



Arbetets Vänner i Sörnäs r.f.

Björneborgsvägen 1
00350 HELSINGFORS
e-post: avsornas@welho.com

Hemort: Helsingfors
www.arbetetsvanner.fi

Januari 2024

Bästa medlem!

Välkommen till ett nytt verksamhetsår! Den här våren startar två nya **verksamhetsformer**: en bokklubb och en filmklubb. Vi hoppas många är intresserade och deltar. Alla de tidigare verksamheterna fortsätter, även seniorsoppan som hade uppehåll under hösten. Kolla igenom verksamheterna och ta kontakt med dragaren om du vill pröva på något nytt.

Vi kommer att införa en ny **kommunikationskanal** i form av en WhatsApp-grupp för alla medlemmar som inte kollar sin e-post så ofta och tycker det vore behändigare att få information via ett WhatsApp-meddelande. Man kan inte själv skicka meddelanden via gruppen utan endast ta emot. Vi skickar in inbjudan till gruppen inom kort till dem vars telefonnummer vi har och du kan gå med om du vill genom att godkänna inbjudan. Vi skickar också fortfarande ut information via e-post till de medlemmar som vi har en fungerande e-post till. Gå gärna även in på våra hemsidor, vilka finns under adressen avs.arbetetsvanner.fi (eller arbetetsvanner.fi för hela rörelsen) för att se vad som är på gång. Efter en liten paus kommer det också att skrivas små nyhetsuppdateringar an efter igen under rubriken nyheter.

Vi ber er vänligen betala **medlemsavgiften 10 € för 2024 senast 31.1** (se bilaga) till kontot Aktia **FI56 4055 5452 3225 01. Använd referensnumret 1012**. Vi vill påminna om att endast medlemmar som betalt innevarande års medlemsavgift eller är ständig medlem har rätt att delta i vår verksamhet. Vi vill också meddela att vi inte skickar ut skilda räkningar för kretskostnader utan det förväntas att deltagarna betalar dem på eget initiativ (se kretsens info). Angående inbetalningar fortsätter vi att aktivare använda oss av referensnummer.

Du får gärna ta med dig en eller flera **vänner** och bekanta som vill bli medlem i föreningen. Information om hur man blir medlem finns här: <https://avs.arbetetsvanner.fi/home/bli-medlem/>.

Vi fortsätter även att **hyra** ut lokalerna till medlemmar t.ex. för privata fester då lokalerna är lediga. Priset höjs lite till 60 euro/gång/lokal fr.o.m. februari. För utomstående och föreningar är hyran 120 euro/gång. Kontakta info@avsornas.fi om du vill hyra lokalen.

Facklan är AV-rörelsens **tidning** som skickas ut till alla medlemmar i december. Om du inte fick tidningen kan det bero på några orsaker: din medlemsavgift är obetald, vi har inte din korrekta postadress, du är med i två AV-föreningar och vi har märkt ut att du får tidningen via den andra föreningen, eller en familjemedlem i samma hushåll får tidningen. Om du inte fick tidningen fastän din medlemsavgift är betald, vänligen ta kontakt så rättar vi till våra registeruppgifter så att du får tidningen nästa år.

AV SÖRNÄS ALLMÄNNA VERKSAMHET

Möten och andra sammankomster

Värmöte

söndagen den 17.3.2024 kl. 17:00, i klubblokalen

På mötet behandlas bokslut och årsberättelse för 2023 samt val av styrelsemedlemmar. Efter mötet servering och fri samvaro.

Vårfest - vi sjunger in sommaren

onsdagen den 15.5.2024 kl. 17:30, i klubblokalen

Vi träffas för en glad vårfest i sångens och musikens tecken. Capoeira-gruppernas barn uppträder. Efter program och allsång bjuder vi på skumvin/saft och kaka under fri samvaro.

Teater och konserter

Black Comedy på AV-teatern

lördagen 10.2.2024 kl. 15:00, anmäl dig genom att betala **12 euro** senast **30.1** till kontot Aktia FI56 4055 5452 3225 01. Använd referensnumret 101035.

En kommedi om den fattiga konstnären Miller som vill imponera på en rik mecenat. Mera info: <https://avh.arbetetsvanner.fi/verksamhet/av-teatern/>

Läkaren på Svenska Teatern

fredagen 22.3.2024 kl. 19:00, anmäl dig genom att betala **35 euro** senast **20.2** till kontot Aktia FI56 4055 5452 3225 01. Använd referensnumret 101019.

Ett fängslande samtidsdrama med drag av TV-världens thrillers och sjukhusserier. Om makt, etik och cancelkultur. Mera info: <https://svenskateatern.fi/repertoar/lakaren/>

Katrina på Lilla Teatern

fredag 19.4.2024 kl. 18:30, anmäl dig genom att betala **30 euro** senast **20.3** till kontot Aktia FI56 4055 5452 3225 01. Använd referensnumret 101022.

Musikalen om Katrinas berörande berättelse baserar sig på klassikerromanen som då den kom ut 1936 var banbrytande och gjorde författaren Sally Salminen till världskändis och översattes till över tjugo språk. Mera info: <https://lillateatern.fi/repertoar/katrina/>

AV SÖRNÄS KRETSAR OCH KLUBBAR

Kretsarna verkar i föreningens lokaler, klubblokalen och AV-sidan, på Björneborgsvägen 1 i Munkshöjden. Välkommen att delta! Pröva också gärna på något nytt. Minimiantal deltagare för att en grupp ska hållas är fem personer.

För vuxna

Bridgeklubben

tisdagar 16:30 – 20:30, klubblokalen, start 2.1

pris 3 €/gång

kretsledare Åge Grahn, age.grahn@kolumbus.fi, tfn 040 544 1641

Kom med och spela bridge i trevligt sällskap!

