



Kumlabygden

PROGRAM HÖST OCH VINTER 2026-27



HEMSIDA

www.spfseniorerna.se/kumlabygden

mail: kumlabygden@spfseniorerna.se

AUGUSTI

- Onsdag 19 **Uppstartsträff** i Sannahed kl 14,00 med Sill och potatis samt Kumla Spelmän underhåller.
- Måndag 24 Måndagspromenad 9,30 **Byvandring i Hörsta** med lokal guide. Samåkn. från Johannesplatsen 9,30
- Måndag 31 **Måndagspromenad** kl 9,30 fr. Johannes platsen
- Måndag 31 **Bowling** kl 15,00

SEPTEMBER

- Måndag 7 samt 14,21,28 **Måndagspromenader** kl 9,30 fr. Johannes platsen
- Måndag 14 samt 28 **Bowling** kl 15,00
- Torsdag 17 och 24 **Inomhusboule** kl 10,00
- Onsdag 9 **Månadsträff** i Fylstakyrkan kl 14,00.
Beredskapssamordnare Kristoffer Sandström kommer och informerar om sin roll och sina arbetsuppgifter.
Fika med dopp och lotteri
- Fredag 25 **Social lunch** 13,00 på ARAMIS
- Onsdag 30 **Socialt fika** 15,00 på LOKAL i Kumla

OKTOBER

- Torsdag 1 samt 8, 15, 22, 29 **Inomhusboule** kl. 10,00
- Måndag 5 samt 12,19,26 **Måndagspromenader** kl.9,30 fr. Johannes platsen
- Måndag 12 samt 26 **Bowling** kl 15,00
- Onsdag 14 **Månadsträff** i Fylstakyrkan kl 14,00. Underhållning av Håkan Isaksson. Fika med dopp och lotteri
- Måndag 19 **Socialt fika** 15,00 i MARIEBERG med shopping
- Fredag 30 **Social lunch** E-GASTRONOMI kl 13,00

NOVEMBER

Måndag 2 samt 9,16 och 23 **Måndagspromenader** kl 9,30 fr. Johannes platsen om vädret tillåter

Torsdag 5 samt 12, 19 och 26 **Inomhusboule** kl. 10,00

Måndag 9 samt 23 **Bowling** kl 15,00

Onsdag 11 **Månadsträff** i Fylstakyrkan kl 14,00 Prel. kommer Lokalpolisen och berättar om aktuellt läge i Kumla. Fika med dopp och lotteri.

Onsdag 18 **Socialt fika** 15,00 prel. på LOKAL i Kumla

Fredag 27 **Social lunch** 13,00 på Grekiska Grill&Bar

DECEMBER

Torsdag 3, 10 och 17 **Inomhusboule** kl. 10,00

Onsdag 9 **Månadsträff** i Fylstakyrkan kl 14,00 med jullandgång och underhållning av ungdomar från Kävesta folkhögskola. Fika med dopp och lotteri

JANUARI

Torsdag 7, 14, 21 och 28 **Inomhusboule** kl. 10,00

Onsdag 13 **Månadsträff** i Fylstakyrkan kl 14,00 apotekare Eva Wallin från Örebro kommer och informerar om apotekens roll och funktioner inom medicineringen.

Tisdag 19 **Socialt fika** 15,00 i MARIEBERG med shopping

FEBRUARI

Torsdag 4, 11, 18 och 25 **Inomhusboule** kl. 10,00

Onsdag 10 **Årsmöte** i Fylstakyrkan kl 14,00. Efter Årsmöteshandlingarna blir det underhållning med musik-quiz.

VÅRA AKTIVITETER

MÅNADSTRÄFFAR sker normalt andra onsdagen i varje månad utom juli då vi har sommaraktiviteter. På träffarna har vi antingen en intressant föreläsare eller någon form av underhållning. Kaffe med tilltugg samt lottdragning.

