

Programblad våren 2020



Studiebesök på Nordic Sea Winery i Simrishamn

SPF Seniorerna Club 230
Bråhögsplassen 4
245 31 Staffanstorp
Telefon till klubblokalen 046-25 81 95
Hemsida: www.spfclub230.se
Bankgiro: 351-2738
Org. nummer: 802428-9343



En enklare vardag

Grunden till en sund och hållbar ekonomi är att ha kontroll över sin vardagsekonomi. Med rätt verktyg är det inte särskilt svårt. Vi har samlat alla verktyg och tjänster som du behöver i ett smart paket som passar just dig och dina behov.

▶ **Läs mer på sparbankenskane.se
eller ring oss på 0771-12 20 00.**

**Sparbanken
Skåne**





Anneli af Klinteberg
Ordförande

Hej, alla medlemmar i SPF seniorerna club 230!

Nytt decennium, nytt år och nytt program! Det finns många möjligheter att göra det nya året till något spännande, roligt och fyllt av upplevelser av skilda slag.

Jag hoppas att du ska finna programmet intressant och att du tar vara på möjligheten till att hitta tillfällen att träffa nya vänner, göra utflykter och delta i våra aktiviteter där du kan träna såväl kropp som hjärna.

I vårt seniorråd för vi fram de frågor som är viktiga för oss seniorer i frågor som rör boende, omsorg, vård och tillgänglighet. Här träffar vi representanter för kommunen och hoppas att man ska se oss som en tillgång i arbetet med att göra kommunen bra att leva i när vi slutat vårt förvärvsarbete.

Tack vare att många hjälper till kan vi ha ett varierat program, och jag vill passa på tillfället att tacka alla medarbetare för allt arbete. Samtidigt vill jag be er att komma med idéer och förslag till vår verksamhet, och vi är alltid glada över all hjälp vi kan få.

Jag hoppas att vi möts i vår !

Varmt välkomna till ett nytt år!

Anneli

Välkommen till **City Gross Staffanstorp!**

Dags för en picknick i det gröna eller en grillfest på campingen?

Gör ett besök i Staffanstorps färskvarubutik! Allt vårt färska kött är svenskt, vi erbjuder bara fisk och skaldjur från hållbara bestånd och sju dagar i veckan bakar riktiga bagare bröd i vårt butiksbagari. Färskvaror som blir ännu godare med grillränder.

Vi ses på City Gross!



Staffanstorp Klågerupsvägen 1, tel 46-23 89 80
Öppet alla dagar 7-21

**CITY
GROSS**

Styrelse och funktionärer

Styrelse

Ordförande	Anneli af Klinteberg	ordf@spfclub230.se	046-25 66 30
V ordförande	Gudrun Malmsten	gudrunmalmsten@telia.com	072-7260948
Kassör	Eva Särbring	Eva.sarbring@hotmail.com	073-4057374
Sekreterare	AnnMari Wellhag Wallén	annmariw.w@gmail.com	073-3508234
V sekreterare	Anita Nydemark	anita.nydemark@gmail.com	076-1355385
Ledamot	Mats Bengtsson	masseulf@gmail.com	076-8257517
Ledamot	Lise Blomqvist	blomqvist.lise@gmail.com	070-2110128
Ledamot	Gunnar Lindell	gunnar40.lindell@gmail.com	070-7453690
Ledamot	Hans-Olof Bengtsson	hansolof.bengtsson@telia.com	046-25 73 91
Ledamot	Ann-Margreth Nilsson	annmargreth4903@gmail.com	070-8267650
Ledamot	Kerstin Pontén		073-4228245

Valberedning

Kenzy Eriksson	kenzye@gmail.com	073-242 07 08
Barbro Julén	barbro.julen@telia.com	070-570 26 15
Lillemor Olofsson	lillemor.olofsson1@gmail.com	046-25 75 27
Werner Unger	werner.unger.at@gmail.com	070-525 86 01
Johan Wallén	wallenj@gmail.com	070-719 66 80

Revisorer

Carin Ask	carin.ask@telia.com	046-25 77 76
Christer Fransson	christer@medicaklinik.se	046-25 23 20
Ersättare:		
Gert-Inge Hanshammar	gertinge.hanshammar@gmail.com	046-25 80 20

Nöjeskommitté

Anita Bengtsson	anita.staffanstorp@telia.com	046-25 73 91
Hans-Olof Bengtsson	hansolof.bengtsson@telia.com	046-25 73 91
Birgitta Nilsson	birgnils@yahoo.se	046-25 59 23
Kay Nilsson	kaynilsson@yahoo.se	046-25 59 23
Lisbeth Berg	lisbeth.berg@telia.com	070-366 17 79
Gert Berg	gert.berg@telia.com	070-483 54 40

Planeringsgrupp för utflykter och studiebesök

Anita Nydemark	anita.nydemark@gmail.com	076-135 53 85
Ann-Margreth Nilsson	annmargreth4903@gmail.com	070-826 76 50
Brita Kristiansson	brita.kristiansson@gmail.com	073-744 07 94
Gudrun Malmsten	gudrunmalmsten@telia.com	072-726 09 48
Görel Jönsson	gorel.3737@gmail.com	070-924 62 90
Kenzy Eriksson	kenzye@gmail.com	073-242 07 08
Lise Blomqvist	blomqvist.lise@gmail.com	070-211 01 28
Marianne Grevendahl	mariannegrevendahl@hotmail.se	076-111 42 20

Medlemsansvarig

Anita Nydemark (onsd 10-12)	anita.nydemark@gmail.com	076-135 53 85
-----------------------------	--	---------------

Webbansvarig

Torsten Eriksson

torsten.a.eriksson@gmail.com

070-456 02 33

Ansvarig flerdagsresor

Brita Kristiansson

brita.kristiansson@gmail.com

073-744 07 94

Studieansvarig

Christer Fransson

christer@medicaklinik.se

046-25 23 20

Trafikombud

Sune Cederpil

sune.cederpil@gmail.com

046-25 66 27

Lokalvärdar

Birgit Larsson

birlen@telia.com

046-25 59 21

Åke Hermansson

ellips@telia.com

046-25 76 35

Anita Nydemark (bokningar) anita.nydemark@gmail.com

076-135 53 85

Hörselombud

Majken Adlergård

adlergard@gmail.com

046-25 35 06

Eva-Lis Blomberg

eva.lis.blomberg@gmail.com

072-365 56 58

Sociala och medicinska frågor

Kirsten Nilsson

kirsnils@gmail.com

070-818 02 34

Försäkringsansvarig

Gunnar Lindell

gunnar40.lindell@gmail.com

046-25 58 94

**Irene Asps fotvård**

Diplomerad Medicinsk fotvårdsterapeut

Tele: 0708- 30 22 48

Malmövägen2

2a våningen Hälsohuset

Välkommen!

Rätt mäklare kan ge dig en lyckad bostadsaffär.

Vi på Bjurfors genomför gång på gång framgångsrika bostadsaffärer med hjälp av vårt ledande kontaktnät, beprövade affärsmetoder och förstklassiga marknadsföring. Vi tar dig ett steg upp - och ett steg närmare din bostadsdröm.

Som medlem i SPF får du dessutom rabatt när du säljer din bostad genom oss. Du kan också alltid få en kostnadsfri värdering av din bostad.


BJURFORS

046-273 26 30 | bjurfors.se

**DU FÅR
15% RABATT PÅ
MÄKLARARVODET**
(på gällande prislista).

www

S

Månadsmöten

Alla medlemmar är välkomna till månadsmöten som äger rum andra tisdagen i månaden och alltid klockan 13.30 i St Staffans församlingsgård.

Alla månadsmöten har en informationsstund och slutar med kaffeservering och lotterier.

