

Havsvindens program hösten 2023

Uppdateringar och nyheter presenteras på månadsmöten, på hemsidan och i våra månadsbrev som kontinuerligt skickas ut till alla som har en angiven e-postadress i medlemsregistret. På hemsidan finns även nedanstående information samt alltid det senast utskickade månadsbrevet.

Vår hemsida hittar ni lättast genom att söka på Havsvinden Åhus på Internet eller

<https://www.spfseniorena.se/distrikt/skanedistriktet/foreningslista/spf-seniorena-havsvinden-ahus/>

Månadsträffar och temadagar

Havsvindens månadsträffar med underhållning börjar alltid kl 14.00 och temadagar med föreläsning kl 13.00. Platsen är alltid Åhusgården, Sigfridsvägen 5, Åhus (Åspet). Underhållning/föreläsning inkl kaffe 60 kr/person. Vid månadsträffarna säljs lotter 20 kr/4 lotter. Entré såväl som lotter betalas med sedlar (ej mynt) alternativt Swish 123 212 46 18. För att det inte ska bildas kö vid entrén är vi tacksamma om Swish gjorts i förväg och telefonen visas upp med betalningen synlig på skärmen alternativt att betalning sker med sedlar. *Till våra månadsträffar och temadagar behövs ingen föranmälan.*

Samtliga månadsträffar inleds med information från Havsvinden följt av fika och därefter program enligt följande:

- **24 aug** Nostalgimusik med Kenneth Holmström från Vara som spelat i Drifters orkester
- **21 sept** Skratt ingen annan skojar bort med Henrik Widegren känd läkare från Fråga Lund
- **26 okt** Åhus Historia med Claes Bergkvist
- **23 nov** Våra topplistor blandat med någon julsång, History
- **14 dec** Julbord kl 1300 **OBS tiden!** Conny Nilsson och Jessika Sjöholm

Temadag

18 okt kommer Michael Anefur, ordförande Omsorgsnämnden och pratar på temat "Vad gör kommunen för seniorerna?" Utöver det jobbar vi på att få någon som pratar på temat stigande havsvattennivåer och pga det kommunens arbete kring översvämningsskydd som t ex vallskydd.

Studiebesök

Havsvinden bjuder på fika vid alla studiebesöken. Vid anmälan kan du också ange om du har problem med transporten. Mer information om anmälan till respektive besök kommer i månadsbrev samt på hemsidan.

I höst återkommer vi med två uppskattade studiebesök på Lyktan och Åhus gästgiveri. Vår målsättning är att alla som är intresserade och inte fått plats nu får den möjligheten.

Lyktan där vi får en presentation av företaget och en rundvandring i fabriken är planerat till 4 okt kl 13-15.

Åhus Gästis planeras till slutet av okt eller nov. Vi återkommer med datum i månadsbrev, på hemsidan och på månadsträffarna. Det blir ett studiebesök som går i nostalgins tecken. Berättelsen om hur allt började en gång för länge sen och vilka var människorna som drev gästgiveriet?

Blomsterbindning Backgården

20 september får du möjlighet att skapa en egenhändigt gjord dörrkrans. Carina som driver Backgården i Hovby öppnar sin blomsterverkstad för oss. Carina tillhandahåller krans och blomster och stöttar oss i vårt skapande. Vi serveras hembakta bullar och kan fika i hennes trädgård. Kostnad för detta är 295kr + blomster du väljer, detta betalas av dig på plats.

Reseprogram hösten 2023

28-29 aug Härliga Halland med Falkenberg, Varberg och Ästad Vingård

Bl a ingår stadsvandring med guide i Falkenberg, besök på Ästad vingård med information och vinprovning, övernattnig med middag på Varbergs Kusthotell samt guidad tur på Monarks cykelfabrik.

29 okt åker vi till Nöjesteatern Malmö Där ser vi på ”De é det här de kallar Kärlek”

Resegruppens kontaktpersoner

Ulla Ahnström 044-24 28 59 ulla.ahnstrom@gmail.com

Roland Fransson 044-24 27 79 roland.fransson@outlook.com

Lars Nilsson 0703-12 12 68 lars@larni.se

Veckoaktiviteter

Utförligare information om aktiviteterna finns på [Havsvindens hemsida](#). De flesta grupperna har plats för fler deltagare. 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 t o m oktober sedan på Gärdskan under vintern. Tid 10.30 - 11.45. 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

Akvarellmålning* Aoseum Åhus kl 13.30 – 16,30. Självlärd, utbildad eller nybörjare – inga formella krav. Vi målar för egen glädje och meditation. Vi inspirerar och tipsar varandra.

Kontakt Christina Hallström 0709 51 67 96, Christina1942@icloud.com

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

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 Margareta Cederholm (pass 08.15) 0709-24 83 49, cederholmmargareta41@gmail.com

Kontakt Kerstin Wijk (pass 09.15) 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

Stickcafé* 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 044 24 93 60

Onsdagar

Vattengymnastik Furuboda kl 08.15 - 09.00 samt 09,10 – 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 09.30 - ca 11.15. Det viktigaste här är att få glädje av sång. Musikstöd med synt, gitarr och munspel. Inget krav att kunna läsa noter.

Kontakt Anders Sigfridsson 0733-30 75 89, anderssigfridsson3@gmail.com

Akvarellmålning* Aoseum Åhus kl 10 - 12. Sjävlärd 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 Kerstin Wijk 0701-49 78 15, hek.wijk@hotmail.com

Seniorträning Åhus Träningscenter (för Havsvinden) kl 10,00– ca 10,45. 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. Höstperiod 7 sept – 7 dec dvs 14 tillfälle. Förutsätter minst 15 deltagare.

Kontakt och anmälan: 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.

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

Kontakt Jan Rosenquist 0739-92 17 04, janrosenquist39@gmail.com

Söndagar

Sällskapsspel kl 14-16 centralt i Åhus. 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.

* i samarbete med  **Studieförbundet
Vuxenskolan**

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 studiecirklar, övrig folkbildning, kulturarrangemang samt annan verksamhet. Försäkringen omfattar olycksfallsskada som drabbar den försäkrade under deltagande i studiecirklar, 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>