BOULE spelas inomhus vinterhalvåret och utomhus sommartid. För inomhusboulén ansvarar Agneta 070-6974225 och Håkan Emanuelsson 070-6732223

För utomhusboulén May Pettersson 070-5312872

BANGOLF spelas på Mosås Bangolfklubb. Spelas från maj -till september. Ansvarig May Pettersson 070-5312872

NATURUTFLYKTER Varje måndag från tidig vår till sen höst. Uppehåll under sommaren. Ansvarig Maud Rattenborg 073-0391882

HJÄRNKOLL en friskvårdscirkel för minnesfunktionen. Varannan tisdag höst och vår. Ansvarig Inga Karin Persson 070-4584855

RESOR OCH STUDIEBESÖK Resor anordnas som dagsutflykter till intressanta platser. Ansvariga May Pettersson 070-5312872 och Agneta Setterberg 070-4592462

STUDIECIRKLAR anordnas om tillräckligt intresse finns. Ansvarig Jeanette Klingberg 073-8669270

WEBBINARIUM anordnas när något intressant ämnesområde erbjuds. Ansvarig är styrelsen

SOCIAL LUNCH oftast sista fredagen i varje månad utom sommaren och december. Ansvarig Lennarth Helgesson 070-5459399

CAFÉTRÄFFAR OCH PUBBESÖK anordnas sporadisk

LITTERATURCIRKEL måndagar var tredje vecka under höst och vår. Ansvarig Irene Blom 070-5721399

TEATERBESÖK görs vår och höst. Ansvarig någon i styrelsen

LÄNGRE RESOR kan vi också som SPF-medlemmar delta i som andra SPF-föreningar i länet arrangerar.

HAR DU IDEER OM PROGRAM och AKTIVITETER så hör gärna av dig till någon i styrelsen. Vi tar mer än gärna emot idéer och synpunkter från våra medlemmar

VIKTIG INFORMATION

Anmälan och kostnad: Samtliga inbetalningar vid anmälan om deltagande i resor, mm sker via **SPF Kumlabygdens Bankgiro: 618-4212 eller Swish: 1234350757**

Samåkning: Vid samåkning i bil betalar passagerare **10:-/milen** till chauffören

NÅGRA AV VÅRA OMBUD

Trafikombud o Hörselombud Bength Eriksson 070-6930275

Medlemsregisteransvarig Agneta Skjutare Emanuelsson 070-6974225

Mötesvärdar Gunni Andersson 072-5866728, Lars Erik Martinsson, Inger Jansson, Inger Löwe

OM KVARNGÅRDEN 2 kulturkonsulenter i kommunen arbetar med mötesplatser för äldres gemenskap och meningsfull fritid. Kvarngården är en mötesplats för alla äldre, även den som inte bor där. Här anordnas olika former av aktiviteter i samarbete med Väntjänsten som är volontärer från flera Pensionärsföreningar i Kumla, se sidan 7. Volontärerna får verksamheten att fungera och nu efterlyses fler volontärer som kan engagera sig från 1 timme till så mycket man vill. Kontakta Stefan Skärlund 019-58 69 40 eller stefan.skarlund@kumla.se

SPF Seniorerna arbetar för att Sverige ska ha bästa tänkbara äldrepolitik och bildar opinion i alla viktiga äldrefrågor. SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation med närmare en kvarts miljon medlemmar. Vi driver viktiga förändringar för Sveriges seniorer och påverkar regering och riksdag, såväl som regioner och kommuner. Våra prioriterade frågor är äldres ekonomi, hälsa och omsorg, boende och rätt att arbeta. I Spf Seniorernas arbete är inflytande, valfrihet och livskvalitet viktiga ledord. Källa: förbundets hemsida www.spfseniorerna.se

SPF Seniorerna har 750 föreningar med en kvarts miljon medlemmar, och i länet finns 23 föreningar med nära 6 000 medlemmar. **I Kumla har vi ca 250 medlemmar. Ett medlemskap kostar 310:-/året.** Som medlem får du rabatter på tex försäkringar och el. Du får också aktiviteter och mötesplatser där du lär känna andra pensionärer och ingå i en fin gemenskap. Till detta får du också förbundstidningen "Senioren"

