



Såtångs Kvarn, studiebesök torsdag 18/5

Program våren 2017

Kallelse till årsmöte

www.spfseniorerna.se/vasefagelvik

- Tisdag 17/1 Träning. Medveten närvaro**
Kl. 15.00 - 16.30 Granberga Väse. Del 1: Kroppskännedom. Inkännande och närvaroträning stående och liggande. Anmälan och mer info: Maria Ståhl 070-3154268.
- Tisdag 24/1 Peru**
Kl. 14.00 Vårt Hus Skattkärr. Solveig och Börje Englund berättar och visar bilder från sin resa i Peru med bl a Titicaca och Machu Picchu. Kostnad 50 kr inkl. fika. Anmälan till Gun Waernhoff 073-1584358.
- Tisdag 7/2 Träning. Medveten närvaro**
Kl. 15.00 - 16.30 Granberga Väse. Del 2: Stilla uppmjukande rörelser liggande. Avspänning. Anmälan och mer info: Maria Ståhl 070-3154268.
- Fredag 10/2 Conny Evensson**
Kl. 15.00 Vårt Hus Skattkärr. Conny Evensson berättar om sitt liv som ishockeyspelare, tränare, landslagslagledare, hästägare och varför inte som sångare. Kom och lyssna till en av våra största värmländska ledare. Kostnad 50 kr inkl. fika. Anmälan till Christer Nystadius 070-5668470.
- Tisdag 21/2 Årsmöte**
Kl. 14.00 Granberga Väse. Efter årsmötesförhandlingarna blir det underhållning med Anki Lind m fl. SPF Seniorerna bjuder på kaffe och smörgåstårta. Anmälan till Margareta Larsson 070-6495966 eller till Ulla Molinder 072-5445667 några dagar före.
- Tisdag 7/3 Träning. Medveten närvaro**
Kl. 15.00 - 16.30 Granberga Väse. Del 3: Kroppsstimulerande och lugna övningar. Avspänning. Anmälan och mer info: Maria Ståhl 070-3154268.
- Onsdag 15/3 Besök av Seniorshopen**
Kl. 13.30 Granberga Väse. Sortimentet utgörs av lättskötta kläder med god passform och klassiskt modernt snitt. Kostnad 50 kr inkl. fika. Anmälan till Gun Waernhoff 073-1584358.

- Tisdag 21/3 Vad säger lagen?**
Kl. 14.00 Vårt Hus Skattkärr. Juristinformation av Helen Hildeberg, kontorschef på Juristbyrån. Det kommer att handla om olika familjerättsliga frågor, som du funderar kring. Kostnad 50 kr inkl. fika. Anmälan till Birgitta Wihlstrand 860005, 070-2069943.
- Måndag 3/4 Smaka på Sardinien**
Kl. 14.00 Café Gamla Skolan Väse. Jenny och Andrea från Oliveriet i Kristinehamn bjuder på italienska delikatesser och berättar om landet. Kostnad 100 kr. Max 40 pers. Anmälan till Hans Carlén 070-6220747.
- Onsdag 19/4 The Sjöstedts five**
Kl. 16.00 Granberga Väse. The Sjöstedts five med rötter från Arnöa underhåller. Musik från våra olika årtionden. Kostnad 50 kr inkl. fika. Anmälan till Sven Arne Kraft 073-0867978.
- Onsdag 26/4 Akvarellmåleriets oändliga möjligheter**
Kl. 10.00 - 16.00 Mjöviks Udde, Arnön Väse hos Christina Fredriksson. Tillsammans prövar vi olika akvarelltekniker. Fika, sopplunch och allt material ingår i priset 250 kr. För information och anmälan ring Christina 845185 eller 070-6848519 senast måndagen den 24 april.
- Tisdag 9/5 Betonggjutning på Arnön**
Kl. 10.00. Bli inspirerad av Erica Ljungner att gjuta i betong. Fika, sopplunch och allt material ingår i priset 250 kr. Max 6 deltagare. Uppföljning torsdag 11/5 kl. 10.00. Frågor och anmälan till Erica 070-8984600.
- Torsdag 18/5 Besök på Såtångs Kvarn Glumserud**
Kl. 15.30. Sven Åke Liljebjörn visar runt och berättar om historien och hans hustru Inger bjuder på hembakt fika. Kostnad 50 kr. Anmälan till Inga Britta Barse 863160 eller 070-2519939.

Styrelsens sammansättning:

Ordf.	Kaj Röhs	kajrohs@gmail.com	073-4406358
V.ordf.	Håkan Kylander	kylander@telia.com	070-5957711
Sekr.	Sven Arne Kraft	svenarnekraft@telia.com	073-0867978
Kassör	Hans Axelsson	hans.a@home.se	070-9665413
Ledamot	Gunilla Gydemo	gunillaotommygydemo@gmail.com	070-6606609
Ledamot	Maria Ståhl	vase.maria@gmail.com	070-3154268
Ledamot	Gun Waernhoff	gwaernhoff@gmail.com	073-1584358

Vi fortsätter som vanligt med de pågående cirklarna i

- Vinkunskap
- Två Litteraturcirklar samt
- Boulespel april – september

Vi har även förslag på följande aktiviteter:

Tjänare datorn – tips och råd för den som vill ha datorn både som god vän och som lydig slav.

Första hjälpen för alla – introduktion och checklista för agerande vid olycksfall och skador i vardagen.

Den som är intresserad av något av ovanstående kontakter Håkan Kylander eller någon annan ur styrelsen, så jobbar vi vidare med planeringen.

Den som är intresserad av en studiecirkel i något ämne, hör av sig till någon ur styrelsen eller Inga Britta Barse på tel. 863160, så kanske vi kan starta någon cirkel. Kom gärna med egna förslag på aktiviteter!

Vi samarbetar med