Tisdagen den 14 januari

Hali Liddell berättar och visar bilder från sina pilgrimsvandringar

Tisdagen den 11 februari

Sparbanken Skåne informerar

Årsmötesförhandlingar

Tisdagen den 10 mars

Ewa Gun Westford "Jag är inte bara polis, jag är människa också"

Tisdagen den 14 april

Musikgruppen History från Helsingborg spelar och sjunger "Pärlor & Pop"

Tisdagen den 12 maj

"Resa längs transsibiriska järnvägen" Sten Ullerud berättar och visar bilder

Fredagsfika

Alla som vill träffa någon av oss är välkomna till vår klubblokal varje fredag kl 13 – 14. Vi serverar kaffe och kaka och första fredagen i månaden kan du köpa batterier till hörselapparater.



Filmklubb

Filmvisning i f.d. bibliotekets hörsal onsdagar kl 17.00. Fri entré.

I samarbete med biblioteket.

22 januari "Vincent van Gogh– Vid evighetens port"

Enstöringen som bara känner samhörighet med konstnärsvänner som Gauguin och sin bror Theo. Han hamnar på institution där han får hjälp av en präst för att få insikt om varför han är missförstådd.

2 mars "Helan och Halvan"

Berättelse om komikerduon Stan Laurel och Oliver Hardy

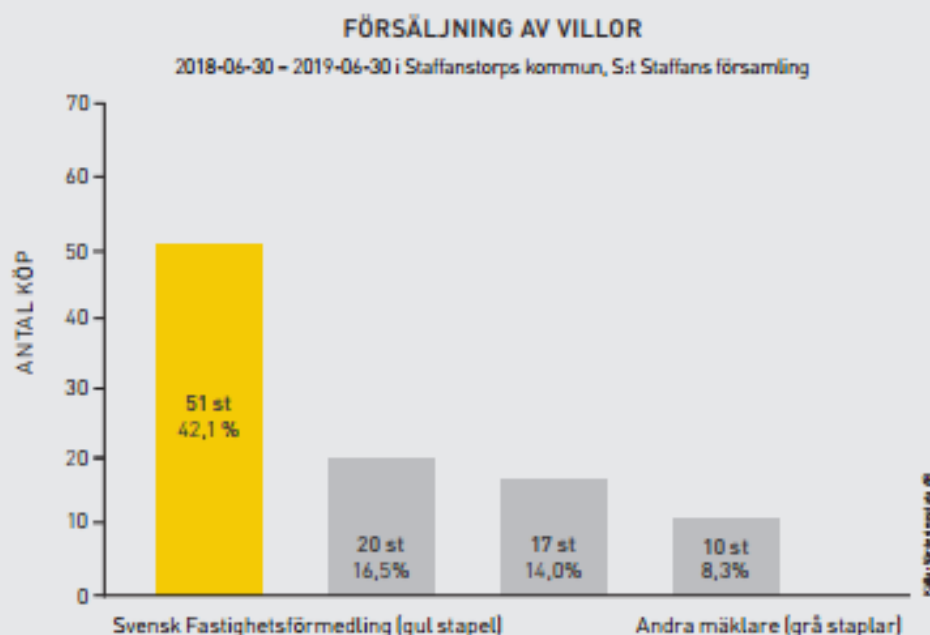
17 mars "Domaren"

Baserad på boken av Ian Mac Ewan. Skådespelare: Emma Thompson, Stanley Tucci, Fiona Whitehead.

22 april Program bestäms senare

Funderar du på att sälja din bostad?

Nästan varannan villa som säljs i Staffanstorps tätort förmedlas av Svensk Fastighetsförmedling. Vi är glada att så många har valt att anlita oss och gjort oss till Staffanstorps mest anlitade mäklarfirma sedan 15 år tillbaka. Det hade vi inte varit utan nöjda kunder.



Ska du också sälja din bostad och är nyfiken på din bostads värdeförändring? Anmäl dig till vår tjänst Bostadsvärdet på svenskkfast.se/bostadsvardet eller kontakta oss så berättar vi mer. Välkommen till mäklaren med **Koll på läget!**



DANIEL OLLHAGE
Fastighetsmäklare



ANDERS LARSSON
Fastighetsmäklare



ANNMARI WELHAG WALLEN
Mäklarassistent

SVENSK  FASTIGHETSFÖRMEDLING

STAFFANSTORP | STORGATAN 5 | TEL 046 25 46 56 | [SVENSKFAST.SE/STAFFANSTORP](https://svenskkfast.se/staffanstorp)

Operabesök

Malmö opera



Operetten Orfeus i underjorden med bl a Loa Falkman och Marianne Mörck på Malmö Opera. Begränsat antal biljetter.

Datum: 2020-04-01 kl 19.00.

Kostnad: 580 kr, betalas senast den 21 januari.

Samling för samåkning vid parkeringen James Grill kl 17.30

Meddela vid anmälan om du kan köra.

Anmälan till Siv Hagermark e-post sivhagermark@hotmail.com tel:0760-293553.



BENGTS KONDITORI
KUNSKAP TRADITION KVALITÉ

ÖPPETTIDER
Vardagar 6.00-18.00
Lördagar 6.00-13.00

BENGTS CONDITORI
Staffanstorp

Telefon 046-25 39 50
Staffanstorp

ICA Supermarket

Staffanstorp

Tel 046-25 25 10 Kött 25 25 85

[*ica@icasupermarket.net*](mailto:ica@icasupermarket.net)

[*www.icasupermarket.net*](http://www.icasupermarket.net)

ÖPPET

ALLA DAGAR

8-21

Viktigt vid anmälan till våra aktiviteter

- **Observera första datum** för anmälan. Kan vara olika för varje aktivitet. Om du ringer: tala **inte** in meddelanden på telefonsvararen utan ring igen! Anmälan gäller först när du **fått en bekräftelse**.
- Endast medlemmar och vänmedlemmar kan anmäla sig till aktiviteterna.
- **Väntelista.** Ifall du inte får plats, anmäl dig till väntelista.
- Anmälan är **bindande**.
- **Betalningen** sker till klubbens bankgiro: 351-2738. För varje aktivitet står också när avgiften ska vara betald. Skriv förutom ditt namn och adress/tel.nr vilken aktivitet och datum som avses när du betalar. Detta är nödvändigt för att kassören ska kunna bokföra rätt. OBS betala aldrig förrän du fått bekräftelse på att du kommit med på aktiviteten du valt.
- **Avanmälan** ska göras till samordnaren. Om den sker efter sista anmälningssdag sker ingen återbetalning såvida inte någon annan tar platsen. Uppge namn, telefonnr/mejladress samt ev allergi.
- Om Du vill anmäla dig till en aktivitet efter sista anmälningssdag, så kontakta samordnaren för att höra efter om det finns någon plats kvar.
- Vid **sjukdom** kan återbetalning ske mot läkarintyg.

För mer information om utflykterna – se vår hemsida.

Inramningar/Förgyllningsarbeten



Kreativa Kvalitetsinramningar

RamForum

*Förgyllningsarbeten &
Guldramar*

Vi finns numera i Staffanstorp



Öppettider

Tis-Fre 12.00–18.00

Lör 11.00–14.00

Välkomna!

