

# Velkommen til Efterårs-sæsonen 2024 i FO-Omø

## De 'gamle kendinge'

### **Fællessang** – Søren Thuesen

Hver onsdag kl. 19-20,30 Første gang 11. September

Et meget populært kursus, hvor vi synger forskellige sange og genrer – noget man kun kan blive i godt humør af.

Det foregår normalt i Omø Kirke, men da den er under renovering starter vi op med at være hos Pia på Østermarksvej 12.

Hvis du ikke selv har mulighed for transport dertil, så ring på 23667895, så finder vi ud af noget samkørsel.

14 gange – kr. 200,- Eller kr. 20,- pr. gang som betales kontant

### **Knipling** — Kirsten Hansen

Hver tirsdag kl. 14-17. Første gang d. 24. September

Kurset foregår som noget nyt på Omø Skole. Det er både for begyndere og erfarne kniplere og vi har plads til nye

10 gange – kr. 400,-

### **Finere Madlavning for Mænd** – Steffen Glismann

Fredag 11/10, 25/10, 8/11, 22/11 kl. 17-21 i Forsamlingshuset.

Tilberedning & Anretning af forskellige retter samt fælles spising og fælles oprydning. Udgifter til materialer afregnes med underviser

4 gange – kr. 320,-

### **Fiskeretter for Damer** – Katja Rasmussen

Torsdag 31/10, 14/11, 5/12, 19/12 kl. 17-21 i Forsamlingshuset.

Tilberedning & Anretning af forskellige Fiskeretter samt fælles spising og fælles oprydning. Udgifter til materialer afregnes med underviser.

4 gange kl. 320,-

### **Pileflet** – Tom Christiani

Lørdag/Søndag – d. 16-17. November kl. kl. 10,30 – 17,30 i forsamlingshuset. Udgifter til materialer afregnes med underviseren.

Medbring en skarp kniv, en rosensaks, 2 sten på størrelse med en knyttet næve.

Pris kr. 350,-

### **Yoga** – Karen Rørbæk

Søndag d. 29. September kl. : 10:30 - 12:30 + 13:30 - 15:30 i Forsamlingshuset

En dag med blid og beroligende yoga.

Vi bruger formiddagen på at løsne spændinger i skuldre, ryg og hofter med blid bevægelse og kortere stræk. Efter frokost lader vi kroppen lande i nogle længerevarende stillinger, som åbner bindevævet og beroliger nervesystemet. Vi slutter af med en afspænding for hele kroppen. Medbring 1-2 tæpper, en lille pude og - hvis du har - en yogapølle. Jeg kommer med yogablokke og bæltter. Der er mulighed for at låne en yogamåtte i huset

Pris kr. 200,-

### **Syng Julen Ind – Søren & Pia**

Onsdag d. 4. December kl. 19 i Forsamlingshuset.

Vi synger sammen julesange & salmer ledsaget af Søren & Pia som også fortæller lidt undervejs. Der serveres kaffe, te & kage.

Pris kr. 25,-

## Nye tiltag

### **Keramik – Morten Ellegaard**

Mandag 23/9, 30/9, 21/10, 28/10, 11/11 kl. 19-21 på Omø Skole.

Lær at arbejde med ler. Der forefindes en drejeskive, så man må skiftes til at bruge den og modellere i hånden. Der er brændeovn, så dit arbejde kan blive brændt. Udgifter til materialer afregnes med underviser.

5 gange kr. 350,-

### **Glaskunst – Anni Olsen**

Lørdag/Søndag 12&13. Oktober kl. 10-15 i Slagelse

Der arbejdes med glas fusing, hvor der lægges lag på lag af fladt glas ovenpå hinanden. Det brændes herefter i en særlig ovn.

Vi arrangerer fælleskørsel. Materialer afregnes med underviser

Pris kr. 350,-

### **Klimamad**

Torsdag d. 19. September kl. 19-21 i Forsamlingshuset

Foredrag og debat om klimavenlig mad

Pris kr. 25,-

### **Fugleliv på Omø – Johannes Bang**

Torsdag d. 17. Oktober kl. 19-21 i Forsamlingshuset

Foredrag om fuglelivet på Omø

Pris kr. 25,-

### **Guld og Grønne Skove**

Lørdag d. 19. Oktober kl. 14,30 i Forsamlingshuset

Vi viser filmen, som jo foregår på Omø og undervejs vil flere af de personer som husker optagelserne fortælle om hvor de forskellige scener foregår samt fortælle historier de husker om tiden under optagelsen

Pris kr. 25,-

Der er **tilmelding** til alle arrangementerne:

Ring eller SMS til 23667895

Eller e-mail [foomo.aftenskole@gmail.com](mailto:foomo.aftenskole@gmail.com)

Betaling foregår til vores konto i Sparekassen

Reg. 6150 Konto 1694238 eller kontant.

Vi modtager gerne forslag til fremtidige kurser eller foredrag.

Ring eller skriv meget gerne til ovenstående med dine ideer, så finder vi ud af om det kan lade sig gøre