

TREVLIGHETER OCH ANDRA AKTIVITETER

Caférunda

Vi samåker till olika caféer på Österlen en gång i månaden. Vi planerar höstens aktiviteter fredag 16/9 kl.14.00. Intresserad? Välkommen till Bagaren & Konditorn i Simrishamn. Kontaktperson: Hanna-Karin Persson, 0703-28 20 50

Friskhuset

Vi tränar i grupp om intresse finns, kortet gäller förmiddagar mån, tis och tor 9.00-14.00 samt fre 9.00-12.00. Vi startar vid minst 8 anmälningar.

Redskapsgenomgång, 16/9

Träningskort, 10 ggr, pris 873 kr, ordinarie pris 970 kr.

Introduktion av personlig tränare ett tillfälle, pris 600 kr, normalt 720 kr, med 10-kort 1400 kr.

Anmälan:
marianne.gunve@gmail.com

RESOR

När alla detaljer är klara läggs pris och en utförlig beskrivning av varje resa ut på SPF:s hemsida, i SPF:s App samt som Mail i Mailutskick SPF SYSTEM.

Vatten- och Ölriket Kristianstad

Datum: 2022-08-16

Anastasia på Malmö opera,

musikal och god mat
Datum: 2022-09-11

En rundtur på Österlen med populära Bo Olsson som guide

Datum: 2022-09-22

Julresa till Wapnö, middag på

Kvibille gästis
Datum: 2022-11-17

Julresa till Kiel och Husum,

Datum: 2212055 - 221207



Styrelsen för SPF Seniorerna Sumaros i Simrishamn

Gunilla Aastrup Persson
ordförande
0736-75 69 75
gunilla@aastrup.se

Gunilla Hepp,
v. ordförande
0708-95 81 28
gunillahepp@gmail.com

Marianne E. Gunve
sekreterare
0706-91 97 91
marianne.gunve@gmail.com

Cristina Hyttfors
kassör
0734-10 11 62
hyttfcri@gmail.com

Gunnel Arbjö Göransson
ledamot
0708-12 78 01
arbsjo@gmail.com

Ingegerd Hammer
Ledamot
0736-42 73 17
ingegerdhammer@gmail.com

Åse Ander
ledamot
0730-48 86 63
Aase_ander@hotmail.com

Org.nr 838800-6077
Föreningsnr 474

Lars Lundblad
ledamot
0705-28 20 30
lundblad.lars@bredband.net

Karin Hultén
ersättare
0708-55 33 02
karin.hulten@outlook.com

Christer Dahlquist
ersättare
0707-41 46 41
christer.dahlquist@hotmail.se

Bank giro 477-9492
Swish: 123 236 19 62

SPF Seniorföretagarna på Österlen

Vi är en grupp företagare eller personer med intressen för företagsamhet. Aktiviteterna består av intressanta föredrag, utbildningar och studiebesök
Välkomna!

Kontaktperson: Lars Kindsjö 0705-50 02 65

Väntjänsten

I Simrishamn behöver förstärkning

Har du en timme över ibland för att glädja en medmänniska?

Du behöver inte förändra världen, men du kan göra skillnad.

För mer info, ring 0729-74 67 46, tisdagar och torsdagar kl 9.00-12.00
eller läs på vår hemsida www.vantjansten.nu

Följ oss på Facebook och hemsidan

<https://www.facebook.com/spfseniorernasimrishamn/>

<https://www.spfseniorerna.se/simrishamn>



Program hösten 2022



Välkommen till SPF Sumaros i Simrishamn!

Vi är en förening med drygt 500 medlemmar som vill göra livet lite meningsfullare och fylla det med trevliga aktiviteter för våra medlemmar.

Till oss är du alltid välkommen och jag är säker på att du kan hitta något från vårt program som kan intressera just dig!

Vi har en viktig funktion i att minska ensamheten och dela med oss av glädje och hjälpsamhet när det som bäst behövs.

Vi ser fram emot att se dig som medlem!

