

Sticka, virka eller andra textila hantverk

Vill du lära dig att sticka, virka eller att tova är du välkommen att höra av dig till oss.

Bugg

Vill du lära dig att dansa Bugg? Får vi tillräckligt många intresserade har vi ambitionen att starta en kurs efter nyår.

Linedance

Vill du lära dig att dansa Linedance? Får vi tillräckligt många intresserade har vi ambitionen att starta en kurs efter nyår.

Matlagning för män

Är du trött på att ständigt äta korv och potatis? Passa på att gå en kurs där du får lära dig att tillaga flera goda rätter med bra näringsinnehåll.

Senioryoga – prova på

Yoga anpassad för dig som är lite äldre. Yogan bidrar till ökad smidighet, bättre balans, starkare kropp och ett inre lugn.

Volontär på äldreboenden

Vill du göra skillnad? Det finns önskemål om högläsning på äldreboenden i Vindeln. Genom en bokcirkel skulle många äldre att få en mer betydelsefull och rolig vardag. Vi hjälper dig att komma igång och att skaffa litteratur.

Välkommen med din anmälan

0933 – 106 56

vindeln@sv.se

Program för våren 2024

20 februari kl. 13.00 årsmöte på Forum

Årsmötesförhandlingar, parentation. Roland Widmark och sångare medverkar.

Pärlan bjuder medlemmarna på fika. Föranmälan. Info, lotteri mm.

12 mars kl. 13.00 på Forum

Månadsmöte. Underhållning av Rocking Daddies. Servering, info, lotteri mm. Föranmälan.

9 april kl. 13.00 på Forum

Månadsmöte. Föreläsare medverkar. Servering, info, lotteri mm. Föranmälan.

7 maj kl. 13.00 på Forum

Månadsmöte. Underhållning av Mickes Combo. Servering, info, lotteri, dragning på motionskortet mm. Föranmälan.

Lunchträffar, resor och övriga aktiviteter meddelas efterhand. Kom ihåg att fylla i motionskortet. Meddela matallergier i förväg.

För mer information se Pärilans hemsida: www.spfseniorena.se (Klicka därefter på Föreningar/Västerbottensdistriktet/Pärlan)

Annonser i VR-Bladet, affischer samt utskick via mail. Mötesavgifter kan med fördel betalas med Swish till **0768495070**

Välkomna till våra aktiviteter!

SPF Seniorena Pärlan Vindeln/Styrelsen

Vänd