



Karlshamn Inner Wheel Club
Distrikt 240
Sverige

President

Birgitta Lindskog
Myrtenvägen30
37437 Karlshamn

Sekreterare

Kerstin Sandström
Hjortronstigen 18
374 40 Karlshamn

Klubbmästare

Bodil Bergstrand
Prinsgatan 9
374 33Karlshamn

Vice Klubbmästare

Rosmarie Nilsson Strömblad
Utsiktsvägen 5A
374 30 Karlshamn

Tillsammans kan vi Månadsbrev nr 5 2019-2020

Kallelse Karlshamn IWC inbjuder härmed till Månadsmöte torsdagen den 7 november kl 19:00 på Gourmet Grön.
Vi serveras en måltid inkl. vatten eller lättöl till en kostnad av 200:-

Anmälan Anmälan till klubbmästare Bodil, tel 108 15, 0768-819 819 eller bergstrand.bodil@gmail.com eller Ros-Marie tel 18790, 072-51187 90 eller strombladarna@gmail.com
Anmälan senast måndag den 4 november.

Program Maria Tholén talar om mindfulness/medveten närvaro.
Maria har startat mindful milk och jobbar med att utbilda gravida kvinnor i mindfulness. Maria arbetar även som arbetsterapeut på en vårdcentral och håller kurser i mindfulness för personer med stress och ångest. Vi kommer även att få prova på olika mindfulnessövningar.

Föregående

Möte Besök av distriktspresident Ylva Hjert-Åstenius, presenterade sig och gav oss exempel på vad IW kan göra för att växa eller inte minska.

1. Infomöte
2. Bli mer moderna – Facebook som info
3. Medlemsvård
4. Minska kraven – enklare styrelsemöten.
5. Besöka andra klubbar
6. Studiecirklar
7. Synas
8. Internationellt utbyte.

Därefter lyssnade vi till ett mycket intressant föredrag av Edna Alsterlund.

Klubbärende Enkäten om vår klubb delades ut .Glöm ej att ta med den till nästa möte.

Nästa IW-skola blir nov 2020 i Älmhult

SOS café SoS mellan kl. 13.00-16.00 tisdagar udda veckor. Ingen anmälan behövs, men vill du ha skjuts, kan du ringa till dagens värdinna eller någon av de andra som brukar delta.

22 okt	Kerstin Linnander
5 nov	Birgitta Lindskog
19 nov	Ulla Pott
3 dec	Maj-Lis Bergman

Höstens Månadsmöte

7 nov Mindfulness Maria Tholen

5 dec Julfest Golfkrogen

Styrelsen har bokat den nya Golfkrogen för årets julfest!!

Aktivitet Vandringar varannan onsdag kl 10:00. Nästa vandring 23 okt kl 10:00. Samling vid utvandarmonumentet.

Konsträffen med Christine Lindqvist startade tisdagen den 15 Oktober Dagens tema blev kungar och drottningar främst Karl den X Gustav Karl den XI och inte minst Hedvig Eleonora. Intressant att se vad de olika symbolerna står för.

Träffarna blir var annan tisdag kl. 10.00 - 12.00

Ingen föranmälan. Precis som vid SoS lägger vi 30kr/gång.

Styrelsemöte Nästa styrelsemöte måndagen den 11 november kl 18:30

Hemsidor IW Sverige www.innerwheel.se

Karlshamns Rotary www.rotary.se

Karlshamn-Mörå Rotary www.rotary.se/karlshamn-morra

Med IW hälsningar

President Birgitta Lindskog

Sekreterare Kerstin Sandström

