



Program Våren 2021

SENIORERNA

Näset Önnered
Västra Frölunda

**Studieförbundet
Vuxenskolan**

Välkommen till vårens aktiviteter hos SPF Seniorerna Näset Önnered 2021

Vi i styrelse och kommittéer hoppas att få träffa Dig ofta under våren – på våra månadsmöten, teaterbesök, resor, folkhälsoaktiviteter, studiecirklar m.m.

Styrelse och kommittéer				
Ordförande	Gunilla Swanteson Larsson	285232	0707-343314	selmaputte@gmail.com
Vice Ordförande	Lars-Göran Karlsson		0733-285727	lgk@fure.se
Sekreterare	Vakant			
Kassör	Leif Pettersson		0727-338675	petteil@telia.com
Ledamöter	Marianne Dagerot		0723-030635	marianne@dagerot.com
	Gunilla Fastling		0704-825151	gunilla.fastling@hotmail.com
	Rolf Landén		0706-460329	rolf.landen@gmail.com
	Gunnar Mårtensson		0736-881115	gunnar.l.martensson@telia.com
	Thomas Samuelson	0760-475005		thomas.samuelson1947@gmail.com
Medlemssekreterare	Solveig Fure adj.		0706-285727	solveig@fure.se
Revisor	Leif Solving	284803	0730-455647	031-284803@telia.com
Revisorssuppleant	Per-Arne Karlsson	281884	0706-044731	perkab@telia.com
HSN Pensionärsråd	Lars-Göran Karlsson		0733-285727	lgk@fure.se
SDN Pensionärsråd	Marianne Dagerot		0723-030635	marianne@dagerot.com
Bridge	Birgit Björsell		0706-634053	birgitbjorsell@comhem.se
Folkhälsa	Mimmi Velin-Samuelson		0704-927584	mimmi.welin@hotmail.se
	Marianne Dagerot		0723-030635	marianne@dagerot.com
Hemsida	Britt Wernlundh		0722-533270	britt.wernlundh@telia.com
Korta promenader	Vakant			
Långa promenader	Thomas Samuelson	0760-475005		thomas.samuelson1947@gmail.com
Programkommitté	Lars-Göran Karlsson		0733-285727	lgk@fure.se
	Lena Udd		0702-807691	ludd@telia.com
	Ingemar Udd		0702-807691	ludd@telia.com
Resekommitté	Gunilla Swanteson Larsson	285232	0707-343314	selmaputte@gmail.com
	Leif Pettersson		0727-338675	petteil@telia.com
Studiebesök	Thomas Samuelson	0760-475007		thomas.samuelson1947@gmail.com

Teaterbesök	Britt Kjellberg	283945	0705-283945 hammarv164@gmail.com
Trafikombud	Leif-Arne Bruhn	283371	0709-326850 bruhn1358@gmail.com
Valberedning	Hans Kjellberg	283945	0705-283945 hammarv164@gmail.com
	Britt Kjellberg	283945	0705-283945 hammarv164@gmail.com
	Ingemar Udd		0702-807691 ludd@telia.com
Vårdar	Eva Andersson	288939	0733-668434 eva.mottvik@telia.com
	Gunilla Lindén	470785	0733-885805 glinden@telia.com

Månadsmöten

Onsdagar klockan 11.00 i Näsets Kyrka Hammarvägen 6

OBS! Gratis parkering utanför kyrkan 09.00-14.00

13 januari	"Dags för jazz igen" Denna gång med Näset-sonen Kent Hjort. Han har med sig 2 medlemmar från Sir Bourbon Band.
3 februari	Årsmöte
3 mars	"Thomas Tengby berättar om Medelhavskusten och Medelhavsmaten" Vad är egentligen "Medelhavsdieten"?
7 april	"På begäran – populäre Bert-Owe Lundqvist kommer tillbaka" Han sjunger, berättar och fabulerar.
5 maj	"Musik-quiz" Niklas Carlsson kommer tillbaka med nya nya frågor i sin Musik- quiz.
2 juni	"Gunilla och Thomas Poppe ger en föreställning om maken/pappan Nils" Thomas sjunger till eget ackompanjemang och Gunilla visar bildspel.
1 september	Första mötet för höstterminen – Vi låter oss överraskas!

Kom till våra månadsmöten!

På månadsmötena får Du information om alla aktuella aktiviteter, och det är där som Du också kan anmäla Dig till våra resor, teaterbesök, folkhälsoaktiviteter och kurser. Alternativt kan Du också ringa/maila till den som står som kontaktperson.