**Margareta, Lennart
& Lena**

0731-802639

Södra Lundavägen 6, Staffanstorp

 *RamForum @ramforum*

www.ramforum.se

Club 230-kalendern

Dag	Januari	Sida
14	Månadsmöte med Hali Lidell	9
15	Studiebesök på Padel of Sweden	15
22	Filmvisning: Vincent van Gogh	9
27	Studiebesök på Energicenter	15

Dag	Februari	Sida
4	Studiebesök på Casino Cosmopol	15
11	Månadsmöte - Årsmötesförhandling	9
12	Vinprovning med Lena och Nils-Arvid	16
13	Studiebesök Ronald McDonalds Hus	16
20	Studiebesök Ronald McDonalds Hus	16
22	Revy Allo, Allo	17
27	Studiebesök Guldkanalen	16

Dag	Mars	Sida
2	Filmvisning: Helan och Halvan	9
3	Studiebesök på Emporia	17
4	Studiebesök CityGross	18
4	Dansa med SPF i Svedala	24
9	Kommunrunda med Boris Ekstrand	18
10	Månadsmöte med Ewa Gun Westford	9
11	Studiebesök CityGross	18
11	Vinprovning med Lena Ström	18
13	Utflykt till Lund	18
17	Filmvisning: Domaren	9
26	Besök på Sparbanken Skåne	19
31	Studiebesök Gekås Ullared	19

Dag	April	Sida
1	Opera Orfeus i underjorden	11
2	Utflykt till nordvästra Skåne	19
8	Dansa med SPF i Skurup	24
14	Månadsmöte med musikgrupp History	9
21	Ystad - i Wallanders fotspår	20
23	Konstrunda	22

Dag	Maj	Sida
10	Islandsresa	22
12	Månadsmöte med Sten Ullerud	9
14	Johannamuseet och Fars Hatt	20
26	Sundets pärla	20

Dag	Juni	Sida
4	Segway	20
15	Utflykt – fem gårdar	21
23	Resa till Bohuslän	23

Dag	Augusti	Sida
20	Gamla Ostpreussen	23
26	Dansa med SPF Udden	24

Utflykter och studiebesök

Vänligen respektera anmälningsreglerna på sidan 13.
För utförligare information om utflykterna se vår hemsida
www.spfclub230.se

Studiebesök på Padel of Sweden och STC Training Club onsdag 15 januari

Vi möts på Padel of Sweden Barkvägen 32, Staffanstorp. Dåp ges föreläsning och introduktion av Pierre Skoog från Padel of Sweden AB. Fika ingår samt Padel ifall du vill börja spela direkt. Lånerack finns. Mer info om speltider mm finns under **Motion & Hälsa**. Under besöket kan även bokas träning med specialavtal på **STC training club**, ifall man vill börja där.

Tid: 09.00-11.30 (denna dag) sen 10.00-11.30 **Samlingsplats:** Barkvägen 32, Staffanstorp. **Samordnare:** Lise Blomqvist 0702-11 01 28 och Allan Hallqvist 0722-06 36 03. **Sista anmälningsdag:** Direkt. **Kostnad:** Avgiften avgörs i förhållande till antal deltagare ca 500 kr för en termin efter första besöket. **Antal:** Max 20/25.

Anmälan: Skickas i första hand via mail till blomqvist.lise@gmail.com annars ring Lise Blomqvist på 0702-11 01 28 gärna efter kl. 09.00!

Studiebesök på Energicenter (F. d Rehab) måndag 27 januari

Ett hälsocenter för rehabilitering och friskvård. Det blir föreläsning och introduktion om pågående verksamhet av Nettan Stjärnfält och Kalle Åkerblom. där alla kan hitta en träningsform och rehabilitering som passar det egna intresset och behovet. Under besöket blir det fika och en presentation av gymmet och de många olika träningsmöjligheterna. Vi kommer dessutom att få ett specialerbjudande för oss som tillhör SPF Staffanstorp. Mer info om träningstider mm finns under **Motion & Hälsa**.

Tid: 13.00-ca 14.30. **Samlingsplats:** Smidesvägen 1, Staffanstorp.

Samordnare: Lise Blomqvist 0702-11 01 28 och Gudrun Malmsten 0727-26 09 48. **Sista anmälningsdag:** Direkt. **Kostnad:** 40 kr betalas senast 2020-01-20.

Antal: Max 30. **Anmälan:** Skickas i första hand via mail till blomqvist.lise@gmail.com annars ring Lise Blomqvist 0702-11 01 28 gärna efter kl. 09.00!

Studiebesök på Casino Cosmopol i Malmö tisdag 4 februari

(Obs! Legitimation krävs)

Vi åker med buss direkt till Casino Cosmopol i Malmö där vi inleder med lunch i restaurangen. Därefter får vi en guidad tur i casinot. Varje deltagare får spelmarker motsv. 100 kr, vilka ger möjlighet att spela för på olika spel. Sedan serveras eftermiddagskaffe med kaka.

Tid: 12.30-16.30. **Samlingsplats:** F.d. busstorget (James Grill). **Samordnare:** Ann-Margreth Nilsson, 0708-267650 och Anita Nydemark. **Sista anmälningsdag:** 2020-01-22. **Kostnad:** 425 kr Betalas senast 2020-01-22. **Anmälan** skickas till: anita.nydemark@gmail.com eller ring 0761-355385 fr o m 2020-01-15 kl 08.00.

Antal: Max 50 st.

Utflykter och studiebesök

Vänligen respektera anmälningsreglerna på sidan 13.
För utförligare information om utflykterna se vår hemsida
www.spfclub230.se

Bourgogneviner - en provning med Lena och Nils-Arvid onsdag 12 februari

Vi inleder med en presentation av området Bourgogne i Frankrike och provar därefter sex viner – både vita och röda. Efter provningen äter vi en typisk bourgognemåltid med tillhörande vin.

Tid: **Plats:** Klubblokalen, Bråhögsplassen 4. **Kostnad:** 375 kr som betalas senast 2020-01-30. **Antal:** max 26. **Anmälan:** fr.o.m. den 14 januari klockan 09.00 till lenapersson001@gmail.com eller till telefon 073-326 63 73. **Sista anmälningsdag:** 2020-01-23.

Studiebesök Ronald McDonalds Hus Lund torsdag 13 februari eller torsdag 20 februari

Vi åker vid två tillfällen till Ronald McDonald hus i Lund som är en plats där familjer med svårt sjuka barn kan bo under tiden barnet vårdas på sjukhuset intill. Allt för att familjen kan vara tillsammans och påskynda ett barns tillfrisknande. Ronald McDonald barnfond är en insamlingsstiftelse som står för verksamheten. Huset består av bl a fina lekrum i lugn miljö för barnen. Medarbetarna på Huset inkl. volontärerna sköter verksamheten. Vi kommer under besöket få insikt i den omfattande verksamheten samt en guidad tur i huset samt en enkel fika. Vi åker med egna bilar och får ersättning för detta. Det är viktigt att du vid anmälan meddelar om du kan ta med någon i din bil.

Tid: 13.30 - ca 15.30 **Samlingsplats:** F.d. busstorget i Staffanstorp. **Samordnare:** Lise Blomqvist 0702-11 02 28 telefon och Siw Erman Persson 0705-72 91 02 telefon. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-01. **Kostnad:** 100 kr. betalas senast ca en månad innan besöket. **Antal:** Max 12/15 deltagare per tillfälle. **Anmälan:** Skicka via e-post till blomqvist.lise@gmail.com annars ring Lise Blomqvist 0702-11 01 28 gärna efter kl. 09.00!

Studiebesök på Guldkanalen torsdag 27 februari

Följ med på ett studiebesök på Guldkanalen i Staffanstorp adressen är Klågerupsvägen 16 (gamla brandstationen) strax bakom City gross. Var och en tar sig dit på egen hand och där ses vi kl 14.00. OBS! lokalen är inte handikappvänlig. Fika ingår i besöket.

