

## Havsvindens program hösten 2024

Uppdateringar och nyheter presenteras på månadsträffar, på hemsidan, på Facebook och i våra månadsbrev som kontinuerligt skickas ut till alla som har en angiven e-postadress i medlemsregistret. På hemsidan finns även nedanstående information samt alltid det senast utskickade månadsbrevet. Vår hemsida hittar ni lättast genom att klicka [här](#) och vår Facebook-sida [här](#).

### Månadsträffar och temadagar

Havsvindens månadsträffar med underhållning börjar alltid kl 14.00. Platsen är alltid Åhusgården, Sigfridsvägen 5, Åhus (Äspet). Underhållning/föreläsning inkl fika 80 kr/person. Vid månadsträffarna säljs lotter 20 kr/4 lotter. Entré såväl som lotter betalas med sedlar (ej mynt) alternativt Swish 123 212 46 18. Vi kan inte hantera mynt pga den bankkostnad det orsakar föreningen – tänk därför på att ta med jämna pengar i sedlar! Om ni väljer Swish är vi tacksamma om Swish gjorts i förväg och telefonen visas upp med betalningen synlig på skärmen. *Till våra månadsträffar och temadagar behövs ingen föranmälan.*

Samtliga månadsträffar inleds med information från Havsvinden följt av fika och därefter program enligt följande:

- 13 aug** Sommarkonsert "Franskt så in i norden" Irene Olofsson kallad Piafskan sjunger tillsammans med Bolmsö Old Stars, berättar om Edit Piaffs liv och sjunger på franska. (utomhus vid fint väder)
- 22 aug** Jazzunderhållning med Some Band, en grupp med bred och omväxlande repertoar – mainsteamjazz, evergreens, bossanova, visor m m.
- 26 sept** Teatergänget från Bjärnum med bland andra Mats Olofsson
- 24 okt** Mannekänguppvisning av höstkläder, Annas Biocare
- 21 nov** Reseskildring från Kirgizistan Tadzjikistan, Fredrik Bergqvist tar oss med på denna resa till Centralasien och två länder de flesta av oss nog kan väldigt lite om.
- 12 dec** Julbord, mer information kommer med inbjudan

### Temadag Åhusgården **OBS tiden kl 13.00 – ca 16.00**

**10 okt** Temadag kost och hälsa, Fika för livet - konsult Peggy Dickdotter-Hermansson föreläser och Artros, den vanligaste ledsjukdomen i värden - Med. Dr. i Ortopedi Sten Odenbring föreläser Föreläsningar inkl fika 80 kr/person. Betalningsvillkor samma som ovan. Ingen föranmälan.

### Studiebesök

Under hösten ges fler medlemmar möjlighet att besöka Åhus Seaside, Ateljé Lyktan och Åhus gästgiveri. Planen är att besöka Åhus Seaside i september, Ateljé Lyktan i oktober och Åhus gästgiveri i november. Vi återkommer med datum när företagen har sina kalendrar för hösten klara.

### Reseprogram hösten 2024

- 11 juli** Eva Rydberg Ett resande Teatersällskap på Sundspärlans Friluftsteater.
- 29 aug** Växjö i hjärtat av Småland, med Huseby Bruk och Teleborgs slott med mera
- 28 okt** Flädie Vingård, vinprovning och Malmö Opera, bakom kulisserna

## Resegruppens kontaktpersoner

Ulla Ahnström 044-24 28 59 [ulla.ahnstrom@gmail.com](mailto:ulla.ahnstrom@gmail.com)

Roland Fransson 044-24 27 79 [roland.fransson@outlook.com](mailto:roland.fransson@outlook.com)

Lars Nilsson 0703-12 12 68 [lars@larni.se](mailto:lars@larni.se)

**EVENTGRUPPEN** kommer ha lite olika, ännu inte bestämda aktiviteter, så håll ögonen öppna på vår hemsida och på Facebook! Där kommer vi lägga upp kommande arrangemang och där hittar du också pris, tider, anmälan mm.

