

Er du til godt genbrug?



Velkommen til GODT GENBRUG og KUNST hos FOF Vendsyssel!

Kursus-kontoret er flyttet til ny adresse på P. Nørkjærs Plads 9, og vi kan ikke bruge alt det gode, som vi har haft plads til i Vestbanegade 5.

Derfor inviteres til **FLYTTEALG for inventar og andet godt** – og fordi vi har så mange billeder, så laver vi også en frisk lille **KUNSTAUKTION!** Du kan få fingrene i både sjove ting og rammer og originale litografier.

Se billeder af nogle af de mange ting og sager på vores Facebook side
<https://www.facebook.com/FOFVendsyssel/>
Kom og køb til dig selv eller din forening eller klub eller...

Det sker fredag den 22. november kl. 11, Vestbanegade 5, 1. sal, 9800 Hjørring.

Velkommen!

Billeder af inventar og andet godt på Facebook



Snup plads på årets sidste YOGA workshop!

Brug halvanden time en fredag eftermiddag sidst i november og kom godt Ind i Julemåneden.

Book en Klangrejse WORKSHOP, hvor du får afspænding med vejrtrækningsøvelser, Yoga Nidra og enkle Yoga stræk.

December kan være en hektisk tid, men det behøver ikke at være stressende! Tag et skridt tilbage og find indre ro med en afspændingssession med FOFS yogaunderviser Grethe Mariann Maurseth!

Tag tid til dig selv og kom i den rette julestemning!

Kom med til KLANG



Giv oplevelser - Giv gavekort!

Bliv klogere, sundere og glattere med kurser og foredrag.

En aktiv hverdag er en god hverdag – **den perfekte julegave** er et gavekort til aktiviteter og oplevelser i din aftenskole!

Glæd én, du holder af med et gavekort til FOF Vendsyssel.

Med et gavekort er der adgang til ny viden, inspiration og oplevelser.

Der er frit valg til spændende foredrag, højskole, kurser i madlavning, yoga, sprog og meget, meget mere. Gavekortet kan anvendes til alle aktiviteter.

Læs mere om gavekort her