**Skovshoved Idrætsforening. Senior i SIF – *aktivt samvær***

**Program for 2018 i SIF på Krøyersvej 5A om onsdagen:**

* **Kl 11-13**: Aktiviteter - Pilates (kl. 12.15), badminton, tennis, motionsrum, skydning, bordtennis.
* **Fra kl. 13**: Smørrebrød m.m., vand, øl, vin, kaffe, kage købes i restaurant Siffen.
* Socialt samvær med hyggesnak og spil (fx billard, bordtennis, kort- og brætspil).
* **Kl. 16:** Senior i SIF lukker.

Datoer for særlige arrangementer

|  |  |
| --- | --- |
| *3. jan.* ***2018*** | **Forårs sæsonen starter.** |
| *7. marts* | Kl. 14.00 Årligt **medlemsmøde** i Senior i SIF. |
| *2. maj* | **Skovshoveds historie.** Kl. 14.00v/ foredragsholder Peter SIF Nielsen |
| *6. juni* | **Forårs sæson afslutning.** Kl. 12.30 Årets frokost i Siffen.   Stegte ål hvis muligt og musik v/ Kim Preuthun  *Tilmelding nødvendig.* |
| *5. september* | **Efterårs sæsonen starter.** |
| *26. september* | **Demensforedrag** v/ demenskoordinator   Maj-Britt Joost fra Gentofte Kommune**.**  Kl. 13.45. Symptomer og inspiration til hjælp. |
| *24. oktober* | **Udflugt til Navergården i Helsingør.** Med historiefortælling og frokost i Naverhulen.  Samlet busafgang fra SIF kl. 10.00.  *Tilmelding nødvendig. Max. 45.* |
| *28. november* | **Sidste gymnastik- og skydedag i efteråret.** |
| *5. december* | **Juleafslutning – Tak for i år.** Kl. 12.30 Stor Julefrokost i Siffen.Evt. med bankospil. *Tilmelding nødvendig.* |
| *12., 19. og 26. dec.* | **Senior i SIF holder LUKKET.** |
| *2. januar* ***2019*** | ***Forårs sæsonen 2019 starter.*** |