



Arbetets Vänner i Sörnäs r.f.

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

Hemort: Helsingfors
www.arbetetsvanner.fi

Januari 2020

Bästa medlem,

Ett nytt år med gamla verksamhetsfavoriter börjar på Arbetets Vänner i Sörnäs. Vi välkomnar hjärtligt de över 80 nya medlemmar vilka har skrivit in sig i vår förening under år 2019!

Medlemsavgiften som hållits på samma nivå sedan euron infördes kommer nu att stiga något till 10 euro per år. Vi vill påminna om att styrelsen på sitt möte den 14.4.2019 har beslutat att **endast medlemmar som betalt innevarande års medlemsavgift eller är ständig medlem har rätt att delta i vår verksamhet till subventionerat pris**. Eventuella övriga deltagare betalar fullt pris vilket nedan anges inom parentes. Medlemmar har företräde ifall det kommer flera anmälningar än det finns platser.

Höstmötet beslöt på förslag av styrelsen att föreningen år 2020 fokuserar på följande målsättningar:

- Av våra icke ständiga medlemmar har 90 % betalt sin medlemsavgift.
- Vi förnyar våra hemsidor.
- Vi strävar efter att ha verksamhetsamarbete med två andra föreningar.
- Vi följer upp ekonomin för att säkerställa en stabil grund för framtiden.
- Vi fokuserar på hållbarhet och miljöhänsyn i den mån det är möjligt inom vår verksamhet.

Även om vi fått många nya medlemmar har vårt medlemsantal inte ökat i samma grad eftersom vi de två senaste åren gjort massutskrivningar av medlemmar som inte betalt sin medlemsavgift på flera år. Vi kommer även i fortsättningen att skriva ut medlemmar som inte betalt sin avgift de senaste två åren. Vi vill därför påminna att ifall man inte längre vill höra till föreningen av någon orsak får man gärna meddela om det till avsornas@welho.com eller 044 236 5296. Samtidigt välkomnar vi gärna flera medlemmar i vår verksamhet. Förutom medlemsbrevet bifogar vi även blanketten för medlemsansökan. **Har du vänner och familjemedlemmar som gärna vill bli medlem kan du ge blanketten till dem.** Flera blanketter kan fås i våra lokaler eller via avsornas@welho.com eller 044 236 5296.

Angående teater- och konsertbesök vill vi meddela att om du är intresserad att komma med men inte hunnit anmäla dig i tid kan du meddela om det till verksamhetsledaren avsornas@welho.com. Det kommer nästan alltid återbud av någon som anmält sig och då kan du ha möjlighet att komma med.

Styrelsen vill också påpeka att om du använder lokalerna utanför normal kretsverksamhet så bör du anmäla om det till Margita Slätis avsornas@welho.com eller Åge Grahn.

Medlemsbrevet skickas ut två gånger per år per brev eller e-mail. Vi försöker få med all verksamhet i brevet men någon gång kan det hända att vi behöver nå våra medlemmar under terminerna för närmare information om evenemang eller tilläggsprogram. Då tar vi i första hand kontakt per e-mail och därför **är det viktigt att vi har din e-mailadress ifall du har en. Om du får detta brev som papperspost har vi inte din e-mailadress.** Det är också viktigt att övriga kontaktuppgifter är aktuella. Om du inte fick ett tryckt inbjudningskort till jubileumsminglet i november har vi inte din postadress.

AV SÖRNÄS KRETSAR

Kretsarna verkar i föreningens lokaler, klubblokalen och AV-sidan, på Björneborgsvägen 1 i Munkshöjden. Välkommen att delta! Pröva också gärna på något nytt.

Ashtanga-yoga

onsdagar 18:00 – 19:30, AV-sidan, start 8.1, deltagaravgift 135 €/termin för medlemmar (20 gånger), betala avgiften till kontot **Aktia FI56 4055 5452 3225 01 senast 31.1**, skriv yoga och deltagarens namn i meddelandefältet.

kretsledare Monica Schwela, monica.schwela@gmail.com, tfn 040 539 8736

kontaktperson Emilia Huldén, emilia.hulden@me.com, tfn 040 149 3454

Ashtanga-yoga är en tuffare form av yoga.

Barnklubb

den sista torsdagen i månad (våren 23.1, 27.2, 26.3, 23.4 och 28.5) kl 17 - 19, AV-sidan

kretsledare Linnéa Lindh, lintsil@hotmail.com, tfn 040 753 0618 och Emilia Huldén,

emilia.hulden@me.com, tfn 040 149 3454

Barnklubben riktar sig till barn över 1 år som vuxit ur föräldrafikan. Träff med familjen (barn och förälder, mor- eller farförälder) för att umgås med andra där träffar med både teman (t.ex. musikstund) och lediga former ordnas. Lätt servering varje gång.

Bridgekretsen

tisdagar 17:30 – 21:30, klubblokalen, start 7.1

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

Capoeira

onsdagar 16:30 – 17:15 barn i lågstadieåldern och 17:15 – 18:00 barn 5 – 6 år, klubblokalen, start 22.1

kretsledare Willy Aleksionas, capoeiraklubb@gmail.com, tfn 040 418 1170,

Capoeira är ett sociokulturellt uttryck som kommer från Brasilien. Den är en utmärkt aktivitet där man sjunger, rör på sig, dansar och spelar instrument.