Tid: 14.00-ca 16.00. **Samordnare:** Gudrun Malmsten 072 726 09 48 och Görel Jönsson 070-924 62 90. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-05. **Kostnad:** 40kr betalas senast 2020-02-05. **Anmälan** skickas till: gudrunmalmsten@telia.com eller ring 072-726 09 48 fr o m 2020-01-15 kl 08.00. **Antal:** max 25 personer.

Utflykter och studiebesök

Vänligen respektera anmälningsreglerna på sidan 13.
För utförligare information om utflykterna se vår hemsida
www.spfclub230.se

Revy "Allo, Allo" på Hillesgården lördag 22 februari



Var vänliga se utförligare program på hemsidan!
Eva Rydberg underhåller under middagen som består av en tre rätters meny. Till desserten blir det sång och underhållning av b.la Anders och Edith Aldgård samt Sofie Lindgren. OBS! Öl o vin- rättigheter

Tid: 15.30 - ca 21.45-22.00. **Samlingsplats:** f.d. busstorget (James Grill). **Samordnare:** Gudrun Malmsten 072 726 09 48 och Görel Jönsson 070-924 62 90. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-03. **Kostnad:** 895 kr betalas senast 2020-02-03.

Anmälan skickas till gudrunmalmsten@telia.com eller ring 072-726 09 48 fr o m 2020-01-15 kl 08.00. **Antal:** max 15.

Studiebesök på Emporia, Apple Store mm i Malmö tisdag 3 mars

Studiebesök inleds i två grupper: **Grupp 1)** Start i affären Apple på Emporia, Hyllie Boulevard 19 i Malmö. Apple tar oss in i iPhone- och Ipad samt datavärlden. Efter information om verksamheten generellt visar de varför deras produkter är fantastiska verktyg i vardagen. Vi får dessutom en rolig upplevelse genom deras produkter. Mycket har hänt sedan vi var där sist. **Grupp 2)** Egen tid på Emporia. Dagens lunch intas på Jensen's Bøfhus.

Program:

09.15 - 09.20 Samling

09.20 - 10.00 Busstransport till Emporia, Malmö

10.15 - 11.30 Grupp 1 Utbildning och information om Apple Store produkter

10.15 - 11.30 Grupp 2 Egen tid på Emporia

11.30 - 12.30 Lunch Jensen's Bøfhus.

12.30 - 13.45 Grupp 2 Utbildning och information om Apple Store produkter

12.30 - 13.45 Grupp 1 Egen tid på Emporia

13.45 - 14.00 Samling vid bussen

14.00 - 14.40 Hemresa till Staffanstorp

Tid: 09.15 - ca 14.40. **Samlingsplats:** F.d. busstorget i Staffanstorp.

Samordnare: Lise Blomqvist 0702-11 01 28 och Kjell Kristiansson 0738-04 23 17.

Sista anmälningsdag: 2020-02-01. **Kostnad:** 250 kr betalas senast en månad innan besöket. **Antal:** Max 30 deltagare. **Anmälan:** Skickas i första hand via mail till blomqvist.lise@gmail.com annars ring Lise Blomqvist 0702-11 01 28 **fr o m 2020-01-14** gärna efter kl. 09.00!

Utflykter och studiebesök

Vänligen respektera anmälningsreglerna på sidan 13.
För utförligare information om utflykterna se vår hemsida
www.spfclub230.se

Studiebesök CityGross Staffanstorp onsdag 4 mars eller onsdag 11 mars

Det blir föreläsning av butikschef Madeleine Strömdal om verksamheten och de specialerbjudandet för vår målgrupp som förekommer mm. Vi bjuds på fika under besöket.

Tid: 13.00 - ca 15.00 **Samlingsplats:** Klågerupsvägen, Staffanstorp.

Samordnare: Lise Blomqvist 0702-1101 28 och Kenzy Eriksson 0732-42 07 08.

Sista anmälningsdag: 2020-02-10. **Kostnad:** 40 kr betalas senast en månad innan resp. datum för besöken. **Antal:** Ca 12/15 deltagare per tillfälle.

Anmälan: Skickas i första hand via mail till blomqvist.lise@gmail.com annars ring Lise Blomqvist 0702-11 01 28 **fr o m 2020-01-14** gärna efter kl. 09.00!

Kommunrunda med Boris Ekstrand måndag 9 mars

Vi besöker många olika delar av vår stora kommun då vi bl a hoppas på att de fantastiska snöklockorna i Björkmans park skall vara värda ett besök. Lunch får vi på Hemvärnsgården i Kyrkheddinge.

Tid: 09.30-13.30. **Samlingsplats:** F.d. busstorget. **Samordnare/och anmälan:** Brita Kristiansson 073-7440794 och Kenzy Eriksson

073-2420708. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-07. **Kostnad:** 250 kr. betalas senast 2020-02-07. **Antal:** min/max - 40/48.

VINPROVNING - mousserande viner med Lena Ström onsdag 11 mars

Lena Ström informerar och visar bildspel samtidigt som vi provsmakar olika mousserande viner. Efter provningen serveras vin och tillugg.

Tid: kl 17.00-20.00. **Samlingsplats:** SPF:s klubblokal, Bråhögsplassen 4, Staffanstorp. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-14. **Kostnad:** 275 kr, betalas senast 2020-02-14. **Samordnare:** Anneli af Klinteberg och

Anita Nydemark. **Anmälan:** Skickas till anita.nydemark@gmail.com eller ring 0761-355385 **fr o m 2020-01-15** kl 08.00. **Antal:** max 25 st.

Busstur i Lund fredag 13 mars

Lund växer och förändras! Välkomna på en guidad busstur i framtidens Lund. Björn Abelsson från Lunds byggnadsnämnd, guidar oss i 3 timmar, Vi får se nya bostadsprojekt, nya stadsdelar som växer fram och Brunnshög med ESS, Max 4, Science Village Scandinavia och spårvägen samt andra projekt som är på gång. Vi tar en kaffepaus på Scandic Hotell.

Tid: 12.30-16.30. **Samlingsplats:** f.d. Busstorget, (James Grill). **Samordnare:** Lise Blomqvist 0702-11 02 28 och Kenzy Eriksson 0732-42 07 08. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-10. **Kostnad:** 160 kr betalas senast 2020-02-17.

Anmälan: Skickas till kenzye@gmail.com eller ring Kenzy Eriksson 0732-42 07 08 **fr o m 2020-01-20** kl 08.00. **Antal:** Max 50.

Utflykter och studiebesök

Vänligen respektera anmälningsreglerna på sidan 13.
För utförligare information om utflykterna se vår hemsida
www.spfclub230.se

Välkommen att besöka Sparbanken Skåne torsdag 26 mars

"den lokala banken i Staffanstorp som ger tillbaka till samhället"

Banken bjuder på eftermiddagsfika och vi kommer att få information om bl a nyheter och marknad, sparande, byte av boende, mobilt bank-ID. Vi får också veta hur appar fungerar för tex Skånetrafiken, Kivra, Swish och vad en framtidsfullmakt innebär. Därefter ges utrymme för frågor.

Tid: 14.00-16.00. **Samlingsplats:** Utanför banken på Torget 5 B, Staffanstorp.

Samordnare: Ann-Margreth Nilsson, 0708-267650 och Anita Nydemark. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-28. **Kostnad:** 40 kr betalas senast 2020-02-28. **Anmälan** skickas till anita.nydemark@gmail.com eller ring 0761-355385 fr o m 2020-01-15 kl 08.00.

Studiebesök Gekås Ullared tisdag 31 mars

Besöket inleds med en företagsinformation om Gekås Ullared och dess verksamhet. Informationen starter kl. 11.15 och under tiden bjuds vi på fika. Därefter lunch i Ullareds restaurang. Det ges möjlighet för shopping samt en egen rundvandring på det stora området innan vi återvänder hem.

