

Trosa 2024 07 01

MÅNADSBREV JULI 2024

När sommaren är som bäst, händer det hela tiden nya aktiviteter i SPF Seniorerna Trosa!

Nyss hemkomna från en härlig Seniordag vid Djulö Herrgård med en hel busslast medlemmar från oss i Trosa, kan vi konstatera att det finns alla möjligheter att hitta nya vänner och sätt att umgås.

Det har vi också noterat vid våra sommarcaféer! Första tillfället drygt 30 fikasugna och vid tillfälle nummer två närmare 50 personer. Kom och lär känna nya vänner du också! Vi fortsätter hela juli månad tisdagar och torsdagar – se nedan!

Boulens Dag betecknar vi nog som en succé. 40 glada boulespelare – allt från nybörjare till mer proffsiga hade trevligt och åt gott tillsammans under ett par timmar på Skärlagsvallen. Tack Trosa Boulesällskap för ett fint samarbete!

Gå-fotbollen har haft sex glada deltagare, som redan bestämt, att man vill fortsätta och som gärna ser att fler kommer med. Information kommer!

Tack vare våra projektmedel från Socialstyrelsen och Postkodlotteriets stiftelse, kan vi bjuda på nedanstående.

Sommarcafé

Tisdagar, kl 11-14, utanför Pensionärernas Hus
(2 juli, 9 juli, 16 juli, 23 juli, 30 juli)

Sommarcafé

Torsdagar, kl 10-12, vid scenen i Hamnen, bakom röda bodarna
(4 juli, 11 juli, 18 juli, 25 juli)

Grillfest

Torsdag den 11 juli, kl 15 i Pensionärernas Hus

Vi upprepar succén från våren med att bjuda på grillade korvar mm. Kaffe och kaka. Drycker finns att köpa till självkostnadspris.

Musikunderhållning av Tom Stening!

Obligatorisk anmälan till Kristina Brunfelter via SMS tel 076-147 98 14.

Planeringen för augusti pågår för fullt!

Café Livslust fredag den 9 augusti. Mindfullnessträning. Information från Korpen om Gå-fotbollen och Parcour. Rörelsebingo. Hälsofika.

Vi avslutar med en kort genomgång av utegymmet och möjligheterna att träna själv där.

Gå-fotbollen startar igen i augusti!

Parcour fortsätter också i augusti.

Vi startar med både Sitt-yoga och Gubb-yoga.

Matlagning för herrar och Släktforskning börjar om.

Resekommittén planerar hösten!

Jag hoppas vi ses snart på någon av alla våra aktiviteter! Kontakta mig gärna, om du har önskemål eller synpunkter på föreningens utbud eller vårt arbete i stort. Vi behöver fler funktionärer, ledare och inte minst frivilliga i caféet! Du är kanske en av dem?

Läs mer på hemsidan, i appen eller på SPF:s anslagstavla i Caféet. Följ oss på Facebook!

En trevlig, aktiv och även avkopplande sommar önskar jag dig!
Tack för att du stödjer SPF Seniorerna Trosa genom ditt medlemskap.

Margareta Wallin, ordförande
Tel 070-564 47 38
margareta.wallin@gmail.com

Påminnelse!

SPF:s DM i golf på Nyköpings golfklubb 11 juli.
Anmälan Via Min Golf (går tidigast att boka från 6 maj) eller till kansliet på Nyköpings GK på telefon 0155-21 66 17 - senast 6 juli 2024.