



Nästa månadsmöte äger rum på **Skoghalls Folkets hus onsdagen den 30 oktober kl 15.30**, då vi får besök av läkaren Ragnar Åstrand, med geriatrik som specialitet. Ragnar Åstrand har under 25 år varit överläkare på Minnesmottagningen, Centralsjukhuset, Karlstad samt bedrivit prisbelönt forskning, utveckling och undervisning på demensområdet och kommer att prata om åldrande.



Månadsmötet därefter äger rum på Skoghalls Folkets hus onsdagen den 27 november kl 15.30. Då blir det modevisning med kläder från Arianns. Kan du tänka dig att medverka som mannekäng? Hör av dig till Eva, evalind1944@gmail.com, som garanterar att uppdraget och samarbetet med Arianns är både lättsamt och roligt.

OBS! Lite nytt när det gäller starttiden för våra månadsmöten.

Vi disponerar restauranglokalen först från och med kl 15.30. Tiden innan behöver restaurangen och Folkets Hus för att ställa i ordning lokalen för oss. Från och med månadsmötet den 30 oktober kommer därför all betalning och försäljning av lotter att äga rum i Folkets Hus foajé, där det också blir tid för lite mingel. Insläpp till restaurangen sker först kl 15.30. Själva programmet börjar så snart alla har kommit in och satt sig ner.

Hammarö välkomnar våra nya medlemmar **Anita Tigér, Nilseric Arnell, Britt-Marie Engström, Sonia Lagerberg och Elisabet Waller**. Vi hoppas ni kommer att trivas hos oss!



Det finns platser kvar på **IT-studiecirkeln på Clevegården** i november "Bli vän med din smartphone" **onsdagarna 13, 20 och 27 november** med handledare Robin Torpegård. Tid 13.30 - 16.30. Ingen avgift, men närvaro på samtliga kurstillfällen krävs. Anmälan till Erik Gustafsson, erik.br.gustafsson@telia.com eller 070-7704041 senast 6 november.



Digitaldag-dagen är för vår del **fredag 15 november 09.30-14.00 på Clevegården**. Intressanta, digitala anföranden, förstärkt "gofika" m m. Antalet platser är begränsat. Föranmälan till Erik Gustafsson, erik.br.gustafsson@telia.com senast 13 november.



Du kommer väl ihåg att det blir **ärter och punsch på Clevegården fredagen den 22 november kl 15.00**. Priset blir 90:-/person inklusive soppa, smörgås, öl/vatten och kaffe. Punschen betalas separat. Sista anmälningsdag är 13 november. **Beloppet betalas in på föreningens bankgiro 5572-0197 samtidigt som anmälan görs** till Lena Lindsäth 070-2337979 eller lena_skoghall@hotmail.com. Begränsat antal deltagare.



Vi vill gärna bli fler boulespelare! Välkommen till "Prova på spel" måndagar 14.00, tisdagar 10.00, torsdagar 14.00 samt fredagar 10.00. **Onsdag till fredag den 4 – 6 december** kommer vi att genomföra den stora

	<p>inbjudningstävlan "Tasseboulén" i vår hall. Vår traditionella interna "Lusseboulén" går av stapeln lördag 14 december med start 10.00. Spelform "Singel i lag", 100 kr/deltagare inkl. mat. Föranmälan till Erik senast 9 december. Mer information får du av kontaktpersonerna Barbro Berglund som du når på barbrobe@gmail.com eller 073-8172801 eller Erik Gustafsson, erik.br.gustafsson@telia.com eller 070-770 40 41.</p>
	<p>Du kommer väl också ihåg årets julkonsert med Wermlandsoperan på Svenshults bygdegård söndagen den 1 december. Biljetterna köps som vanligt på Folkets Hus www.skoghallsfolketshus.se eller 054-515500</p>
	<p>Sista Soladansen (motionsdans) för hösten äger rum på Seniorernas hus, Karlstad söndag 24 november 17.00-20.30. Musik av Stickanz. Entré 120 kr. Medtag eget fika.</p>
	<p>Hammarö Riksteaterförening har fredag 7 februari 2025 en teaterresa till Sjöfleoperan och den klassiska teaterpjäsen "Lång dags färd mot natt" skriven av Eugene O'Neill och med Grynet Molvig och Krister Henriksson i huvudrollerna. Avfärd med buss från Folkets Hus ungefär 16.00. Biljetterna köps som vanligt på Folkets Hus www.skoghallsfolketshus.se eller 054-515500.</p>
	<p>Har du bytt adress, e-postadress, telefonnummer eller kanske namn? Du vet väl att du kan ändra dina uppgifter själv i medlemsregistret. Du hittar instruktionen på vår hemsida https://www.spfseniorerna.se/distrikt/varmlandsdistriktet/foreningslista/spf-seniorerna-hammaro/om-foreningen/andra-medlemsuppgifter/.</p>
	<p>Hammarö kommun har dragit igång herrbruncherna igen i Trygghetsvandrarnas lokaler i hörnet på Skomakargränd 3A. Kvarvarande tillfällen är måndagarna 4 och 18 november kl 10.30-12.00, då det serveras kaffe och fralla till en kostnad av 30 kr. Anmälan senast fredagen innan på telefon 054-515371. Välkomna alla herrar!</p>
	<p>Du kommer väl ihåg möjligheten för oss som är 65+ att luncha tillsammans på Hamnvägen 10 på torsdagar kl 13.00. Priset är 65 kronor. Förbeställning via Kontaktcenter på telefon 054-51 50 00 senast måndagen innan. Maten betalas på plats med swish.</p>
	<p>Alla aktiviteter som anordnas av SPF Seniorerna Hammarö sker i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan, https://www.sv.se/.</p>

Nästa månadsblad distribueras och finns på vår hemsida omkring den 19 november.