Gunilla Aastrup Persson
Ordförande

Välkommen till SPF Simrishamn Sumaros hösten 2022

En hälsning till alla medlemmar!

Så börjar denna termin nå sitt slut, vi har bara korvgrillningen på Seglarpaviljongen den 14 juni kvar.

Vi har fått många nya medlemmar och en del har tyvärr lämnat oss. Särskilt glädjande är uppslutningen på våra månadsmöten. De senaste två sammankomsterna har vi räknat in över 90 deltagare!

Alla aktiviteter och kurser har haft fullt och vi planerar att öka kursverksamheten till hösten då många fler anmält att de vill delta.

Våra resor har uppskattats och några återstår innan hösten. Nya resmål kommer!

Vi har nu arbetat fram ett program för hösten som jag hoppas ska locka er att komma. Vi kommer fortsatt att vara på Skeppet på månadsmötena, en bra och vacker lokal där vi har gott om plats. Anmälningar sker även i fortsättningen genom att betala in avgiften på Bg 477-9492 eller Swish 1232361962 gärna en vecka före månadsmötet. Den som ej kan betala på detta sätt är naturligtvis välkommen ändå och kan erlagga avgiften på plats.

Jag och styrelsen vill önska er alla en riktigt skön och avkopplande sommar så ses vi i höst med nya krafter och glädje!

Gunilla Aastrup Persson
ordförande

Föreläsningar och musikunderhållning sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Kontakt Maria Karlsson 0768-71 48 92 maria.karlsson@sv.se

SPF-medlemmar som önskar delta i Studieförbundet Vuxenskolas ordinarie program erhåller 10 % lägre avgift om det anges vid anmälan.



MÅNADSMÖTEN

Anmälan görs genom att betala in på Swish 12 32 36 19 62 eller Bg 477-9492 uppge ditt namn och månad. Avgiften inbetalas gärna en vecka före mötet. Den som ej kan betala på detta sätt kan betala vid ankomst till mötet.

September

Charlie Chaplin & Nils Poppe - två clowner, ett hjärta. Gunilla Poppe och sonen Thomas berättar, visar bilder och sjunger.

Datum: 2022-09-13

Tid: kl. 13.00

Plats: Skeppet

Pris: 60 kr

Oktober

Ensamprojektet. Ensamhet hos äldre. Socionom Bertil Jönsson berättar om projektet och kommer med tips och idéer hur vi kan avhjälpa detta.

Datum: 2022-10-11

Tid: kl. 13.00

Plats: Skeppet

Pris: 60 kr

November

Lena Alebo berättar om Simrishamn med utgångspunkt för de tre böcker hon skrivit i ämnet.

Datum: 2022-11-08

Tid: kl. 13.00

Plats: Skeppet

Pris: 60 kr

December

Vi äter en jultallrik och gästas av Simrishamns Lucia.

Datum: 2022-12-13

Tid: kl. 13.00

Plats och pris meddelas senare.

Anmälan till samtliga cirklar sker via Vuxenskolan tfn: 076-871 48 92 eller maria.karlsson@sv.se

Cirklar i SPF:s regi är helt gratis och förlagda till Studieförbundets lokal; Mosskatan 1, om inget annat anges.

STUDIECIRKLAR

Bokcirkeln Gott och Blandat

Vi träffas en gång i månaden.

Max 8 deltagare.

Start: onsdag 7/9 kl. 14.00-16.00

Ledare: Ann-Margret Olson

Telefonkontakt: 0706-70 51 31

Bokcirkeln

Ny kurs som startas vid minst 5 deltagare, datum bestämmer gruppen. Vi träffas en gång i månaden.

Telefonkontakt: 0768-71 48 92

Minnesträning / Hjärngympa

Kamratcirkel där vi träffas och har trevligt tillsammans. Max 8 deltagare.

Start: måndag 29/8 kl. 13.30 -15.00

Ledare: Barbro Wall

Telefonkontakt: 0730-94 84 83.

Kulturell Mixtur

Kamratcirkel där vi träffas och har trevligt tillsammans. Max 8 deltagare. Jämna veckor.