Tid: 08.00 - ca 17.30 **Samlingsplats:** F.d. busstorget i Staffanstorp **Samordnare:**

Lise Blomqvist 0702-11 02 28 och Kenzy Eriksson 0732-42 07 08. **Sista anmälningsdag:** 2020-02-10 **Kostnad:** 375 kr. betalas senast en månad innan besöket. **Antal:** Max 45 deltagare. **Anmälan:** Skicka e-post till

blomqvist.lise@gmail.com annars ring Lise Blomqvist telefon 0702-11 01 28 gärna efter kl. 09.00!

Utflykt Nordvästra Skåne torsdag 2 april

Bussresan startar kl. 08.30 och vårt första stopp blir Trumpetarbostället i Billinge med förmiddagsfika och guidning. Nästa stopp blir Spångens Gästgiveri där vi äter en lunch i genuin miljö. Tredje stoppet blir ett besök med guide på Ängelholms järnvägsmuseum. Vi avslutar dagen med ett besök på Killeröds café med utsikt över Skälderviken.

Tid: 08.30 - ca 17.30. **Samlingsplats:** F.d busstorget (James grill).

Samordnare: Gudrun Malmsten 072 726 09 48 och Görel Jönsson

070-924 6290. **Sista anmälningsdag:** 2020-03-02. **Kostnad:** 750 kr betalas senast 2020-03-02. **Anmälan** skickas till: gorel.3737@gmail.com eller ring 070-924 6290 fr o m 2020-01-15 fr o m kl 08.00. **Antal:** max 50

Utflykter och studiebesök

Vänligen respektera anmälningsreglerna på sidan 13.
För utförligare information om utflykterna se vår hemsida
www.spfclub230.se

Välkommen följa med till Ystad "i Wallanders fotspår" tisdag 21 april

Vi får ca 1,5 timmes guidad tur med bussen i Ystad "i Wallanders fotspår". Därefter äter vi lunch på Hotell Continental. Färden går sedan vidare till Ystads teater där vi också blir guidade runt. Därefter dricker vi eftermiddagskaffe med kaka.

Tid: kl 9.30-16.30. **Samlingsplats:** F.d. busstorget (James Grill). **Samordnare:** Ann-Margreth Nilsson, mobilnr 0708-267650 och Anita Nydemark. **Sista**

anmälningssdag: 2020-03-13. **Kostnad:** 495 kr betalas senast 2020-03-13.

Anmälan: skickas till: anita.nydemark@gmail.com eller ring 0761-355385 fr om 2020-01-15 kl 08.00. **Antal:** Max 50 st.

Utflykt till Johanna museet och Fars Hatt torsdag 14 maj

Vi åker med buss kl.11.00 till Fars Hatt där vi intar en lunchbuffé bestående av bl.a Dansk fläskstekt! Därefter åker vi till Johannamuseet där vi blir guidade och som avslutning intar vi eftermiddagsfika. **Tid:** 11.00 - ca 16.45. **Samlingsplats:** F.d busstorget (James Grill). **Samordnare:** Gudrun Malmsten 072-726-09 48 och Görel Jönsson 070-924 6290. **Sista anmälningssdag:** 2020-04-14. **Kostnad:** 400kr betalas senast 2020-04-14. **Anmälan** skickas till: gorel.3737@gmail.com eller ring 070-924 6290 fr o m 2020-01-15 kl 08.00. **Antal:** max 50 st.

Välkommen följa med till Sundets pärla-Helsingborg/Helsingör tisdag 26 maj

Ölvemarks guide möter oss i Staffanstorp för färden till Helsingborg där vi börjar dagen med en stadsrundtur. Vi stannar vid Stortorget där vi njuter av den vackra vyn mot vårt grannland Danmark. Vid lunchtid byter vi buss mot den moderna elfärjan som går mellan Helsingborg och Helsingör. Ombord äter vi i lugn och ro en god lunchbuffé. Tillbaka i Helsingborg får vi lite "egentid". På vägen tillbaka till Staffanstorp får vi en rundtur med bussen i Råå samt en enklare fika vid Glumslövs backar.

Tid: 10.00-16.30. **Samlingsplats:** F.d. busstorget (James Grill). **Samordnare:** Ann-Margreth Nilsson, 0708-267650 och Anita Nydemark. **Sista anmälningssdag:** 2020-04-15. **Kostnad:** 550 kr betalas senast 2020-04-15. **Anmälan** skickas till: anita.nydemark@gmail.com eller ring 0761-355385 fr om 2020-01-15 kl 08.00.

Antal: Max 50 st.

Segway Västra hamnen, Malmö torsdag 4 juni

Åter igen tar vi möjligheten att få träna och åka på en Segway. Vi startar vid ICA Maxi i Malmö med en instruktion/föreläsning i att använda en Segway. Därefter åker vi runt i Västra hamnen (Turning Torso, Ribbersborg, Slottsparken och Kungsparken) på en planlagd tur. Under åkningen stannar vi för egen medtagen fika. Vi samåker med egna bilar till Malmö. Meddela om du kan ta någon extra med i din bil.

Tid: 11.30 - ca 15.30. **Alla samlas vid** F.d. busstorget i Staffanstorp för samåkning.

Samordnare: Lise Blomqvist 0702-11 01 28 och Allan Hallqvist 0722-06 36 03.

Sista anmälningssdag: 2020-04-15. **Kostnad:** 400 kr (instruktör, åkning) betalas senast en månad innan besöket. **Antal:**15/30 **Anmälan:** Skickas i första hand via mail till blomqvist.lise@gmail.com annars till Lise Blomqvist telefon 0702-11 01 28 fr o m 2020-01-15 gärna efter kl. 09.00!

Utflykter och studiebesök

Vänligen respektera anmälningsreglerna på sidan 13.
För utförligare information om utflykterna se vår hemsida
www.spfclub230.se

Utflykt 5 gårdar på Österlen, en kulinarisk upplevelse torsdag 15 juni

Följ med på en heldag fylld av upplevelser. Vårt första stopp blir på Österlenkryddor. Under en örtinspirerad inkl fika, får vi veta mer om kryddorna. Nästa stopp blir på Köpingsbergs vingård. Här får vi prova mousserande vin och höra Carl-Otto berätta. Dagens lunch intar vi på Örups Nygård hos Maria och Magnus. Efter lunch beger vi oss till Monica och Hans på Peterborgs gård. Här odlas senapsfrö och här får vi veta allt om odlingen. Vi avslutar dagen på Gunnarshögs gård. Här bjuder Anja och Erik på kaffe o hembakat samt berättar hur rapsoljan tillverkas.

Tid: 09.00 - ca 17.30. **Samlingsplats:** f.d. busstorget (James grill).

Samordnare: Gudrun Malmsten mobil: 072-726 09 48 och Görel Jönsson 070-924 62 90. **Sista anmälningsdag** 2020-04-15.

Kostnad: 740kr. betalas senast 2020-04-15. **Anmälan** skickas till gudrunmalmsten@telia.com eller ring 072-726 09 48 fr om 2020-01-15 kl 08.00. **Antal:** max 50 st.



S. Lundavägen 22, Tel. 046/25 23 75 Staffanstorp

Salongen för hela familjen

FLERDAGSRESOR

Konstrunda - lite längre bort - torsdag och fredag den 23 och 24 april

Följ med på en 2-dagars bussresa genom Blekinge och till Öland. Vi besöker konstnärer och konsthallar på vägen och främst på Öland. Vida Museum och konsthall är ett självklart mål. Vi bor på ett fyrstjärnigt hotell i Färjestaden, där vi också intar en 3-rätters middag på kvällen.

I resans pris ingår:

- * fm-kaffe dag 1
- * em-kaffe dag 2
- * luncher och inträden.

