

## Förslag på aktiviteter

**Som princip** - Den som vill ta på sig att sammanhålla en aktivitet skriver några rader om det tänkta **Upplägget, Tid, Plats**, eventuell **Kostnad** och eventuellt **begränsat deltagarantal**, och skickar sedan den informationen till [info@spillan.se](mailto:info@spillan.se). *Det behöver inte vara en aktivitet som finns på listan nedan.*

Inbjudan presenteras på föreningens hemsida, [Spillersboda fastighetsägareförening \(spillan.se\)](http://Spillersboda fastighetsägareförening (spillan.se)) och går ut via E-post genom fastighetsägare-föreningens försorg. Tänk på att vara tydlig med hur betalning sker om aktiviteten har en kostnad.

Idé/Tema	Kan tänka sig sammanhålla
<b>Ut och röra på sig</b>	
Tipspromenad	
Hundpromenad med egna eller andras hundar	
”Cykelturen”. Under 8 onsdagskvällar med start den 3 maj samlas vi vid idrottsplatsen i Spillersboda och tar en cykeltur för att få lite motion. Mer information finns på <a href="http://www.sifnorrtejlje.se">www.sifnorrtejlje.se</a>	Spillersboda IF Norrtelje Lena Carlén, <a href="mailto:lenna_carlen@hotmail.se">lenna_carlen@hotmail.se</a> Eva Granberg Lomyr, <a href="mailto:eva.gl@telia.com">eva.gl@telia.com</a>
Gymnastik typ sittgympa	Stig Lindborg, <a href="mailto:stig.lindborg@outlook.com">stig.lindborg@outlook.com</a>
<b>Gemensamma promenader.</b> Onsdagar fr.o.m. den 26 april. Vi träffas vid brandstation kl. 09:30	Barbro Hult, <a href="mailto:barbrohult63@gmail.com">barbrohult63@gmail.com</a>
<b>Yoga för hjärtat.</b> Tid: 19.00-20.15 Dag: Tisdagar 25 april, 2 maj, 9 maj, 16 maj Plats: Spillersboda IF:s klubblokal vid bandyplan. Kostnad: Engång 100 kr eller 4 gånger för 300kr. Övrigt: Medtag egen yogamatta eller filt.	Kristina Westerlund, 073-38 37 591 <a href="mailto:kristinawesterlund90@gmail.com">kristinawesterlund90@gmail.com</a>
<b>Lek och spel</b>	
Kortspel - Poker	
Kortspel - Bridge	
Boule	
Varpa	
Kubb	
<b>Trevlig samvaro</b>	
”Torsdagssvängen”. Gemensam heldagsutflykt med båt till överenskommet mål.	Peter Biloch, <a href="mailto:peter.biloch@bredband.net">peter.biloch@bredband.net</a>
Picknick	
Bokcirkel	
Sport-TV i SIF klubblokal, t.ex. bandyfinal med pytt i panna	Robert Johansson (bandy), <a href="mailto:yvonnerobertjohan@gmail.com">yvonnerobertjohan@gmail.com</a>
Gökotta	
”Lunch/middagsklubb”, laga mat och äta tillsammans	Margareta Wernstedt, <a href="mailto:margareta.wernstedt@gmail.com">margareta.wernstedt@gmail.com</a>
Filmkväll i SIF klubblokal	

Fikastund 1ggr/månaden, självkostnadspris	
Sopplunch, "ansvaret går runt"	
<b>Kultur och allmänbildning</b>	
<b>Vårvandring på Stomnarö den 16 maj.</b> Bengt och Vanda Eklund har lovat att guida oss runt och berätta om sin ö. Vi samlas den 16 maj kl. 10:00 vid Spillersboda gästbrygga för gemensam avfärd ut till Stomnarö.	Lena Carlén, <a href="mailto:lena_carlen@hotmail.se">lena_carlen@hotmail.se</a> och Vanda Eklund,
Ö-vandring på Norrmansö	
Ö-vandring på Äspholmen	
"Guidad tur i byn"	
Föreläsningar	