

Program hösten 2024

Kolla alltid på hemsidan för mer information och fler aktiviteter.
Det dyker upp nya grejer hela tiden eller ändringar.
Vi får nya idéer och förslag som vi försöker genomföra och därför
finns de inte med i detta tryckta program.

lulea.aktivaseniorer.com



Alla medlemmar är välkomna med egna initiativ och förslag.
Nytt program kommer för hösten 2024
Aktuell information får du på hemsidan och på våra månadsmöten

Vi finns också på Facebook - *Aktiva Seniorer Luleå*

PROGRAM hösten 2024

Kolla alltid på hemsidan för mer information och fler aktiviteter.

Det dyker upp nya grejer hela tiden eller ändringar.

Vi får nya idéer och förslag som vi försöker genomföra och därför finns de inte med i detta tryckta program.

Bikupan – våra månadsträffar sker den andra måndagen i månaden kl 13:00 i Vetenskapens Hus om inget annat anges nedan. På programmet blir det något intressant ämne och fika. Besökare betalar 75 kronor för att täcka lokal, föreläsare och fika. Du måste anmäla dig och betala via den nya hemsidan.

Månadsmöten (Vetenskapens Hus)

- 9 september När minnet sviker. Dagny Wikström föreläser om bemötande av personer med demenssjukdomar.
- 14 oktober Vem gör vad i rättsstaten.
Kammaråklagare Jonas Fjällström och advokat Anna Melander.
- 11 november Hur skapas nya pengar, Torbjörn Nilsson
- 9 december Gröt på Sunderby folkhögskola. Kl 12 informerar Lars Nyberg, LTU, om forskning kring äldre (t.ex. balans)

Aktiviteter

Vandringar, promenader och cykelturer

- Oftast på tisdagar. Information på hemsidan och Facebook.
- Lunch** Lunch tredje lördagen i månaden. Start 17 augusti. Samling kl 12 vid Smedjan.
- PUB-kvällar** Första veckan i månaden. Se hemsidan.
- Studiebesök** Studiebesöksgruppen har flera besök på gång som presenteras på hemsidan.
- Fest** 15 års jubileum med fest 25 oktober och underhållning på Sunderby folkhögskola
- SPA-resa** 2-4 oktober åker vi på SPA-resa till Hotell Lappland i Lycksele
- Fler aktiviteter kommer på hemsidan**

Resor 2024/2025

Hösten 2024: Vandring Österrike samt franska vinvägar, bussresa. SPA-resa Lycksele.

Våren 2025: Vandring Grekland ön Zakynthos eller Tilos (april/maj)

Mat och kultur: Norra Spanien; Baskien eller Katalonien (april/maj)

Hösten 2025:

Vandring i svenska fjällen (augusti)

Cykling södra England eller tyska Rugen (september)

Kryssning i västra Medelhavet (oktober)

Mer info om resorna samt intresseanmälningar via mail till monkan.sahlin@gmail.com

Intresseanmälningar senast 30 september, ange max 2 alternativ.

Därefter info via hemsidan och oktober månadsmöte. Gör Din röst hörd.

Teater och musik

Information och anmälan på månadsmöten eller direkt till Birgitta Åström.

Har Du idéer om kulturella aktiviteter eller vill beställa teaterbiljetter med rabatt, kontakta teaterombudet Birgitta Åström, 073-041 08 42

Har du idéer och kontakter (t.ex. gamla arbetsplatser, pärlor i naturen etc) så hjälper vi dig att genomföra aktiviteten.

Kontakta någon i styrelsen så hjälper vi er.