Tid och samlingsplats: Avresa från James Grill den 23 april kl. 08.00 och hemkomst den 24 april ca kl. 17.30.

Samordnare: Kenzy Eriksson 073-242 07 08 och Kay Nilsson 070-655 40 26.

Kostnad: 2100 kr i dubbelrum. Tillägg för enkelrum 400 kr. **Betalas** senast 2020-03-01. **Anmälan:** skickas till kenzye@gmail.com eller ring 073-242 07 08 fr o m 2020-01-20 kl. 08.00. Sista anmälningsdag: 2020-02-15. **Antal:** minst 40 personer.

Island 10-14 maj 2020 - Vulkanernas och sagornas ö

Arrangör: CK-resor, flygresor från Kastrup.

I resans pris ingår:

- * flyg och flygskatter.
- * fyra nätter på fyrstjärniga hotell Natura
- * frukostbuffé
- * fyra två-rätters middagar med kaffe/te på maten
- * bad i Heitur Pottir
- * stadsrundtur samt utfärd till Laxness museét och Ålafoss
- * utfärd till Geysir, Gullfoss, Tingvalla, Snorre Sturlassons Reykholt, Hraunfossa m m
- * samt vår reseledares medverkan.

Bokning och information: Brita Kristiansson 073-7440794 eller mail brita.kristiansson@gmail.com senast 2020-02-14. **Pris:** 12 985 kronor/person.

FLERDAGSRESOR

Bohuslän - 23-26 juni 2020

Arrangör: BUSSAPÅGARNA

Under några dagar besöker vi många olika platser i det sköna Bohuslän. Detta med både buss och en egen chartrad båt, där vi ser den kala och säregna naturen där kustsamhällena ligger tätt.

I priset ingår:

- * resa med helturistbuss
- * logi i dubbelrum 3 nätter
- * luncher dag 1-4
- * middagar dag 1-3
- * utflykter enligt program
- * båt
- * reseledare

Hotel: Bohusgården, Uddevalla

Pris: 5 950 kr/person vid minst 30 deltagare. Enkelrumstillägg 1090 kr.

Bokning och information: Brita Kristiansson 073-7440794 eller mail brita.kristiansson@gmail.com senast 2020-05-08.

Gamla Ostpreussen - 20-25 augusti 2020

Arrangör: LG TRAVEL, Limhamn

En intressant resa som börjar med en bussresa till Sturup och avslutas med buss från Kastrup. Då har vi gjort besök i Gdansk, Sopot, Königsberg numera Kaliningrad, en rysk enklav mellan Polen och Litauen, besök på den tidigare sovjetiska örlogsbasen Baltijsk, åkt på Kuriska näset och kommit till en stad som tillhört Sverige några år - Klaipeda och från Palanga tar vi flyget till Köpenhamn.

Pris per person i dubbelrum 12 600 kronor. Enkelrumstillägg 2 700 kronor. I priset ingår:

- * flyg Sturup - Gdansk samt Palanga - Kastrup
- * flygskatter
- * busstransfers Staffanstorp-Sturup/ Kastrup-Staffanstorp
- * 5 hotellövernattningar enligt program (med frukost inkluderad)
- * busstransporter och utflykter enligt program
- * visum till Ryssland (**ordnas av oss, men passkopior behövs!**)
- * måltider enligt program - sex luncher och fem middagar
- * lokala skatter och avgifter

Svensk reseledare: Jörgen Westerhov samt rysk lokalguide i Kaliningrad.

Sista anmälningdag: 2020-06-05.

Levins Cykel & Sport
Södra Lundavägen 18
Staffanstorp 046-254906

Studiecirklar med mera

Aktivitet	Plats/Tid	Ledare/Anm	Övrigt	Lediga platser
Bridge	Bråhögsp 4 Måndagar 13.00-17.00	Sune Wall 070-926 94 22 Barbro Julén 070-570 26 15 Sonja Jonasson 073-427 97 24	Året runt	8 par
Bridge	Bråhögsp 4 Tisd 18.30	Barbro Björkman 040-44 52 07	Start 7/1	4
Diskussionsmöten	Trivselpunkten Onsdagar 11.30-13.30	Carin Ask 046-25 77 76	Start 22/1. Vi väljer tema inför varje gång	6
Engelska lätt konversation	Trivselpunkten Månd 9.30-11.45	Christer Fransson 046-25 23 20	Start 20/1	2
Knyppling	Trivselpunkten Onsd 13-16	Ulla Jönsson 073-346 06 71	Start 22/1	3
Lär dig Väva	Trivselpunkten Måndagar 9.00-12.00	Lena Olsson 070-469 85 80	Start 20/1. Du får hjälp förstå gångerna	4
Porslinsmålning	Trivselpunkten Månd 9-12	Maja Andersson 046-25 26 95	Start 20/1	4
Pärlor	Trivselpunkten Torsd 09.30-12	Ulla-Britt Fransson 046-25 23 20 Birgitta Ahldén 040-25 90 06	Start 23/1	3
Skivor & Nostalgi	Bråhögsp 4 Udda veckor torsdagar 10.00 -11.30	Lena Bengtsson 070-390 84 87 Ingen föranmälan	13/2 - 7/5 6 ggr med uppehåll för den 9/4 v 15	Många
Släktforskning	Bråhögsp 4 Onsd 13-15.30	Elisabeth Hernsell ehernsell@gmail.com Kerstin Pontèn	4/3 – 8/4 6 ggr Pris 400 kr	10
Valfritt kortspel	Bråhögsp 4 Tisd 13.30-16.30	Barbro Andersson 046-15 13 65 Birgit Larsson 046-25 59 21	Hela året	20
Vi sjunger tillsammans		Återkommer till hösten		

Studiecirklar forts

Teater	Bråhögsp. 4 Onsdag 14.00-16.00	Sonia Fredriksson 072-2227512	Start 22/1	många
Lätt Yoga	Folkets Hus Månd 11-11.45	Stina Willquist	Start 20/1 12 ggr, 400 kr	5
Yoga	Bråhögsp. 4 Månd 10-10.45	Tip Pantipaya 0708-178654	Start 13/1 12 ggr, 400 kr	3
Yoga	Bråhögsp. 4 Månd 11-11.45	Tip Pantipaya 0708-178654	Start 13/1 12 ggr, 400 kr	0
Yoga	Bråhögsp. 4 Fred 15-15.45	Tip Pantipaya 0708-178654	Start 17/1 12 ggr, 400 kr	0

Yoga. Om möjligt, uppge mailadress till din kursledare vid kursstarten.

Alltid: Ring om du vill hoppa in senare.



Res tryggt och bekvämt med oss.

Vi kör er till företagsfesten, operan eller mässan på kontinenten. Du bestämmer!

Med nya fina bussar tar våra erfarna förare er dit ni vill åka.

