

Välkommen till vårens utbud av studiecirklar!



Det är bildningen som tar över när vi utbildats klart. Vi har ständigt ett behov av att lära oss nya saker, upptäcka nya intressen och utvecklas inom våra befintliga. Detta gör vi bäst tillsammans med andra med liknande intressen. Ta chansen att lära känna nya vänner och nya medlemmar inom SPF Seniorerna.

Anmälan & frågor

Anmäl dig till Kenneth Petersson, SPF;s studieansvarige, tel 072-702 61 11 eller via mail kennethpe.fdl@telia.com. Du kan också anmäla dig i samband med månadsmöte och torgkaffe. Anmäl dig senast en vecka före start.

Studiematerial

Kostnad för eventuellt studiematerial tillkommer.

Tipsa oss gärna!

Om du saknar någon studiecirkel i vårt utbud så tar vi tacksamt emot dina önskemål och tips.

Vi söker dig som kan tänka dig att vara ledare, ensam eller tillsammans med någon annan kring ett ämne som intresserar dig/er. Hör av er!

SPF Seniorerna Nässjö Kontaktpersoner

Bert Johansson	Ordförande, AU**	Tfn 070-491 00 58
Agnetta Curhed	Sekreterare, AU**	Tfn 070-560 76 68
Yvonne Thyr	Ekonomi/Kassör, AU**	Tfn 070-541 67 19
Eva Persson	Medlemssekr./Försäkr.	Tfn 070-236 76 71
Dorothy Jansson	Medlemsvård	Tfn 070-328 24 81
Mats Johansson	Webb och mail	Tfn 070-665 74 31
Britt Sjöblom	Väntjänst	Tfn 070-205 78 59
Kjell Skålberg	Friskvård	Tfn 070-571 03 04
Kurt Nilsson	KPR/Ordförande Samrådsgrupp	Tfn 070-273 28 68
Kenneth Petersson	Studiecirklar *	Tfn 072-702 61 11
Gudrun Spång G	Reseledare, AU**	Tfn 070-565 30 41
Ulf Magnusson	Fest/Program	Tfn 076-045 55 29

** Arbetsutskott

SPF Seniorerna Nässjö

Adress: Hasselgatan 14, 571 39 Nässjö Tfn 070-491 00 58

Email: scanproma@telia.com

Org.nr 827001-0963 – Pg 32 23 42 - 7

OBS! Betalningar till resor/aktiviteter: Pg 80 34 23 – 3

Hemsida: www.spfseniorerna.se

Webbmaster: Mats Johansson Tfn 070-665 74 30

Redaktör Webben: Leif Brusberg Tfn 070-922 47 25

Studieförbundet Vuxenskolan

Kontaktperson: Marie Hammarin Tfn 0380-57 56 03

Adress: Bäckgatan 4 B, 571 41 Nässjö

Email: marie.hammarin@sv.se

Anmälan till Kenneth Petersson, SPF *

Släktforskning grund

Lär dig grunderna för att komma i gång med din släktforskning. Här får du kunskap om olika källor, dokumentation och om annat smått och gott som inspirerar dig. När du väl har börjat är det svårt att sluta. Vi använder oss av Arkiv digital i vår forskning. Ett förmånligt kursabonnemang för dig som deltar.

On 7/2 15.30-17.45

8 ggr / 880 kr

Ledare: Carina Bergström

Mer om trafik

Om det var ett tag sen du tog körkort så kan det vara bra att fräscha upp sina kunskaper. Det kommer nya regler och nya vägmärken som kan vara bra att vara uppmärksam på. Komplexa trafiksituationer kan uppstå som kräver snabba beslut. Vi tittar även på vår närmiljö och plockar exempel därifrån.

On 14/2 13.00-15.15

4 ggr / 100 kr

Ledare: Bengt Enell, Bengt Jonsson

Lär känna din kommun

Vi startar med att planera träffarna tillsammans. Vi väljer kanske att besöka några framgångsrika företag eller något annan intressant och sevärt inom vår vackra kommun. Kanske finns det önskemål om mer information kring något specifikt område som gör att vi lär känna kommunen bättre. Vi bestämmer gemensamt.

To 8/2 15.00-17.15

5 ggr / 70 kr

Dansmix mjuk

För dig som älskar att dansa och röra på dig! Ett glädjefullt pass utan några hopp. Vi dansar till varierande musikstilar från olika decennier. Passet innehåller även stretch. Bra om du har någon tidigare erfarenhet från någon dansform.

On 31/1 15.30-16.15

12 ggr / 470 kr

Ledare: Helen Sandström

Senioryoga

Ökar din energi, förbättrar smidighet och balans. Vi gör enkla rörelser, andnings- och avspänningsövningar som mjukar upp kroppen och är bra för dina leder. Yogan hjälper dig att slappna av, minska stressen och sova bättre.

Ti 30/1 13.00-14.30

5 ggr / 400 kr

Ledare: Anett Forssander

Matlagning för herrar

Här kan du få lära dig allt från husmanskost till festligare måltider. Menyn anpassas efter gruppens önskemål. Första måltiden är ledarens val. Välkomna alla matglada herrar till Norråsaskolans hemkunskapssal.

Ti 20/2 18.00-21.00

3 ggr / 480 kr

Ledare: Lennart Nilsson

Akvarell- och oljemålning

Lär dig grunderna för att komma i gång med ditt måleri. Akvarell eller olja? Prova dig fram för att se vad som passar dig bäst.

Ta med eget material.

Tips ges i kallelse inför starten.

Ti 6/2 10.00-12.15

8 ggr / 70 kr

Ledare: Anita Jonsson



SPF-kören

Må 8/1 10.00-12.00

Ledare: Gun Hild, Ulla Söderström

Bokcirkel

On 24/1 10.00-12.15

5 ggr / 70 kr

Ledare: Ingmari Lindsjö

Engelska konversation

To 11/1 14.00-15.30

10 ggr / 70 kr

Ledare: Lena Rydin

Engelska konversation

Ti 23/1 14.00-16.15

8 ggr / 70 kr

Ledare: Kenneth Petersson

Dessa cirklar
fortsätter till
våren. Nya
deltagare endast
i mån av plats.