OM VUXENSKOLAN



Studieförbundet Vuxenskolan samverkar med Föreningslivet i hela landet. Vi tror på kraften i engagemanget – och vi vet att folkbildning gör skillnad. Tillsammans med föreningar skapar vi möjligheter att lära, växa och utvecklas – både som individer och som rörelser. Det gör vi genom våra tre folkbildningsformer:

Studiecirkel – en liten grupp som lär tillsammans över tid. Det kan handla om allt från att utveckla styrelsearbetet, spela i ett band, fördjupa sig i miljöfrågor eller stärka sitt mod att prata inför andra. Cirkeln leds av en ledare och pågår i minst tre träffar. Hit räknas Bokcirkeln, Hjärnkoll, Här är ditt liv

Annan folkbildning – till exempel prova-på-tillfällen, kortare kurser eller uppsökande aktiviteter. Även här behövs en ansvarig ledare. Hit räknas våra måndagspromenader

Kulturarrangemang – öppna evenemang som föreläsningar, konserter, utställningar eller samtalskvällar. Hit räknas våra månadsträffar. Genom att registrera närvaro till Vuxenskolan kan vi få hjälp med kursverksamheter ex kursledare, kopiering mm.

OM VÄNTJÄNSTEN



Väntjänsten är en frivillig och ideell sammanslutning som drivs av Kumlas pensionärsföreningar SPF, PRO, RPG samt Röda Korset. De utför olika uppdrag kostnadsfritt och arrangerar områdesträffar för pensionärer och andra daglediga.

- Väntjänsten hjälper de äldre som bor på våra Äldreboenden att kunna närvara på gemensam underhållning som anordnas på boendet.
- Väntjänsten åtar sig att hjälpa till med: sällskap till vårdinrättningar, bank, frisör, affärer eller önskemål om en fikakompis.
- Kan du tänka dig att sitta i telefonjouren en gång i månaden? Eller bli volontär och hjälpa till från 1 timme till så mycket du önskar? Hör av dig till vårt väntjänstombud. Ytterligare information, se vår hemsida.

Väntjänstens telefonjour Må-fre 10.00-11.45 : 019-588927

Väntjänstombud : Barbro Backlund och Maud Rattenborg

OM SENIORNET



SeniorNet Sweden är en ideell förening, som har till ändamål att främja seniorers förmåga att använda den moderna IT-teknik som är nödvändig i dagens samhälle. Grundidé: Seniorer hjälper seniorer med digital kommunikation och internet.

Örebro har ca 300 medlemmar och är en av 48 lokalklubbar. Medlemskapet kostar 250 kr. för 12 månader, en cirkel kostar i regel 200 kr. En stor fördel med medlemskapet är tillgången till hemsidan samt support endera via telefon eller mail. Vid hembesök tar man prisuppgift. Kika på

SeniorNet Örebros hemsida: **orebro.seniornet.se**. Du kan även kontakta dem på telefon 072-406 37 36.



Bength Eriksson

070-6930275

ORDFÖRANDEN HAR ORDET: Vi kan se tillbaka på hur vår förening i högsta grad bidragit till gemenskap och social samvaro. Det märks inte minst på hur välbesökta våra aktiviteter är och det stora engagemang som präglat vår förening. Jag önskar att Du som medlem också ger oss förslag på nya gemensamma aktiviteter.

Vi ser fram emot att få fortsätta 2026 på bästa sätt!

Bength Eriksson



Vice ordföranden, talesombud, KPR ombud:

Barbro Backlund 073-4331888



Sekreterare, webbredaktör: Åke Sundberg

070-2636001



Kassör: Håkan Emanuelsson 070-6732223



Ledamot, reseombud: May Pettersson

070-5312872



Ledamot, webbredaktör, studieombud:

Jeanette Klingberg 073-8669270



Ledamot: Christina Bolander 070-2212373

Revisorer: Karl Åke Folkesson, Irene Blom. Övriga funktionärer se hemsidan

Valberedning: sk Kerstin Lundqvist-Eriksson