Det är olika dagar och tider som gäller och vi hoppas kunna hitta på roliga saker under hösten.

på hemsidan och i våra månadsbrev som kontinuerligt skickas ut till alla som har en angiven e-postadress i medlemsregistret. På hemsidan finns även nedanstående information samt alltid det senast utskickade månadsbrevet.

## Veckoaktiviteter

Utförligare information om aktiviteterna finns på [Havsvindens hemsida](#) De flesta grupperna har plats för fler deltagare. Kontakta respektive kontaktperson för mer information eller för att anmäla ditt intresse för att delta. Medlemskap eller vänmedlemskap i Havsvinden är en förutsättning för deltagande.

### Måndagar

**Läslustan\*** Gärdskan kl 10.00 – ca 11.30 jämna veckor. Vi berättar och pratar om valfria böcker vi läst (eller lyssnat på). Varierande litteratur.

Kontakt Carl Nordh 0708-85 68 40, [nordhcarl@gmail.com](mailto:nordhcarl@gmail.com)

**Linedance\*** Rotundan i Åhusparken ca april-oktober sedan på Gärdskan under vintern. Tid 10 - 12. Till musik från nätet dansar vi olika danser baserade på Linedance steg. Det är lätt att komma igång. Inte pardans.

Kontakt Carl Palmehag 0708 77 96 38, [carl@palmehag.se](mailto:carl@palmehag.se)

**Boule** Åhusparken kl 13.30 – ca 15.30. Spelgrupperna lottas varje spel så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära. Magnetpinne kan köpas för att plocka upp klot.

Kontakt Joon Albrektsson 0768-14 59 82 – ring eller skicka SMS

**Målning – akvarell, akryl eller olja.** Gärdskan kl 13.30 – 16,30. Självlärd, utbildad eller nybörjare – inga krav. Vi målar för egen glädje, meditation och tipsar varandra.

Kontakt Eva Nilsson 0733 44 78 29, [enilsson784@gmail.com](mailto:enilsson784@gmail.com)

### Tisdagar

**Vattengymnastik** Furuboda kl 08.15 - 09.00 samt kl 09.15 - 10.00. Vattnet blir både motstånd och kudde. Tränar till musik. Förbättrar rörlighet och blodcirkulation.

Kontakt Kerstin Wijk 0701-49 78 15, [hek.wijk@hotmail.com](mailto:hek.wijk@hotmail.com)

**Engelsk konversation\*** Gärdskan kl 10 – 12 samt 13 - 15. Utveckla din vardags-engelska – framför allt vanan att prata. Vi läser och pratar om engelskspråkiga länder, lokala engelska tidningsartiklar varvat med skämt och mycket mer.

Kontakt Barbro Lundahl 0730 60 10 13, [barbro.lundahl-m@outlook.com](mailto:barbro.lundahl-m@outlook.com)

**Golf** Kristianstad Golfklubb, bokade tider så länge båda banorna är öppna. Därefter bollränna på Västra med samling en bestämd tid och lottade bollar.

Kontakt Sven Mårtensson 0739 87 17 70, [havsvindengolf@outlook.com](mailto:havsvindengolf@outlook.com)

**Bridge** Gärdskan samling kl 12.15. Bridgen spel 12.30 - ca 17. Utveckla/bevara logiskt och taktiskt tänkande. Bridgemate används så SBF medlemskap krävs.

