



Nästa månadsmöte äger rum på **Skoghalls Folkets hus onsdagen den 27 mars kl 15.30** då vi får besök av vårt kommunalråd Solweig Gard. Hon kommer att prata bl a om aktuella kommunala frågor. Vi kommer också att få tillfälle att ställa frågor. Sedvanligt fika, lotteri och föreningsinformation. Fika och lotter betalar du med kort.



Nästkommande månadsmöte därefter äger rum på **Skoghalls Folkets hus tisdagen den 23 april kl 16.00**. Då rockar PRO:s eget rockband PROCK loss på Skoghalls Folkets hus. **Observera dag, datum och tid!**



Du kommer väl ihåg SPF Hammarös nya samarbete med SeniorNet. Varje helgfri måndag kl. 14.00 är det drop-in på Clevegården för hjälp med smartphone, läsplatta/iPad och/eller laptop. Entré 30:- om du är medlem i SeniorNet. Är du inte medlem kostar det 60:-. För entrékostnaden får du professionell hjälp med dina mobila digitala enheter, kaffe/te och enkelt fikabröd samt utbyte med övriga hjälpbehövande. Mer information kan du få av Erik Gustafsson, 070-770 40 41 eller erik.br.gustafsson@telia.com.



Det traditionella och uppskattade väffelcaféet på **Clevegården måndagen den 25 mars kl 15.00** är fullbokat, men misströsta inte. Ibland får folk förhinder. Hör av dig till Monica Zetterlund-Johansson på 070-2210812 eller Marit Eriksson på 070-2581433 om du är intresserad. De har en kölista.



VISOR PÅ VÅRKANTEN fredagen den 5 april kl 14.00 i Clevegården. Gråben (dvs Björn Hörgren och Bengt Tingdahl) inbjuder till en viseftermiddag med trevliga varierande sånger ur vår svenska visskatt. Räkna med en hel del allsång och fika också. Anmälan till bengt.tingdahl@gmail.com eller 070-688 96 51.



Den 12 april kl 15.30 blir det provsmakning på Clevegården. Anmälan senast den 3 april till Lena Lindsäth på lena_skoghall@hotmail.com eller 070-2337979. Kostnaden för provsmakningen är 150:-/person, som du betalar in till föreningens bankgiro, 5572-0197, i samband med anmälan. Dryck betalas på plats och det kommer att finnas både vin, öl och alkoholfria alternativ. Tänk på att anmäla dig i tid, eftersom våra provsmakningar snabbt blir fullbokade!



Redan nu vill vi "puffa" lite för SPF Seniorernas folkhälsovecka som i år kommer att äga rum **vecka 21, 20-24 maj**. Förutom lokala aktiviteter varje dag, kommer det också att finnas webinarier på www.spfseniorerna.se och förstås den årliga stegutmaningen. Du kan snart läsa mer på hemsidan. Håll utkik!



Soladansen (motionsdans) på Seniorernas hus, Karlstad håller på för fullt. Program: 24 mars Junix och 28 april Kent & Henke. Tid: 17.00-20.30. Entré 120 kr. Medtag fika.



Information från Hammarö Teaterförening. **Lördag 13 april kl 16.00 ges teaterföreställningen "Viltstängsel" med och av Göran Samuelsson och Håkan Jäder på Folkets Hus.** Pris: 125 kr för medlem med Scenpass och 150 kr för ej medlem. OBS! Numera ger medlemskapet även rabatt på operaföreställningarna på Folkets Hus.

Reviderat **SPF informationsblad våren 2024** distribueras och publiceras i samband med Månadsblad mars, eftersom årsmötet resulterade i vissa nyheter. Där hittar du information om våra regelbundna återkommande aktiviteter och kontaktuppgifter till de ansvariga. Alla uppgifterna hittar du också på hemsidan t ex under fliken Aktiviteter.

Har du ny adress, nytt telefonnummer eller e-postadress? **Kom ihåg att anmäla detta till Marianne Mizgalski** på 070-994 48 13 eller marianne.mizgalski@gmail.com.



Alla aktiviteter som anordnas av SPF Seniorerna Hammarö sker i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan, <https://www.sv.se/>

Nästa månadsblad distribueras och finns på vår hemsida omkring den 17 april.