

SRF
SENIORERNA
SRF



**Program
Januari & Februari**



Bra att veta

Vi träffas alltid kl. 12.00 den första helgfria måndagen i månaden. Vi börjar oftast med föredrag, fortsätter med frågor och förtäring.

Vi alternerar mellan Bispgården, Kälarne, Hammarstrand & Stugun med omnejd.

Anmälan görs helst via sms till ordförande Astrid Nyhlén, på telefonnummer 070-293 93 97 eller till Anna Lögberg på telefonnummer 070-307 45 00, minst en VECKA innan träffen.

Detta för att underlätta planering av träffar och beställning av antalet luncher. Vid allergier, kom ihåg att meddela oss. Du som önskar skjuts eller vill samåka, kom ihåg att även meddela detta i samband med anmälan.

Vi reserverar oss för eventuella programändringar.

Behöver du uppdatera ditt telefonnummer eller mailadress? Vänligen kontakta kassören. Detta för att kunna meddela eventuella programändringar.

Ta gärna med en vän som kan bli en ny medlem hos oss. Du har då möjlighet att träffa nya och gamla vänner.



Program

Hjärt och lungräddning

Vi lär oss om hjärtstartaren och allmänt om första hjälpen.

Undervisning av sjuksköterskan Britt-inger Bergkvist Petterson

Lunch: Lättare förtäring

Datum: 8 januari kl. 12.00

Plats: Västanede församlingshem

Årsmöte 2024

VÄLKOMMEN till gemenskapen och ta del av årets beslut.

SPF bjuder alla medlemmar på lunchen. Lunchen kommer från Färjestaden/ catering.

Datum: 5 februari kl. 12.00

Plats: Stuguns församlingshem vid kyrkan



Cirklar att längta till

Är ni intresserade av någon cirkel eller har förslag på egna cirklar? Hör av er till oss på Vuxenskolan så hjälper vi er. Exempel på cirklar:

Bokcirkel

I en bokcirkel kan man träffas och läsa en bok tillsammans eller läsa på egen hand och sedan träffas och diskuterar böckerna.

Matlagning tillsammans

Lär er laga nya maträtter tillsammans. Kanske finns det ett recept du skulle vilja prova på?

Dator och telefon

Vill du veta mer om hur du kan använda mobiltelefon, platta eller dator?

Stickcafé

Gillar du att sticka? Vill du göra det tillsammans med andra så kan du delta i någon av våra stickcaféer.

Kontaktuppgifter SV Ragunda/Bräcke:

Studieförbundet Vuxenskolan

Josefine Danielsson

Hemvägen 5, Hammarstrand

0696-10807 eller josefine.danielsson@sv.se

Välkommen att kontakta oss!



**Studieförbundet
Vuxenskolan**