: Lennart Olsson 0738 04 41 69, lennarto.ahus@gmail.com

Vattengymnastik
Vattnet blir både ditt motstånd och kudde när vi till musik kör vattengymnastik. Du avgör själv med vilken kraft du utför rörelserna. Vi har många rörelser för förbättrad rörlighet, balans och blodcirkulation i armar, axlar och höfter. Havsvindens Vattengymnastik-grupper utvecklar sitt program tillsammans. Flera i 08:15 grupperna äter gemensam fika efteråt i caféet (självkostnad). Gruppstorlek om 16 deltagare.

Kostnad: 500 kr/termin (dvs 12 ggr)

När och var: Furuboda simhall på följande tider
Tisdagar kl 08:15 – 09:00
Tisdagar kl 09:15 – 10:00
Onsdagar kl 08:15 – 09:00
Onsdagar kl 09:00 – 09.55

Kontakt: Kerstin Wijk 0701 49 78 15 hek.wijk@hotmail.com (tisd kl 8 o 9 & ons kl 8)
Kontakt: Lotta Magnusson 0733 66 87 78 lomag@hotmail.se (ons kl 9)

Allmän Information

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Havsvinden har ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan för aktiviteter som klassas som folkbildning. Deltagare i de aktiviteter som görs i samarbete med SV registreras i deras system. Syftet är att förebygga bidragsfusk. Det 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 Vuxenskolans cirkelledare, deltagare i studiecirklar, övrig folkbildning, kulturarrangemang samt annan verksamhet. Försäkringen omfattar olycksfallsskada som drabbar den försäkrade under deltagande i studiecirklar, övrig folkbildning, kulturarrangemang i Vuxenskolans 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