



Arbetets Vänner i Sörnäs rf.

MEDLEMSBREV VÅREN 2026

Bästa medlem!

Efter en skön julpaus och föreningens nyårsfest, som ordnades för första gången som nyårsfest i stället för julfest, kör verksamheten i gång igen. Vi har glädjen att meddela att flera kretsar som inte varit så aktiva den senaste tiden igen aktiverar sig. Meditationen fortsätter den här våren efter en lång paus. Barnklubben har en ny dragare och börjar också den träffas regelbundet igen. Seniorsoppan träffas en gång under våren. Övriga kretsar fortsätter som normalt. Konstklubbens resa går i år till Tallinn och under våren gör vi hela tre teaterbesök. Kom gärna med och testa på någon ny verksamhet! Du får också gärna ta med dig en eller flera vänner och bekanta som vill bli medlem i föreningen. Kontakta i så fall verksamhetsledaren eller kretsledaren. Mera information om hur man blir medlem finns här: <https://avs.arbetetsvanner.fi/home/bli-medlem/>.

Vi ber er vänligen betala **medlemsavgiften 10 € för 2026** till föreningens konto Aktia **FI56 4055 5452 3225 01** så fort som möjligt. **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 och hyra lokalen till medlemspris. Observera också att vi inte skickar ut skilda räkningar för kretskostnader utan det förväntas att deltagarna betalar dem på eget initiativ (se kretsens info).

Vår ombyggda klubblokal har nu varit i användning en termin och fått mycket beröm. Under 2026 planerar vi ännu att renovera de bakre utrymmen, bl.a. ett arkiv fattas.

På följande sidor finns vårens viktiga datum och information om våra kretsar. Kom gärna med på något nytt och tipsa vänner och bekanta. Det finns plats för nya medlemmar i alla kretsar!

Vår verksamhet understöds år 2026 av Stiftelsen Tre Smeder.

Vi önskar alla en fin vår!

Styrelsen

AV SÖRNÄS ALLMÄNNA VERKSAMHET

Vårmöte

söndag 22.3 kl. 16:00,

På mötet behandlas bokslut och årsberättelse för 2025 samt val av styrelsemedlemmar. Efter mötet servering och fri samvaro.

Resor

Vi gör en resa till Tallinn torsdagen den 21 maj i Konstklubbens regi. Alla medlemmar är välkomna med. Vi besöker bl.a. Kadriorg, barockpalatset som uppfördes av Peter den store för hans hustru Katarina och i dag är museum. Vi gör också en rundtur med guide i buss, äter frukost på båten och lunch på en bra restaurang. Mera information skickas ut senare.

Teater

Besöken är subventionerade av AV i Sörnäs och ämnade för medlemmar. Ifall plats finns kan man ta med sig en icke-medlem som då betalar fullt pris (inom parentes).

Förgät mig på Svenska Teatern

Lördag 7.3.2026 kl. 16

Anmäl dig genom att betala 30 (36) euro senast 2.2 till kontot Aktia FI56 4055 5452 3225 01.

Använd referensnumret 101080.

Mera info: <https://svenskateatern.fi/repertoar/forgat-mig/>

Status Quo på Lilla Teatern

Onsdag 15.4.2026 kl. 18:30

Anmäl dig genom att betala 30 (39) euro senast 22.3 till kontot Aktia FI56 4055 5452 3225 01.

Använd referensnumret 101048.

Mera info: <https://lillateatern.fi/repertoar/status-quo/>

Toinen tasavalta på Nationalteatern

Onsdag 6.5.2026 kl. 18:30

Anmäl dig genom att betala 45 (55) euro senast 29.3 till kontot Aktia FI56 4055 5452 3225 01.

Använd referensnumret 101022.

Mera info (på finska): <https://www.kansallisteatteri.fi/esitys/toinen-tasavalta#introduction>

AV SÖRNÄS KRETSAR OCH KLUBBAR

Kretsarna verkar i föreningens klubblokal på Björneborgsvägen 1 i Munkshöjden. Välkommen att delta! Minimiantal deltagare för att en grupp ska hållas är fem personer.

För vuxna

Bridgekretsen

tisdagar 16:30 – 20:30, start 13.1

pris 3 €/gång

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

Kom med och spela bridge i trevligt sällskap!

Konstklubben

En torsdag per månad kl. 13

kretsledare Heidi Hintze, heidi.hintze@aol.com, tfn 040 502 860 (Bo Hintze)

Konstklubben besöker under år 2026 åtta utställningar, möter bl.a. Nelimarkka på Ateneum och Sarah Lucas på Kiasma. I maj åker vi till Tallinn, besöker Kadriorg, ser många sevärdheter från bussfönstret och äter gott.

Meditation

måndag 18:30 – 20:15, AV-sidan, intresserade får information om startdatum direkt av Tina senare under våren,

deltagaravgift 20 €/8 gåingers helhet, betalas till Aktia FI56 4055 5452 3225 01, referens 2053 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, start 16.1

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

onsdag 28.1 kl. 12

kretsledare Margita Slätis, info@avsornas.fi

Vi träffas en gång under våren. Kom med och ät sopplunch i trevligt sällskap!

För barn och familjer

Barnklubb

tidpunkt för träffarna meddelas skilt till gruppens medlemmar

kretsledare Patrik Jernmark, patrik@jernmark.com, tfn 040 640 3013

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, information om startdatum fås av kretsledaren deltagaravgift 40 €/termin/barn, betalas till Aktia FI56 4055 5452 3225 01, referensnr 2024,

kretsledare Willy Aleksionas, 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 för familjer

måndagar 10:00 – 12:30, start 5.1

kretsledare Kiira Kesä-Heino, kesaheinokiira@gmail.com, tfn 040 769 0067 och Paulina Wennström, paulina.s.wennstrom@gmail.com, tfn 040 707 3615

Föräldrar och barn träffas och umgås under lediga former. Servering varje gång. Leksaker för barnen finns. Whatsapp-gruppen används som infokanal för kretsen. Bli medlem i whatsapp gruppen via: <https://chat.whatsapp.com/H1DPvhngKzMAzqSCdtKlNt>

Musiklek för barn 3 – 7 år

tisdagar 16:45 – 17:30, start 13.1

deltagaravgift 50 €/termin/barn, betalas till Aktia FI56 4055 5452 3225 01, referensnr 2121

kretsledare: Thilia Tamminen, thiliatamminen@gmail.com.

Whatsapp: https://chat.whatsapp.com/Dha0eylDC9A39me8WIOuBW?mode=ac_t

I musikleken låter vi kreativiteten flöda. Vi sjunger, spelar instrument, dansar, leker och hittar också på egna sånger och lekar. Undervisningen utvecklar barnens fantasi samt deras språkliga och motoriska färdigheter. Vi musicerar tisdagar kl. 16:45-17:30. Musikleken lämpar sig för barn i åldern 3 - 6. Minst fem barn krävs för att kunna starta kursen. Vid behov kan en förälder vara med i börjar som stöd men vi strävar till att barnen självständigt kan ta del av undervisningen.