Kontakt Bo Larsson 0705 11 20 07, [larssonbo6@gmail.com](mailto:larssonbo6@gmail.com)

**Boule** Åhusparken kl 13.30 – ca 15.30. Spelgrupperna lottas varje spel så vi lär känna varandra. Lätt spel

att lära. Magnetpinne kan köpas för att plocka upp klot  
Kontakt Joon Albrektsson 0768 14 59 82 – ring eller skicka SMS

**Handarbetsgruppen** Gärdskan kl 14 - 16 ojämna veckor. Vi inspirerar varandra att sticka, virka och brodera efter eget val. Samtalen blir många och trevliga.  
Kontakt Britt-Marie Svensson 0709 23 40 78

**Qi Gong\*** Gärdskan kl 17 - 18. Kinesiska avslappningsövningar till kinesisk körmusik. Inga spec. konditions- eller rörlighetskrav. Du lär dig lätt våra rörelser.  
Kontakt Gudrun Karlsson 0708-98 29 16, [alfogudrun@gmail.com](mailto:alfogudrun@gmail.com)

### Onsdagar

**Vattengymnastik** Furuboda kl 08.15 - 09.00 samt 09,00 – 09,55. Vattnet blir både motstånd och kudde. Tränar till musik. Förbättrar rörlighet och blodcirkulation.  
Kontakt Kerstin Wijk 0701-49 78 15, [hek.wijk@hotmail.com](mailto:hek.wijk@hotmail.com)

**Sånggruppen\*** Gärdskan kl 10.00 - ca 12.15. Det viktigaste här är att få glädje av sång. Musikstöd med synt och gitarr. Inget krav att kunna läsa noter.  
Kontakt Anders Sigfridsson 0733-30 75 89, [anderssigfridsson3@gmail.com](mailto:anderssigfridsson3@gmail.com)

**Akvarellmålning\*** Aoseum Åhus kl 10 - 12. Självlärd eller utbildad – inga formella krav. Vi målar för egen glädje och meditation. Inspirerar och tipsar varandra.  
Kontakt Kerstin Wergeni Wasberg 0703-30 46 14, [kerstin@wergeni-wasberg.se](mailto:kerstin@wergeni-wasberg.se)

**Canasta** Gärdskan kl 13.00 – ca 16. Vi lottar spel-paren varje gång så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära sig. Spelet roar men så även lite småprat runt bordet.  
Kontakt Gunnel Olsson 0738-04 41 32, [gunnelo.ahus@gmail.com](mailto:gunnelo.ahus@gmail.com)

### Torsdagar

**Canasta** Gärdskan kl 09.15 - 12.00. Vi lottar spel-paren varje gång så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära sig. Spelet roar men så även lite småprat runt bordet.  
Kontakt Carin Nordqvist 0708-22 11 76, [nordqvist.carin@gmail.com](mailto:nordqvist.carin@gmail.com)

**Seniorträning** Åhus Träningscenter (för Havsvinden) kl 10,15– ca 11,00. Grupp-träning med fokus på styrka, balans och rörlighet med eller utan redskap enligt eget val och förmåga. Träning till musik. Leds av en personlig tränare.  
Hösttermin: 5 sept – 5 dec dvs 14 tillfälle. Kostnad 720 kr. Minst 15, max 25 deltagare.  
Kontakt: Åhus Träningscenter telefon 044 28 93 89

**Vandring ca 3,5 km** i Kronoskogen. Samling kl 09.30 vid Åhusgården. Åter ca kl 11.15. Lugnt tempo. Delvis kuperad terräng. Medhavd fika intas vid Snickarhaken.  
Kontakt Joon Albrektsson 0768-14 59 82 – ring eller skicka SMS

**Boule** Åhusparken kl 13.30 – ca 15.30. Spelgrupperna lottas varje spel så vi lär känna varandra. Lätt spel att lära. Magnetpinne kan köpas för att plocka upp klot.  
Kontakt Joon Albrektsson 0768-14 59 82 – ring eller skicka SMS

### Fredagar

**Vandring ca 10 km.** Samling vid ST1 kl 09.00 för samåkning. Åter ca kl 13. Åker till platser i närområdet för olika naturupplevelser. Kuperad terräng. Medhavd fika.  
Kontakt Lennart Olsson 0738-04 41 69, [lennarto.ahus@gmail.com](mailto:lennarto.ahus@gmail.com)