Bokklubben – NY KRETS

Träff 2 – 3 gånger per termin

Kretsledare John Tallqvist, john@bygotec.fi, tfn 045-262 8238

Vi läser böcker enligt en på förhand utdelad lista och träffas några gånger per år för att prata om böckerna. Man läser det man hinner och i slutet av året ordnas en middag för deltagarna. Ett separat infomeddelande om kretsens start skickas till alla medlemmar.

Filmklubben – NY KRETS

Träff 1 gång per månad eller per 1,5 månad

Kretsledare Bo-Erik Mannerström, mannerstromboerik@gmail.com, tfn 050-355 1377

Vi träffas för att gå på bio och efteråt samlas vi för att diskutera filmen. Ett separat infomeddelande om kretsens start skickas till alla medlemmar.

Konstklubben

torsdagar kl. 13, en gång per månad

kretsledare Heidi Hintze, heidi.hintze@aol.com, tfn 050 523 1273

Vi besöker månatligen aktuella konstutställningar med guide. Ett separat informationsbrev skickas till medlemmarna i konstklubben. Besöken och uppdateringar finns även på klubbens webbplats <https://avs.arbetetsvanner.fi/home/konstklubben/>.

Meditationskretsen

måndag 18:30 – 20:15, AV-sidan, intresserade får information om startdatum direkt av Tina senare under våren, kretsledare Tina Wigg, tinawigg@gmail.com, tfn 050 546 0595

Med hjälp av andningsövningar och mjuka rörelser söker vi efter välmående för kroppen och lugn i sinnet. Rörelserna är skonsamma och stärkande. Kontakta kretsledaren för mera information. Facebook [Meditation i rörelse - AVS, Munkshöjden](#)

Rounddance

fredagar 11:45 – 13:30 fortsättningskurs, AV-sidan, start 12.1

kretsledare Christian von Alfthan, christian.von.alfthan@iki.fi, tfn 040 544 1649

Pardans där alla dansar efter en viss koreografi. Vi dansar cha cha, vals, rumba, two step.

Seniorsoppa

onsdagar kl. 12, klubblokalen, start 7.2, anmälningar senast 30.1, pris 2 €/gång,

kretsledare Margita Slätis, info@avsornas.fi

Kom med och ät sopplunch i trevligt sällskap! I priset ingår varierande soppa och bröd samt efteråt kaffe/te med kex/bulle. Deltagarna hjälper till med framdukning och undanstädning. Man kan också delta enstaka gånger eller komma med senare under våren och bör då meddela ca en vecka på förhand. Även yngre daglediga är välkomna med. Preliminär matlista hittas på kretsens webbplats <https://avs.arbetetsvanner.fi/home/seniorsoppa/>.

För barn och familjer

Barnverksamheten understöds år 2024 av Stiftelsen Tre Smeder.

Barnklubb

varannan torsdag kl. 16 - 18, AV-sidan, för info om start följ med WhatsApp-gruppen
kretsledare Jaan Siitonen, jaansiitonen@gmail.com, tfn 041 530 5531

Barnklubben riktar sig till alla barn mellan 0 och 8 år med föräldrar. Träff med familjen (barn och förälder, mor- eller farförälder) för att umgås med andra. Olika program varje gång (t.ex. bakning, pyssel, hinderbanor, m.m.). Lätt servering varje gång.

Capoeira för barn i lågstadieåldern

onsdagar 16:30 – 17:15 och 17:15 – 18:00, klubblokalen, start 17.1

deltagaravgift 40 €/termin/barn, betalas till Aktia FI56 4055 5452 3225 01, referensnummer 2024, kretsledare Willy Aleksiuonas, capoeira.klubb@protonmail.com, tfn 040 418 1170,

Capoeira är en konstform och ett sociokulturellt uttryck med afro-brasilianska rötter. Den är en utmärkt aktivitet där man rör på sig, dansar, leker, sjunger och spelar olika rytminstrument. I verksamheten strävas efter att se och lyssna på barnet, både som individ och som en medlem i gemenskapen.

Föräldrafika

måndagar 10:00 – 12:30, AV-sidan, start 8.1

kretsledare Paulina Lönnroth och Eva Molander, tfn 041 549 87 50 (Paulina)

Mammor, pappor, far- och morföräldrar och barn träffas och umgås under lediga former. Servering varje gång. Leksaker för barnen finns. I kretsens Whatsapp-grupp informeras om eventuella ändringar i programmet. Kontakta kretsledaren för att bli tillagd i Whatsapp-gruppen. Facebook <https://www.facebook.com/foraldradrfika/>

Musikleik

tisdagar, grupp 1 kl. 16:00 – 16:45 för 3 – 4-åringar (födda 2019 – 2020), grupp 2 kl. 16:45 – 17:30 för 5 – 7-åringar (födda 2016 – 2018), AV-sidan, start 23.1 (15 gånger), deltagaravgift 50 €/termin/barn, betalas till Aktia FI56 4055 5452 3225 01, referensnummer 2121

kretsledare: Pia Lindholm. Hon tar också emot anmälningar, pia.othman@gmail.com

I musikleiken låter vi glädjen och leken föra oss genom sagolika musikstunder. Barnen bekantar sig med både traditionella och nyare sånger. I musikleiken används rim, ramsor, rörelser, danser och sånger för att utveckla barnets språk och motorik. Sångerna, rörelserna och instrumenten är utvalda och arrangerade på barnens nivå av en erfaren musiklärare.

Vi önskar er alla ett riktigt gott nytt år!

John Tallqvist
ordförande
john@bygotek.fi
045 262 8238

Margita Slätis
verksamhetsledare
info@avsornas.fi
044 236 5296