

Månadsbrev april 2024

Vi har valt att stuva om lite i vårt månadsbrev så du finner all praktisk information om anmälningar, betalningar osv sist i brevet. All information om våra programpunkter har vi samlat här i första delen av vårt månadsbrev så du inte missar något.

Kommande program

11 april Månadsträff kl 14.00 på Åhusgården - Svänggänget

Välkomna, vi får underhållning med *Svänggänget*. De spelar och underhåller med blandade låtar från en repertoar som till största delen är svenska och engelska 50-talshits. Som vanligt startar vi träffen med lite aktuell information från Havsvinden. Därefter gemensam fika före underhållningen. Dagen avslutas med lottdragning.

16 maj Månadsträff då kommer Johan Ekblad och berättar om de **Vita bussarna**, Röda Korsets uppdrag att genomföra en aktion där människor räddades ur nazisternas fångläger.

Studiebesök hos paret Duvander i Yngsjö den 17 och 24 maj.

Våren är på ingång och nu väntar vi på sol och värme. Monica och Åke Duvander hälsar oss välkomna till sin trädgård där det vankas nybakat direkt från Åkes lilla bageri och fullt med blommor och vackra ting i Monicas butik. Monica visar vårens blomdekorationer och sommarblommornas intåg i butiken. Åke bjuder på lite roliga minnen från sin idrottskarriär. Kostnad 100 kr som betalas på plats. Vi erbjuder två tillfällen att besöka Duvander den 17 och den 24 maj Kl 13.30. 15 personer per gång så alla får sittplats. Samling för samåkning kl 13.15 på Åhusgårdens parkering. Först till kvarn gäller, anmälan via mail till havsvindenahus@spfseniorerna.se alternativt direkt till Gunilla Kronstrand på mobil 0708-24 26 67.

16 april Dagsutflykt till Simrishamn och Autoseum

Besök på två museer i Simrishamn, lunch inkl vin eller öl på Örums Nygård, Löderup. Platser finns kvar. För mer information se bifogad bilaga.

30-31 maj Resa: Upplev Bornholm i vårskrud. Vi besöker många av öns vackra byar och sevärdheter. Resan är fullbokad men det går att anmäla till reservplatser. För mer information se bifogad bilaga.



Källa: <https://bornholm.info/olsker-rundkirke/> pressbild



Källa: pressbilder Eva Rydberg 2024
Fotograf: Johan Löfquist

11 juli Teaterresa: Eva Rydberg med Ett Resande Teatersällskap på SundspärLAN i Helsingborg. För mer information se bifogad bilaga. OBS! Resan blir bokningsbar först på månadsträffen 11 april.

Veckoaktiviteter

Som pensionärsförening får vi tillgång till möteslokaler på Gärdskan utan kostnad. Det är något vi som förening har stor glädje av och utnyttjar ett 10-tal gånger/vecka. I gengäld är det självklart viktigt att vi respekterar de regler som finns på Gärdskan som t ex att när Frivillig Caféet har öppet så köper vi ev dryck och fika där och har inte med oss eget. Det är vår förenings "tack" för lokalerna. Som namnet säger är de som håller igång caféet volontärer och verksamheten bidrar till Gärdskan som mötesplats för oss alla.

Folkhälsoveckan 2024

Den årliga Folkhälsoveckan arrangeras 20-24 maj. Precis som tidigare år kommer det att sändas en digital föreläsning varje dag på förbundets hemsida. Anna Kåver som ska prata utifrån sin bok *Med livet i behåll – Om åldrandets frihet och förlust* som publiceras i mars. Maria Nylander som föreläser om reumatism och ger tips på vad du kan göra för att lindra besvären och Björn Klinge, specialisttandläkare och professor emeritus, föreläser om sambandet mellan din munhälsa och din allmänhälsa. Sofia Åhman bjuder upp till ett träningspass och slutligen föreläser Torbjörn Åkerstedt om sömn. Programmet hittar du på [SPF hemsida](#)

Hemsidan och Facebook

Havsvindens hemsida uppdateras kontinuerligt – gå gärna och titta. Vår hemsida hittar du lättast på länken www.spf.se/ahus eller genom att söka på Havsvinden Åhus på Internet. Här finner du all information om vår verksamhet; månadsträffar, aktiviteter, resor mm. Våra utskick finns även på vår hemsida. Titta gärna där och skriv in i din kalender redan nu för en innehållsrik vårtermin. För veckoaktiviteter är det viktigt att du kontaktar respektive aktivitetsledare om eventuellt deltagande i en grupp innan du kommer.

Havsvinden finns även på Facebook, klicka [här](#). Gå gärna in och välj "Följ sidan" för då får du aviseringar när något nytt publiceras på vår sida.

Hänt sen sist

20 mars ordnade Havsvinden ett nytt upplägg för våra nya medlemmar, som ska ses som ett komplement till VIP-borden som vi har på månadsmötena.