Facebook [Capoeira för barn - Munkshöjden](#)

Diskussionsklubben "Tillsammans lär vi mer"

onsdag 12.2 kl 18:15 – 20:15, klubblokalen

kretsledare Kurt Lindström

Vi samlas en gång i månaden i trevligt sällskap för att diskutera om olika aktuella teman.

Under den första gången planerar vi följande träffar. Servering.

Finska klubben

tisdagar 17:30 – 18:15 för barn i dagis och förskoleålder (4 – 6 år), AV-sidan, start 21.1, anmälningar till avsornas@welho.com, deltagaravgift 25 € /termin för medlemmar, betala avgiften till kontot **Aktia FI56 4055 5452 3225 01 senast 31.01**, skriv finska och deltagarens namn i meddelandefältet.

kretsledare Fanny Meling

Lär dig finska genom lek. Lekklubb för helt svenskspråkiga barn som vill lära sig finska.

Föräldrafika

måndagar 10:00 – 12:30, AV-sidan, start 20.1

kretsledare Fanny Meling, fannymeling@gmail.com

Mammor, pappor, far- och morföräldrar och barn träffas och umgås under lediga former. Servering varje gång. Leksaker för barnen finns. Information om program publiceras på Facebook <https://www.facebook.com/foraldrافika/>

Konstklubben

torsdagar kl 13, en gång per månad

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

Vi besöker aktuella konstutställningar med guide en gång per månad. Ett separat informationsbrev skickas till medlemmarna i konstklubben.

Meditationskretsen

måndagar 18:30 – 20:15, AV-sidan, start 20.1

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.

Facebook [Meditation i rörelse - AVS, Munkshöjden](#)

Rounddance – NY GRUNDKURS PÅ VÅREN

måndagar 18-19:30 nybörjarkurs, klubblokalen, start 20.1, och fredagar 10:30 – 12:00

fortsättningskurs och 12:15 – 14:00 fördjupad kurs, AV-sidan, start 10.1

kretsledare Christian von Alftan, 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.

ÖVRIG VERKSAMHET

Teater och konserter

Baletten Carmen på Nationalbaletten

lördag 14.3.2020 kl. 19:00, 50 € (87,50 €), anmäl dig genom att betala avgiften till kontot **Aktia FI56 4055 5452 3225 01 senast 19.1**. Skriv Carmen och deltagarens/deltagarnas namn i meddelandefältet. Platserna är på mittsektionen av andra balkongen. Vi träffas vid huvudentrén kl. 18:30 för utdelning av biljetterna. AVS bjuder på ett glas skumvin i pausen. *En av världens mest populära operor har av koreografen Liam Scarlett gjorts om till en gripande och dramatisk klassisk balett som på norska operan drog fulla hus efter premiären 2015. Georges Bizets musik har bearbetats så att den stöder balettens dramatiska båge.*

Tove Jansson - visdiktaren på Svenska Teatern

fredag den 3.4.2020 kl. 19:00, 20 € (37,00 €), anmäl dig genom att betala avgiften till kontot **Aktia FI56 4055 5452 3225 01 senast 1.3**. Skriv Jansson och deltagarens/deltagarnas namn i meddelandefältet. Konserten ges på AMOS-scenen. Vi träffas vid entrén mot norra esplanaden kl. 18:30 för utdelning av biljetterna. AVS bjuder på ett glas skumvin i pausen. *En stämningsfull konsertföreställning med Emma Klíngenberg, en pianist och två multimusiker. Både nyfunna vistexter av Tove Jansson i nya tonsättningar och kända sånger ur hennes visskatt framförs. Det strömmade musik genom Tove Janssons liv och skapande.*

Teatern Pappan på Svenska Teatern

måndag den 4.5.2020 kl. 18:00, 25 € (42,00 €), anmäl dig genom att betala avgiften till kontot **Aktia FI56 4055 5452 3225 01 senast 1.4**. Skriv pappan och deltagarens/deltagarnas namn i meddelandefältet. Pjäsen ges på AMOS-scenen. Vi träffas vid entrén mot norra esplanaden kl. 17:30 för utdelning av biljetterna. AVS bjuder på ett glas skumvin i pausen. *En tragikomisk berättelse med Asko Sarkola i huvudrollen om hur det är att tappa minnet. Pappan ger oss på ett briljant sätt nya perspektiv på vår tillvaro, oss själva och våra anhöriga.*

Möten och andra sammankomster

Värmöte

söndagen den 29.3.2020 kl 17:00, klubblokalen

På mötet behandlas bokslut och årsberättelse för 2019 samt val av styrelsemedlemmar. Efter mötet servering.

Vi sjunger in sommaren

torsdagen den 28.5.2020 kl 17:00, klubblokalen

Allsång och fri samvaro. Allsångsledare Jatta Staffans. Servering av skumvin med tilltugg.

Vi önskar er ett gott och aktivt nytt år!

Jaan Siitonen

ordförande

jaan.siitonen@gmail.com

041 530 5531

Margita Slätis

verksamhetsledare

avsornas@welho.com

044 236 5296