

### **Senior Bridge.**

Bland SPF:s olika studiegrupperna för fysisk eller mental träning har vi "minnesträning" varje tisdag kl 13-17 i Torsbergs bygdegård. Vi är 12-16 deltagare, mest pensionärer, båda könen, som tycker om att träna minnet, koncentrationsförmågan, psykologiska och logiska tänkandet. Allt detta sker genom det klassiska kortspelet BRIDGE. Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan. Vi är såväl nybörjare som mer spelvana. Inget spel om pengar, den slant vi betalar varje gång går till de rätt måttliga omkostnaderna - och kaffe naturligtvis. Det sociala är viktigt, under spelets gång blir det många tillfällen till skratt. Vi brukar säga att oavsett resultatet i protokollet, så ska vi alla skiljas åt med känslan av att vi haft en trivsamt em tillsammans. Fler är välkomna att delta. Kontakta Jarl Magnusson (0565-12015) eller Lena och Håkan Brohagen (0565-12150)  
Välkomna! Jarl Magnusson

### **Golfaktiviteter under 2018.**

Två medlemmar spelade SPF-DM på Bryngfjordens GK. Distriktsmästerskapet i Värmland ägde rum den 31 maj.

Stig-Ove Söderström och Olof Bryngel deltog - och blev varken sist eller först.

Övriga golfaktiviteter ägde rum i september månad, då Sunneavdelningen bjöd in golfande PRO-are från Sunne till gemensam golfaktivitet på Sunne GK.

Tävlingsformen var Tremannascramble med "mixade" lag.

Med viss reservation för undertecknads sviktande minne, deltog 5 lag, vilket gör 15 golfare. I den låga startavgiften 100 kr ingick en tre-rätters buffé lunch samt priser till alla.

Hembageriet bjöd på underbart färska kanelbullar som avnjöts efter 9 spelade hål.

Bör även nämnas att några seniorer valde att enbart delta i den gemensamma lunchen till en låg kostnad. Vårdshuset Nils Holgersson rabatterade lunchen.

Denna golfaktivitet var förhoppningsvis enbart den första av många följande. Bollen ligger nu hos PRO- Sunne att bjuda in till golftävling under 2019.

Hoppas att flera medlemmar vill pröva på att golfa med oss.

Välkomna! Olof Bryngel.

### **Bowlingen i Sunne:**

Vi är ett gäng pensionärer, inte bara SPF:are, som spelar bowling två gånger per vecka.

Sammanlagt är vi ett tjugotal. Dessutom spelar vi i Värmlandsserien för pensionärer med två fyrmannalag.

Det finns plats för ytterligare spelare, både män och kvinnor. Vill du börja så finns det gott om plats onsdag och torsdag efter 15.30 samt lördagar kl 12.00.

Välkomna! Stefan Blomqvist

### **Stavgång**

Även detta år har några medlemmar samlats en gång i veckan för att gå stavgång. Vi samlas vid Hembygdsgårdens parkering och går det fina elljusspåret.

Det finns plats till många fler att vandra, umgås och få bättre kondition.

Välkomna! Mirja Lundström