Anmälan om deltagande till månadsmöten görs senast söndagen före mötet (gärna tidigare) till:

Eva Andersson, tel. 28 89 39 alt. 0733-66 84 34 eller e-post eva.mottvik@telia.com
Gunilla Lindén, tel. 47 07 85 alt. 0733-88 58 05 eller e-post glinden@telia.com

SPF Seniorerna Näset-Önnered: PlusGiro nr 446 61 50-2
E-post: spfnaset@gmail.com – hemsida: [SPF Seniorerna Näset Önnered.se](http://SPF.Seniorerna.Näset.Önnered.se)
Organisationsnummer 802421-1347

Studiebesök

Våra studiebesök kommer även 2021 ske sporadiskt. Vad vi besöker meddelas senare på hemsida och via vecko-mail från ordföranden.

Kontaktperson: Thomas Samuelson, tel.0760-47 50 07 alt. thomas.samuelson1947@gmail.com som också tar emot anmälningar.

Start vid ICA Åkered kl. 09.50 för kommunalt åkande. Eventuellt kan samåkning med bil vara aktuellt.

KULTURARRANGEMANG

17 februari kl. 11.00

"Dags för nya kläder?"

Lotta från Seniorshopen kommer med en kollektion kläder för stilsäkra seniorer. Gå gärna in på hennes hemsida och titta: seniorshopen.se

17 mars kl. 11.00

"Lär Dig använda mobil och surfplatta"

Samhället blir mer och mer digitalt och det öppnar upp för nya möjligheter. Nu kan Du få lära Dig det mest grundläggande. Äldrekonsulenten Elisabeth Madsen från Hälsofrämjandet, Gbg Stad, går igenom olika saker på Din mobil och surfplatta såsom appar, e-post, mobilt BankID m.m. Max 8 personer.

21 april kl. 11.00

Återkoppling med samma grupp som den 17 mars.

Observera – tiden för Kulturarrangemangen!

Fler kulturarrangemang kan komma att arrangeras. Vi meddelar på hemsida, i vecko-mailet och vid våra månadsmöten.

STUDIECIRKLAR

Under våren 2021 anordnar vi inga studiecirkelar. Om någon har ett önskemål alt. ett bra förslag till studiecirkel – hör av Er till Gunilla Fastling, telefon: 0704-82 51 51 eller till styrelsen.

FOLKHÄLSOAKTIVITETER

(f.d. Friskvård)

Korta promenader

Vi gör en paus till dess vi funnit en lämplig ledare.

Långa promenader

Som vanligt promenerar vi på **tisdagar** (helgfria) i **ojämna** veckor. Vi gör längre promenader på ca 3 - 4 timmar, med eller utan stavar. Vi besöker eventuellt olika trädgårdsanläggningar i Göteborg och Göteborgs närområden, spännande och nyuppförda byggnader m.m. Någon gång på vårkanten byter vi ut promenaden mot en cykeltur när vädret så tillåter.

Start kl. 10.00 från ICA Supermarket, Åkered. Start den 12 januari 2021.

Kontaktperson: Thomas Samuelson tel. 0760-47 50 05

Gymnastik

Vi har tillgång till Korpens gymnastik i Sportarenan, Åkered. Dusch och bastu finns.

Måndagar och torsdagar kl. 9.30. Start vecka 2, måndagen den 11/1 och torsdagen den 14/1.

Kontaktperson: Terttu Urholm tel. 28 80 82

Mattcurling

Vi har även tillgång till Sportarenan, Åkered, för mattcurling. Nya och gamla medlemmar hälsas välkomna!

Måndagar kl. 11.30. Start vecka 1, den 4/1.

Kontaktpersoner:	Hans Kjellberg	tel. 28 39 45 alt. 0705-28 39 45
	Leif Pettersson	tel. 0727-33 86 75

Yoga

Kundalinyoga – klassisk form av yoga som passar alla! **Startdatum meddelas senare. 8 ggr.**

Kontaktperson:	Britt Wernlundh	tel. 0722-53 32 70
----------------	-----------------	--------------------

Boule

Vi spelar boule så länge vädret tillåter på Åkereds Arenor. **Start i januari meddelas senare.**

Kontaktperson:	Rolf Hammarström	tel. 0739-86 11 33
----------------	------------------	--------------------

Gynna våra annonsörer!

Läs annonserna i detta 2021's programblad. Som SPF-medlem kan Du få rabatt hos en del av annonsörerna. En del av dem finns även med på vår hemsida.

Resor

- .. april** Guidade rundturer i Köpenhamn och Oslo med mycket ny arkitektur. Båtresor i dubbelhytt mellan Köpenhamn och Oslo med middag ombord. Allt under sakkunnig ledning av vår egen arkitekt: Thomas Samuelson.
- .. maj** Resa genom försomriga Småland till blomsterkonungen Carl von Linnés hemort och IKEA-museet. Guidad visning av Linné-gårdens egen guide.

När programmet skrivs är allt vad resor heter väldigt osäkert p.g.a. Corona-pandemin. Fler resor kan tillkomma beroende på önskemål och intresse om läget förbättras.