046- 20 93 66

info@staffanstorpsbuss.se

www.staffanstorpsbuss.se



Motion & hälsa

Aktivitet	Plats/Tid	Ledare/Anm	Övrigt	Antal lediga
Badminton*)		Se vidare text nedan		
Biljard	Trivselpunkten	Se Trivselpunkten		
Boll-Koll	Bråhögsp1 4 Torsdag jämna veckor 10.00-11.30	Gunnel Johansson 070-5408447 Kerstin Streijfert 070-2039723	Start 6/2 6 ggr Ingen föränm.	5
Bordtennis	Bråhögshallen/ Kombihallen Onsd 15-17	Werner Unger 070-525 86 01	Start 8/1-10/6	6
Boule vinter	Äppelgården Torsd 13.30-	Jan Ingvar Ohlsson 070-522 50 30	Start 9/1-21/5 100 kr/termin	Många
Boule sommar	Balders Hage Månd 13.30-	Christel Flink 0709-39 81 45 Lena Bengtsson 070-390 84 87	Start 4/5 – 21/9	Många
Friskv/Skogs- Promenader	F. d. busshåll- platsen Torsd 9.15	Christel Flink 0709-39 81 45	Start 16/1 Året runt. Medtag fika och ev. stavar.	5
Golf	Apr - Sept. Se egen flik på hemsidan.	Gösta Magnusson 046-25 77 84 Gun Schmidt Berggren 073- 1512412	6 golfrundor, olika banor varje månad	Många
Linedance fortsättning	Bråhögsp1 4 Fred 9.30-12.00	Kenneth Andersson 046-25 26 95	Start 24/1 12 ggr	0
Mattcurling	Bråhögshallen/ Kombihallen Sönd 10-12.30	Ulf Bengtsson 046-25 51 06 Gunnar Nilsson 046-25 53 56	Start 2/2-26/4 100 kr /termin.	5
Padel*)		Se vidare text nedan		
Sittgympa	Folkets Hus Tisdagar 09.00-09.50	Zuzana Vlkova 046-23 40 06	Start 28/1 10 ggr 100 kr/termin	5
Zumba Gold	Folkets Hus Månd 9-9.45	Stina Willquist Ingen föränmälan	Start 20/1 12 ggr 400 kr	2
Zumba Gold	Folkets Hus Månd 10-10.45	Stina Willquist Ingen föränmälan	Start 20/1 12 ggr 400 kr	2

***) Badminton på Mellanvångsskolans idrottshall VT 2020**

Vill du spela Badminton under våren med oss i SPF Club 230. Start lördagen den 11 januari kl. 08.30-10.00 tillkommer 30 minuter före och efter till omklädning sen går larmet! I idrottshallen finns 3 badmintonbanor till förfogande och vi delas om tiden samt byter partner under träningspassen.

Datum: 2020-01-11 - 2020-05-16. **Tid:** 08.30-10.00. **Samlingsplats:** Mellanvångsskolan, Staffanstorp **Samordnare:** Allan Hallqvist.

Anmälningssdag: Direkt efter kl. 09.00 men ring ifall du vill hoppa in senare. **Kostnad:** Beräknas utifrån antal deltagare. **Antal:** Max 24 deltagare. **Anmälan:** Skickas till eahallqvist@gmail.com eller ring Allan Hallqvist 0722-06 36 03.

***) Padel på Padel Center of Sweden Barkvägen 32, Staffanstorp VT 2020**

Vill du spela Padel på onsdagarna kl. 10.00-11.30? Start onsdagen den 15 januari – 20 maj. Kom gärna 15 min före för omklädning. Vi har 4 banor till förfogande utifrån antal spelare samt vid behov finns lånerack.

Datum: 2020-01-15 - 2020-05-20 (19 gånger). **Tid:** 10.00-11.30 **Anmälningssdag:** Direkt efter kl. 09.00 men ring ifall du vill hoppa in senare. **Kostnad:** Beräknas utifrån antal deltagare ca 550 kr. **Antal:** Max ca 24 deltagare. **Anmälan:** Skickas till blomqvist.lise@gmail.com eller ring Lise Blomqvist 0702-110128 eller Allan Hallqvist 0722-06 36 03.

DATA / DROP IN

Öppet hus den 30 januari, 27 februari, 19 mars kl 17-19 i SPF lokalen.

Välkomna att besöka öppet hus för SPF - medlemmar på ovanstående torsdagar. Vi hjälper efter bästa förmåga alla med allt som rör smartphone, surfplatta och dator. Har du ytterligare frågor ring någon av samordnarna eller bara kom! Medtag din mobil/ surfplatta/ dator.

Tid: 17.00-19.00. **Samlingsplats:** Bråhögsplassen 4, SPF- lokalen, Staffanstorp. **Samordnare:** Kjell Kristiansson 0738-04 23 17, Torsten Eriksson 0704-56 02 33, Lise Blomqvist 0702-11 01 28. **Kostnad:** Gratis. **Anmälan:** Bara kom!

Södra Sveriges största sortiment av..

- Plantskoleväxter
- Krukväxter
- Perenner
- Dammar & tillbehör
- Jord & gödning
- Trädgårdstillbehör



Ö. Sönnarslöv	044-331190
Hässleholm, v, 23	0451-84748
Karlskrona	0455-23100
Lund södra	046-151212

Besök vår hemsida där finner du många
intressanta tips. www.ospab.com

Jämför med oss innan ni väljer mäklare!

Bredare marknadsföring! Bättre betalt!

Marknadsföring på
*Hemnet.se, Blocket.se, HittaHem.se,
Bovision.se, Svenskbolig.dk*

Annonsering i Spegeln
och i lokala tidningar



Kunskap och engagemang - Din trygghet

Dansken kommer!

Under året har vi märkt ett stort tillskott av danska spekulanter.

Att danskarna återkommer beror till stor del att danska bostadsmarknaden har återhämtat sig och bara senaste året har priserna i stor Köpenhamn ökat med ca 15%.

Detta tillsammans med en snabbt växande befolkning, ca 1,4 miljoner och en urstark dansk krona gör att dansken tar steget över bron igen.

Vi lägger ut alla bostäder på svenskbolig.dk så missa inte chansen att hitta köpare från andra sidan sundet.



Fastighetsförmedling

*Kunskap & Engagemang
- Din trygghet*

Kontakta oss för kostnadsfri rådgivning och värdering!

Staffanstorp, Bråhögsplassen 5, 046 25 75 75

www.askfastighetsformedling.se

Diverse meddelanden

Du som vill åtaga dig ett uppdrag i Club 230, skicka ett mail till valberedn@club230.se för styrelseuppdrag och ordf@club230.se för övriga uppdrag.

För att kaffeservicen vid våra månadsmöten skall fungera måste fler hjälpa till. Slå Gunnel Petersén en signal på nr 046-25 65 30 och säg att du ställer upp! Ett perfekt tillfälle att lära känna andra medlemmar.

Vi söker medhjälpare till vår cirkelverksamhet. Ge gärna tips på fritidsaktiviteter, resor, utflykter, studiebesök med mera. Vi måste hjälpas åt att få roligt tillsammans! Hör av er till ordf@club230.se.

Hundrakronorslotteriet

Förlängning av din prenumeration på lotten görs under december och allra senast på månadsmötet i januari. Är du intresserad att köpa en lott kontakta Birgit Larsson 046-25 59 21.

Handtaget telefon 046-25 12 99 är gratis för dig som pensionär. Syftet är att förebygga fallolyckor, skador eller ohälsa. Du kan få hjälp med att sätt upp gardiner, tavlor, byta glödlampor, flytta möbler eller mattor m.m. Materialet betalar du själv.

Alla medlemmar är automatiskt försäkrade genom kollektiv **Olycksfallsförsäkring** hos Skandia som gäller vid olycksfall i samband med SPF-arrangemang. Du kan även teckna en frivillig gruppförsäkring för olycksfall och liv. Ring 046-25 58 94 Gunnar Lindell.

Besök Trivselpunkten på Pilegården med dagliga program.

Batterier till hörapparater säljs i klubblokalen klockan 13 - 14 första fredagen i varje månad.

Diakonin disponerar vår klubblokal torsdagar udda veckor 13 – 16.30. Öppet för alla.

Besök gärna vår hemsida www.spfclub230.se för aktuell information om bl.a. resor, utflykter, teaterbesök och övriga aktiviteter.