Start: fredag 26/8 kl. 10.00 -11.30

Ledare: Margareta Krafft & Ann-Margret Olson

Telefonkontakt: 0709-96 93 63

Handarbete

Vi träffas varannan vecka och stickar, virkar, broderar, lappar eller lagar. Jämna veckor.

Start: måndag 22/8 kl. 13.00-15.00

Ledare: Tina Persson

Telefonkontakt: 0702-44 60 61

Målarcirkel

Vi målar tillsammans med olika tekniker. Medtag eget material

Start: tisdagar 13/9 kl. 12.30-16.00

Ledare: Gunnel Arbsjö Göransson

Telefonkontakt: 0708-12 78 01

Sitt inte ensam

Vi träffas varannan vecka och dricker kaffe och samtalar om livet. Ojämna veckor

Start: onsdag 31/8 kl. 14.00-16.00

Ledare: Agneta Axtelius

Telefonkontakt: 0733-14 14 48.

Herrar "Gubbröra" 1

Första gången planerar vi upplägg och meny till nästkommande v.

Max 6 deltagare. Ojämna veckor

Start: torsdag 1/9 kl. 16.30

Kontaktperson: Tommy Lindberg

Tfn: 0707-74 87 37

Herrar "Gubbröra" 2

Första gången planerar vi upplägg och meny till nästkommande träffar. Max 6 deltagare.

Alla träffar: torsdag 25/8, 22/9, 20/10, 17/11, 15/12 kl. 16.30

Kontaktperson: Ulf Svensson

Tfn: 0736-54 35 24

Matlagningskurs

Första gången planerar vi upplägg och meny till nästkommande träffar. Max 6 deltagare.

Alla träffar: torsdag 8/9, 16/10, 3/11, 12/1 kl. 16.30

Telefonkontakt: 0768-71 48 92

Mitt Köpenhamn

Vi förbereder oss för ett strövtåg i Dronningens by. Fyra träffar plus en heldag i Köpenhamn.

Max 8 deltagare. **Avgift 150 kr.**

Alla träffar: torsdag 22/9, 29/9, 6/10, 13/10, kl.10.00-12.00, resdag 20/10

Ledare: redaktör Pontus Persson

Telefonkontakt: 0734-30 26 66

Fransk modern skönlitteratur

Alla träffar: tisdag 20/9, 18/10, 15/11 kl.14.00

Ledare: Inger Norén

Telefonkontakt: 0708-13 23 21

FRISKVÅRD OCH MOTION

Promenad

Välkomna in i ett glatt och trivsamt gäng. Alla är välkomna oavsett man orkar gå korta eller längre sträckor. Vi kommer att vara två ledare så att gruppen kan delas efter behov.

Start: torsdag 8/9 kl. 10.00. Vi träffas vid Hamnkiosken, Simrishamn. Kontakt: Bengt Persson, Tfn: 0706-69 33 14.

Boule

Två timmar/vecka, torsdagar kl.14.00- 16.00. Plats: Södra Planteringen alternativt spel i Boulehallen på Skansen.

Kontaktperson: Else Andersson

Tfn: 0733-46 55 68

Bowling

Betalning per serie. Måndag och torsdag kl.15.00-17.00

Lokal: Korsavadshallen

Kontaktperson: Kent Wetterlöf

Tfn: 0733-99 22 80

Golf

Österlens Golfklubb, 9 hål. Återkommer via mail ang. dag och tid. Avgift 20 kr per speltillfälle. Nya medlemmar är välkomna! Kontakt: maggan@centralen.nu

HJÄRNANS MOTION

Canasta

Start: måndag 15/8 kl. 13.00-16.00

Kontaktperson: Birgitta Nilsson

Tfn: 073-622 40 11

Priffe

Nya medlemmar välkomna!

Start: tisdag 23/8 kl. 14.00

Kontaktperson: Barbro Volmer

Tfn: 0725-56 91 33.



facebook.com/spfseniorernasimrishamn

Ladda ner SPF appen eller besök hemsidan www.spfseniorerna.se/simrishamn