Övriga aktiviteter

Anmäl dig direkt till respektive kontaktperson

Nu tar vi ton	Med Jan Sjöberg, onsdagar jämna veckor kl 13 - 15 på Medborgarskolan. Mail jan.sjbrg@gmail.com eller 070-317 81 82. Start 4 september
Afternoon talk	Konversation på engelska. Kontaktperson Margareta Helmersson, tel: 070-583 96 52. Start 4 oktober, tid 13 -14.30 Medborgarskolan
Bokcirkel 1	Kontaktperson Margareta Pohjanen, 070-308 00 65. Start 2 september
Bokcirkel 2 Läslust	Kontakta Lena Strömberg 070-328 36 00 Start 8 augusti.
Bokcirkel 3	Kontaktperson Anette Löfstedt, anettelofstedt@gmail.com. Start 20 augusti.
Bokcirkel 4	Kontaktperson Kerstin Wiklund. Start 5 september.
Boule	Örnässets Boulecentra. Kontakta Paul Igrisan, tel: 073-715 11 21
Bowling	Torsdagar kl 16 på O'Learys. Start 1 september Kontaktperson Dennis Kvist, 070-616 73 92
Canasta	Kommer att starta under hösten, kontaktperson Monica Sahlin
Matlagning herrar	Eventuellt ny grupp. Anmäl intresse via hemsidan. Kontaktperson Gudmund Andersson, 070-204 12 36.
Matlagning	Kontaktperson Monica Sahlin, 070-623 84 33. Välkommen som gäst i mån av plats. Anmäl dig till Monica om du är intresserad.
Pilates	Onsdagar kl 11-12. Spegelsalen. Start 4 september. Kontaktperson Ylwa Olsson, 070-344 88 00
Snickeri damer	Kontaktperson Monica Sahlin, 070-623 84 33. Fullt men köa gärna.
Vad är det i glaset?	Kontaktperson Monica Sahlin. Start aug/sept. Anmälan via hemsidan
Vad är det i lådan ?	Kontaktperson Monica Sahlin. Start under hösten om intresse finns. Anmälan via hemsidan. (Handlar om matlagning)
Yllebroderi	och applikationer för nybörjare och mer erfarna. Start september. Kontaktperson Marianne Andersson 070-331 98 16
Sitt och stå gympa	Måndagar kl 10-11 i Spegelsalen. Start aug/sept Kontaktperson Monica Info kommer på hemsidan

Fler studiecirkel finns på Medborgarskolan där vi har 15% rabatt.

Har du idéer och kontakter (t.ex. gamla arbetsplatser, pärlor i naturen etc)
så hjälper vi dig att genomföra aktiviteten. Kontakta någon i styrelsen så hjälper vi er.

Detta är styrelsen i Aktiva Seniorer Luleå till årsmötet 2025

	Telefon	E-post
Anita Geijer, ordf.	073-042 18 16	anitageijer@gmail.com
Monika Sahlin v. ordf.	070-623 84 33	monkan.sahlin@gmail.com
Jan Bos, sekreterare	070-346 54 27	janb8252@gmail.com
Ylwa Olsson, kassör	070-344 88 00	ylwa@webelton.se
Eva Forsberg	070-628 30 41	eva@hagaass.se
Gudmund Andersson	070-204 12 36	gudmund.andersson@gmail.com
Lars Helge Svensson	070-523 56 32	47710svensson@telia.com
Per Kroon	072-403 70 08	perekroon@gmail.com

Valberedning

Kerstin Mongs	070-600 52 50
Margareta Lindgren	070-568 38 84

Föreningen Aktiva Seniorer

är till för dig som vill berika din fritid genom att träffa likasinnade. Föreningen erbjuder social gemenskap och trivsam samvaro genom föreläsningar, besök på kulturarrangemang, studiebesök, utflykter, resor mm. Programmet grundar sig på medlemmarnas förslag och önskemål och för oss är

ATT HA ROLIGT - EN ALLVARLIG FRÅGA

Betalning av medlemsavgift - Bli medlem

Vi skickar ingen betalningsavi. Betala avgiften i januari. Med kallelsen till årsmötet 2025 finns en påminnelse om att betala medlemsavgiften. Vårt medlemspris är endast 125 kr/år och betalas via hemsidan.

Innan du deltar i någon av våra aktiviteter måste du betala medlemsavgiften.

Även tidigare medlemmar betalar via länken "Bli medlem".

Om du betalar till en aktivitet men sedan inte kan delta, har du pengarna tillgodo.

Hantering av personuppgifter

Vi har ett elektroniskt medlemsregister med namn, adress, e-post, telefon, födelsedatum, deltagande i aktiviteter samt uppgifter om betalning av medlemsavgift. Endast styrelsen har tillgång till detta. Vi lämnar inte ut några uppgifter till någon annan. Gamla uppgifter raderas. Leverantör av datasystemet är cogwork.se

Medlemsinformation

För att hålla kostnaderna nere övergår vi mer och mer till att informera via hemsidan.

Grunden för all vår information är hemsidan. Det är viktigt att du har anmält din e-postadress. Det kan hända att våra utskick hamnar i "skräpkorgen" så håll koll även där.

Intresseanmälningar och sista anmälningsdag

Vi tar emot intresseanmälningar till olika aktiviteter. Dessa är inte bindande utan ger oss en uppfattning om hur många som är intresserade. Detta ger oss underlag för att planera vidare. Respektera sista anmälningsdag. Observera att endast de som anmält sitt intresse får ytterligare information.

Aktiva Seniorer

Aktiva Seniorer är en organisation utan pensionärsfacklig inriktning, partipolitiskt och religiöst obunden. Det finns ingen övre eller nedre åldersgräns och våra medlemmar rekryteras från alla samhällsgrupper.

Riksförbundet Aktiva Seniorer har tecknat en olycksfallsförsäkring med Folksam. Försäkringen gäller för medlemmar vid de olika aktiviteterna samt färd till och från dessa.