Kontaktpersoner:	Gunilla Swanteson Larsson	tel. 28 52 32 alt. 0707-34 33 14
	Leif Pettersson	tel. 0727-33 86 75

Teater

Vi informerar kontinuerligt om teaterbesök på våra månadsmöten, genom vecko-mail och på vår hemsida.

Kontaktperson:	Britt Kjellberg	tel. 28 39 45 alt. 0705-28 39 45
----------------	-----------------	----------------------------------

Bridge

I IF Västers klubblokal vid Önneredskolan spelar vi bridge **varje tisdag klockan 10.00--14.00**. Nya medlemmar hälsas välkomna.

Start vecka 2, tisdagen den 7/1.

Kontaktperson:	Birgit Björsell	tel. 0706-63 40 53
----------------	-----------------	--------------------

Våra aktiviteter

presenteras löpande i vecko-mail samt finns utförligt beskrivna på vår hemsida:

SPF Seniorerna Näset Önnered.se

Uteblir vecko-målet – kontakta ordförande alt. medlemssekreterare.

Problem med utskick av vecko-mail kan förekomma p.g.a. att medlemmen bytt e-mail-operatör utan att meddela oss. Kontrollera att uteblivna vecko-mail inte ligger i SPAM el. dyl.

Titta även under uppdateringar och kampanjer!

UPPROP till VÅRA MEDLEMMAR

Hjälp oss att värva nya medlemmar! Vi är många men vill gärna bli fler!
Prata med grannar och vänner – berätta om våra aktiviteter såsom möten, folkhälsoaktiviteter, teaterbesök och resor.

Distriktsaktiviteter

Göteborgsdistriktets aktiviteter finns på vår hemsida liksom distriktets hemsida och kalendarium.

Anmälan till dessa sker till kansliet. Telefon: 12 17 59 alt. kansliet@spfgbg.se.

Betalningar för distriktsaktiviteter sker på BankGiro 300-2755.

Se även Distriktets hemsida och Kalendarium.

VÄLKOMNA



Kubbarna underhöll med sång och musik på första mötet

Integritetspolicy

I SPF Seniorerna Näset Önnered använder vi Dina personuppgifter enligt följande:

1. För kommunikation med medlemmar via post, e-post, sms, telefon.
2. För medlemsförsäkring från Skandia.
3. För mottagande av adressförändringar och avregistreringar från SPAR.
4. För deltagarlistor som används på de sätt som behövs för att driva våra aktiviteter samt avrapportering från dessa till kommunen och studieförbund.
5. För upprättande av födelsedagslistor (= högtidsuppvaktning).
6. Endast personuppgifter för styrelsemedlemmar och funktionärer publiceras i programblad, hemsida och funktionärsregister. I matrikeln endast medlemmarnas adresser och telefonnummer (likt Eniro, Hitta.se etc.).
7. Vid kommunikation i t.ex. e-post för kallelser eller deltagande i aktiviteter med många samtidiga medlemmar döljs övriga adresser.
8. Endast styrelsen, och av styrelsen utsedd ansvarig för medlemsregistret, ges åtkomst till Medlemsregistret.
9. Vid avslutat medlemskap tas alla personuppgifter bort efter ett år när all rapportering till berörda instanser skett.
10. Foton som tas vid våra sammankomster, möten och aktiviteter kan komma att läggas ut på föreningens hemsida. Information om föreningen och föreningens ändamål på detta sätt anser vi här väger tyngre, för att därigenom kunna erhålla nya medlemmar, samt att existerande medlemmar kan se vad som händer. Vi kommer därför också att minst en gång per vår och höst meddela detta till deltagarna på ett månadmöte. Om då medlem begär detta, kommer foton med denne inte att publiceras.
11. Medlem har rätt att ta del av sina egna personuppgifter.

2020-10-31

Styrelsen för SPF-Seniorerna Näset Önnered.



*"Vår egen "snyggning", Roger Eliasson, berättade om sitt liv
"Från botten till toppen" = från ubåt till flygplan*



"Kaffetären den bästa är bland alla jordiska drycker"



Alla ser ut att trivas och ha någonting att berätta

Besök i Kungälv och Lars Lerin utställningen
10 mars 2020



Lunchbuffé



Vår egen Buss-Thomas med fru



Alla lät sig väl smaka



Hit måste vi återvända



Se bara hur en del njuter!



*Även "inlånade" SPF:are
var med - dessa från Askim*



Avslutningsvis kaffe/kaka



*Otroliga akvareller -
men - vilka priser!*



Förtrollande landskap



Talande björkstammar

Allt sålt!

Möte med nya medlemmar 11 mars 2020



Rena rama 11-kafferepet!



Alla hade något att bidra med





Även valberedningen var kallad



Finns det några presumtiva styrelsemedlemmar, männe?

*Sista sammankomsten innan Corona-pandemin satte
stopp för vår verksamhet våren 2020.*

Men - vi återkommer så snart det låter sig göras!