Det var 25 positiva medlemmar och 3 representanter från styrelsen som träffades på Gärdskan för att berätta om våra aktiviteter, vår hemsida, Facebooksida samt våra olika roller och vad vi gör inom Havsvinden.

Deltagarna kom med många nya idéer och förslag på vad vi kan hitta på och dessa tar vi med oss till styrelsen. Det var också några nya medlemmar som antecknade sig för att engagera sig i vårt framtida arbete inom Havsvinden, både inom styrelsen och som aktivitetsledare.

Vi var alla nöjda med vårt första mötet i denna konstellationen. Vi är en stor förening och många eldsjälar behövs, så stort tack till alla som var med!



21 mars Månadsträff med Anna-Lena Brundin. Vi var ca 140 medlemmar som efter presentation av årets nya styrelse, lite information och fika lyssnade på och roades av Anna-Lena som underhöll med Stand-up varvat med sång.

2 april Quizkväll med levande musik på Åhus Gästis

Havsvindens första träff med Eventgruppen startade med en trevlig eftermiddag/kväll på Åhus Gästis. Vi var ett 40-tal glada seniorer som lyssnade på 60- och 70-talsmusik framfört av Nisses orkester som spelade låtarna i Quiset.

Vi ser nu fram mot flera aktiviteter inom Eventgruppen, så håll ögonen öppna och kolla på vår hemsida/facebook/ månadsbrev framöver. Har ni idéer om vad ni skulle vilja uppleva, får ni gärna höra av er till någon i Eventgruppen.



5 april Vårens Aktivitetsledarträff

En gång per termin träffas Havsvindens styrelse och våra aktivitetsledare. I vår var det på Aoseum. Vi har 17 aktivitetsledare som tillsammans driver våra 25+ olika veckoaktivitetsgrupper. Gruppen gör ett fantastiskt, engagerat arbete som vi är väldigt många medlemmar som får glädje av. På träffen kunde vi alla dela med oss av erfarenheter och utmaningar såväl som att lära känna varandra. Det var som alltid intressant att höra hur aktiviteterna går i de olika grupperna.

Praktisk information

Månadsträffar

Entréavgiften är 80 kr, vilket inkluderar kaffe med bröd, underhållning/föreläsning samt lokal. Vid månadsträffarna säljs lotter 20 kr/4 lotter. Entré och lotter betalas med Swish 123 212 46 18 alternativt sedlar i jämnt belopp. Vi kan inte acceptera mynt pga bankkostnaden för oss. Gör gärna Swish betalningen i förväg och ha den redo att visa på telefonen vid entrén så undviker vi kö.

Till våra månadsträffar behövs ingen föranmälan. Våra månadsträffar hålls alltid på Åhusgården, Sigfridsvägen 5 (Åspet) Åhus. Träffarna börjar kl 14.00 och varar till ca 16.00. Entrén öppnar kl 13.15.

För att tillmötesgå eventuella allergier för fikabrödet behöver vi i entrén få besked om detta eller så kan du ringa senast dagen innan till Åhusgården 044-24 00 20 och meddela din allergi.



Anmälningar till resor och studiebesök

Vi i Havsvindens styrelse är glada över att ni uppskattar våra aktiviteter. Ibland anmäler sig fler än det finns plats för t ex vid resor och studiebesök.

När det gäller bussresor är det platsbegränsat och därefter gäller reservlistan.

Vid studiebesök anordnas ytterligare besök så fler ges möjlighet att delta.

Anmälningar tas emot fr o m att man på den månadsträff resan/studiebesöket presenteras kan skriva på lista på plats på Åhusgården. Vi öppnar entrén normalt 13.15. Fr o m kl 14.00 samma dag går det bra att anmäla via e-post om man inte har möjlighet att besöka månadsträffen. Detta innebär att de som kommer till månadsträffen har förtur. Det framgår av information i månadsbrev samt på hemsidan på vilken månadsträff respektive aktivitet presenteras.

Resegruppens kontaktpersoner

Ulla Ahnström 044-24 28 59 ulla.ahnstrom@gmail.com

Roland Fransson 0708-24 27 79 roland.fransson@outlook.com

Lars Nilsson 0703-12 12 68 lars@larni.se

Inför varje resa som resegruppen ordnar skickas alltid en bekräftelse ut till anmälda deltagare. Detta görs dels för att påminna dig om att du anmält dig, dels för information om att resan kommer att genomföras och dels för att du ska få information om när resan ska vara betald. Detta utskick görs ca 1 månad innan resan ska genomföras. OM du inte har fått denna information i din mailbox bör du kolla om brevet hamnat i din skräppost eller i spamboxen. Kontakta dessutom någon av oss i resegruppen.

För Havsvindens styrelse
Marianne Esplund