**Bowling Åhus Bowling** (för Havsvinden) kl 11.00-12.30 och kl 13,00-14,30. Vi har roligt tillsammans; klot i sidorännan eller strike det kvittar. I lugnt tempo spelar vi 4 serier om 2pers/bana eller 3 serier om 3 pers/bana. ÅB lottar oss till grupper och banor. Kostnad: 90kr/person och speltillfälle, betalas direkt till Åhus Bowling när man kommer för att spela. Klot och skor ingår i avgiften.  
Kontakt: Åhus Bowling 044 24 00 12, [info@ahusbowling.se](mailto:info@ahusbowling.se)

**Bridge** Gärdskan kl 13 - 17. Trevligt sätt att umgås och träffas. Logiskt och taktiskt tänkande. Viss baskunskap från tidigare behövs. Standardprotokoll används.  
Kontakt Bo Larsson 0705 11 20 07, [larssonbo6@gmail.com](mailto:larssonbo6@gmail.com)

### Söndagar

**Sällskapsspel** kl 14-16 (jämna veckor) i Flakets gemensamhetslokal på Järnvägsgatan 4. Vi provar olika sällskapsspel som gruppen gemensamt väljer. Ett roligt umgänge som ger träning både i strategiskt tänkande och alert minne. Vi är ca 8 deltagare i gruppen och välkomnar gärna fler.  
Kontakt: Joon Albrektsson 0768 14 59 82 – ring eller skicka SMS

### Olika dagar

**Konstgruppen\*** besöker tillsammans olika konstutställningar, gallerier osv främst i närområdet. Kan även tillsammans välja samåkning för besök lite längre bort. Upplägg och innehåll bestämmer gruppen tillsammans.

När: några gånger per termin – beroende på utställningsdatum

Kontakt: Jan Seebass mobil 0708 23 71 18, [janseebass@gmail.com](mailto:janseebass@gmail.com) alternativt Joon Albrektsson mobil 0768 14 59 82.

\* i samarbete med  **Studieförbundet  
Vuxenskolan**

Havsvinden har ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan för aktiviteter som klassas som folkbildning. Havsvinden registrerar våra deltagare i de aktiviteter som görs i samarbete med SV i deras system. Syftet med registreringen är att förebygga bidragsfusk. Detta är i enlighet med de statliga reglerna för folkbildningsstöd. Respektive cirkelledare ansvarar för att inhämta och förvara deltagarnas skriftliga medgivande för registreringen.

### SPF Mötesförsäkring

Samtliga medlemmar omfattas av SPF Seniorernas mötesförsäkring vid olycksfall i samband med aktiviteter anordnade av förening, distrikt eller förbund. Den gäller även under den direkta färden till/från mötet. Mötesförsäkringen betalas av förbundet och ingår i medlemsavgiften. Läs mer på:

<https://www.spfseniorerna.se/formaner/forsakringar/skandia/>

[https://skandia.shop.strd.se/ftp/pdf\\_folder/15496.pdf](https://skandia.shop.strd.se/ftp/pdf_folder/15496.pdf)

### Studieförbundet Vuxenskolan - Försäkring för Olycksfall

Försäkringen omfattar Studieförbundet Vuxenskolas cirkelledare, deltagare i studiecirkel, övrig folkbildning, kulturarrangemang samt annan verksamhet. Försäkringen omfattar olycksfallsskada som drabbar den försäkrade under deltagande i studiecirkel, övrig folkbildning, kulturarrangemang i Vuxenskolas regi samt under den direkta färden till och från sådan verksamhet. Det är viktigt att deltagaren är med på cirkellistan och inrapporterad på träffen för att försäkringen ska gälla.

Skadeanmälan hittar du på:

<https://www.svedea.se/foretagsforsakring/vid-skada/annal-skada/skadeblanketter>