

SPF Gullspång - Hova

KURSER HÖSTEN 2018 VÅREN 2019

HANTVERK

Sticka och virka

Vi stickar tillsammans och byter idéer samt inspirerar varandra.

7 ggr | 100 kr | tis 17.00-19.30

Start 25/9

Knäppa knappfantasier

I den här cirkeln kommer vi ta tillvara på gamla knappar och skapa nya vackra konstverk.

Endast fantasin sätter gränser!

5 ggr | 100 kr | tor 10:00

Start 18/10

Ledare: Iris Levahn

Skapa med glas

Lär dig göra smycken, änglar, ljuslyktor, mobiler, trädgårdskonst eller fat och skålar av glas mm...

Glaskonstnär Eva Rittsel i Hova är din lärare under sex vårveckor och ni arbetar i hennes ateljé. Det är varken farligt eller svårt.

Hennes yngsta elev är sex år och hennes äldsta - hittills - 87!

OBS! Lokalen är ej handikappanpassad!

6 ggr | 1350 kr | ons 13.00-16.00

Start 13/3

Ledare: Eva Rittsel

LITTERATUR/HISTORIA

Läsecirkel

Vi diskuterar böcker som vi läst eller läser om en författare.

Gruppen leder själva cirkeln.

4 ggr | 100 kr

Skrivarcirkel

Skrivarcirkel

Samla dina minnen.

Studiematerial finns.

Startar hösten 2018, när det finns tillräckligt med deltagare.

4 ggr | 100 kr

Lär dig historien om Amnehärad och Södra Råda

Är du intresserad av att lära dig lite mer om hembygden i Gullspång? Då kan detta vara cirkeln för dig! Jan-Erick har haft den här cirkeln länge nu på Amnegården och den brukar vara väldigt populär. Nu har vi öppnat cirkeln även för SPF:s medlemmar så fler får chansen att ta del av kunskapen.

Ni kommer titta på gamla bilder och läsa gamla skrifter.

Pris: 30kr/gång och betalas kontant på Amnegården

Fika ingår i priset.

Amnegården

5 ggr | 30 kr | fre 14.30-16.00

Start 2/11

Ledare: Jan-Erick Erickson

HÄLSA/FRISKVÅRD

Sånggrupp

Vi sjunger tillsammans i Equmeniska kyrkan.

Alla kan vara med!

0 kr | mån 13.30-15.45

Start 3/9

Ledare: Hans Sultan

Koll på dina läkemedel

En cirkel där du får veta mer om vad du har för rättigheter mm. kring läkemedel.

4 ggr | 0 kr | ons 14.00-16.30

Start 10/10

Ledare: F.d. Läkare Göran Sandstedt

Prova på promenader

Alla mår bra av att komma ut och röra på sig och ännu trevligare blir det om man gör det tillsammans!

Den grupp träffas en gång i veckan och går en runda i tempo anpassat efter gruppen.

Gruppen bestämmer själva vilken dag och tid som passar samt vilka promenadvägar man tar.

5 ggr | 0 kr

Lättgympa

I Studieförbundet Vuxenskolas lokal, Hova

ÖVRIGA ÄMNEN

Fräscha upp ditt körkort

Känner du att du har koll på alla nya trafikmärken, lagar och regler? Inte det? Nej det var kanske ett tag sedan det där körkortet togs. Nu kan du ta chansen och fräscha upp dina kunskaper igen i den här cirkeln.

Den är bra för alla!

3 ggr | 200 kr | tor 09.00-12.00

Start 17/1

Ledare: Åke Brandberg

Lär dig spela ukulele

Vill du lära dig att spela ukulele?

Då är detta cirkeln för dig!

Cirkeln startar när vi får tillräckligt med deltagare.

10 ggr | 595 kr | 13.30-15.00

Ledare: Marianne Eriksson

Försök inte lura mig

Träffar där du lär dig om hur du skyddar dig mot bl.a bedrägerier, stölder mm.

Ledaren är polis Erling Zimmerlund, med många års erfarenhet i ämnet.

3 ggr | 100 kr | mån 09.00-11.15

Start 1/10

Ledare: Erling Zimmerlund

Smartphone/Iphone/Ipad/Läsplatta

Vi ska försöka få till en eller två cirklar i ämnet till våren beroende på intresse.

Det blir i så fall en cirkel för Iphone/Ipad och en annan för övriga smartphones och läsplattor.

Anmäl gärna intresse redan nu så återkommer vi med mer info och pris längre fram.

4 ggr

Start 17/1

LÄS OCH RES

Läs och res Toscana SPF Gullspång/Hova

Vi läser och reser tillsammans.

SV arrangerar resan.

Startar när vi har tillräckligt med deltagare.

6 ggr | 300 kr

Läs och res Bornholm

Läs och res Bornholm

Vi läser tillsammans och avslutar med en resa till Bornholm.

Pris: 100kr plus ev. material

4 ggr | 100 kr