Trivselpunkten en hälsofrämjande och social mötesplats

Staffanstorp kommun erbjuder seniorer och vuxna med psykisk ohälsa Trivselpunkten, som är en social mötesplats för samvaro, roliga upplevelser och stimulerande aktiviteter. Du kan vara med och påverka/delta aktivt till utbudet av aktiviteter på Trivselpunkten men du är också välkommen att bara delta och njuta av aktiviteterna som finns på Trivselpunkten. Vårt främsta mål för denna mötesplats är att skapa livskvalitet genom ökad trivsel i vardagen för Staffanstorps kommuns invånare. Trivselpunkten hittar du på Pilegården, Troget 7.

Aktiviteter avlöser varandra

Varje vardag från kl. 9.30 äter vi frukost tillsammans. Här finns biljardbord, vävstolar och datorer. Två gånger i veckan samlas canastagänget, och på fredagarna är det allsång. Förutom det har vi även musikunderhållning, föredrag, bingo, sittande och stående gympa med Nevis GF och balansträning med TV spelet Nintendo Wii. Första måndagen i månaden har vi trygghetsvandring med fika på Trivselpunkten. Detta är ett axplock av aktiviteter som vi har att erbjuda. Månadsprogram finns att hämta på Trivselpunkten och Rådhuset och på <https://staffanstorp.se/trivselpunkten/> Genom oss kommer ni i även i kontakt med fixartjänsten "Handtaget".

Frivillig

Vill du engagera dig som frivillig? Du kan förgylla vardagen för en medmänniska genom t.ex. ett besök, följa med på läkarbesök eller gå en promenad. Du kan också hjälpa till med våffelpakning, kaffebruggning, vara värdinna vid olika evenemang eller hålla i olika aktiviteter. Vi förmedlar kontakten mellan den som vill utföra en frivillig social insats och den som vill ta del av frivilligas engagemang. Ni är välkomna att höra av er till Trivselpunkten tfn 046-25 12 99 vardagar mellan kl 8-12.

Bli "Senior i skolan"!

Du som är senior och känner att du vill uträtta något meningsfullt: Bli "Senior i skolan" och hjälp till att sätta guldkant på tillvaron för eleverna i Staffanstorps skolor och även dig själv.

Vill ni veta mer om "Senior i skolan" i Staffanstorps kommun kontakta Trivselpunkten 046-25 12 99 vardagar mellan kl 8-12.

Stöd till anhöriga

Vem är anhörig?

Anhörig kan vara make eller maka, en son eller dotter, en granne eller god vän som hjälper och stöttat en närstående på grund av sjukdom, ålder eller funktionsnedsättning.

I anhörigverksamheten är det du som stödjer och hjälper som är huvudperson.

- Behöver du tala med någon som lyssnar, ger råd och stöd utifrån dina behov?
- Behöver du information om vad Vård och omsorg kan erbjuda?

Anhörigstöd syftar till att förhindra att du som anhörig drabbas av ohälsa. Genom stöd till dig som anhörig kan vi på olika sätt underlätta din situation.

Det finns möjlighet att träffa anhörigsamordnaren enskilt eller att ingå i en anhöriggrupp.

I anhöriggruppen ges tillfälle att utbyta tankar och funderingar tillsammans med andra i liknande situation.

Det finns även möjlighet i att delta i utbildning som arrangeras av kommunen.

Är du anhörig till någon som drabbats av demenssjukdom erbjuder anhörigsamordnaren tillsammans med silviasjuksköterskan gemensamt stödsamtal. Silviasjuksköterskans roll innebär bland annat att vara en lots för personer med demenssjukdom samt för dig som anhörig genom sjukdomsförloppet.

Behöver du avlösning för att kunna gå på någon av våra träffar kontaktar du anhörigsamordnaren eller en biståndshandläggare. Avlösningen är kostnadsfri.

Har du mist en närstående finns också möjlighet till efterlevandestöd.

Anhörigsamordnaren kan du nå spontant genom besök i Anhöriglokalen som är öppen:

Måndagar 16.00 – 18.00 samt torsdagar 09.00 – 12.00.

Anhöriglokalen hittar du på Pilegården, Torget 7 i Staffanstorp.

Om du av någon anledning har svårt att komma hemifrån eller av andra skäl föredrar hembesök går detta lika bra.

Kontakta oss gärna. Tillsammans kommer vi fram till vad som känns bäst för just dig.

Kontaktuppgifter

Anhörigsamordnaren Pia Williams når du på telefon 046-25 12 23.

E-post: pia.williams@staffanstorp.se

Silviasjuksköterska Susanne Bresby når du på telefon 046-25 12 09..

Smakfullt arrangerade
BUKETTER ARRANGEMANG
BRUDBUKETTER SORGBINDERIER
Skicka blommogram hos oss
INTERFLORABUTIKEN
I STAFFANSTORP

Mårtenssons
Blommor

interflora®



Torget 3
245 31 STAFFANSTORP

Tel. 046-25 41 65
Fax. 046-23 86 52

Svenska kyrkan



S:T STAFFANS FÖRSAMLING

Svenska kyrkan är gemenskap och stöd
i glädje och sorg, i vardag och högtid.
Välkommen till din församling!

S:t Staffans församling
Brågarpsvägen 10
Box 104
245 22 Staffanstorp

046-274 25 00
www.svenskakyrkan.se/ststaffan
www.facebook.com/ststaffan

Royal Blommor

Vi har ett stort utbud av både
snittblommor och krukväxter
för alla tillfällen

Öppettider

Mån-Fre 10-18

Lördag 09-13

Söndag Stängt

046 - 25 76 20

Järnvägsgatan 8, 245 44 Staffanstorp

info@royalblommor.se

Fotvård

för dig med problem
eller bara för njutning

046-25 66 00

Välkommen!



Ann-Mari Lundgren
Diplomerad Medicinsk
Fotvårdsspecialist

Skråvägen 6
Staffanstorp

E-post: info@fothalsan.nu
www.fothalsan.nu

Fothälsan
Medicinsk Fotvård

Perfekta presenten!
Presentkort säljes



**ERBJUDANDE
229 kr/ mån
via Autogiro**

VAR RÄDD OM DIN KROPP - DEN ENDA DU HAR

Att förbli aktiv fysiskt såväl som socialt är en av de allra bästa garantierna för ett kvalitativt åldrande. Du har bara en kropp, var rädd om den, det är aldrig försent att börja träna.

Vi på Energicenter har specialanpassade gruppträningspass för dig som är senior. Seniorträningen på de olika klasserna är varierande och anpassade för de behov som du och dina träningskompisar behöver för att bibehålla och förbättra kondition och koordination, samt styrka och balans. Ingen åldersgrupp har så stor nytta av fysisk aktivitet, i synnerhet styrketräning med belastning som äldre. Största orsaken till åldersrelaterad ohälsa är muskelförlust (sarkopeni). Men den goda nyheten är att åldrandet kan bromsas, om musklerna och skelettet regelbundet belastas mer än vad de är vana vid. Starka och snabba muskler är dessutom en god investering för hjärt- och kärlhälsan, insulinkänslighet, långsiktig blodsockerkontroll, benskörhet, alzheimers och depression. Vi erbjuder även anpassad träning i gymhallen för dig som inte vill träna i grupp. Som medlem hos oss ingår träningsgenomgång bland gym-maskinerna och du får ett personligt träningsupplägg efter dina förutsättningar och behov.

Välkommen upp och träffa oss, låt oss visa vår vision om ett aktivt liv på ålderns höst!

Hoppas vi ses!

SPORTSCLUB

energicenter

www.energicentersportsclub.com

**Du har bara en kropp.
Var rädd om den, det
är aldrig försent att
börja träna**

**Att förbli aktiv,
fysiskt såväl som
socialt är en av de
allra bästa
garantierna för ett
kvalitativt åldrande**

**Den goda nyheten är
att åldrandet kan
bromsas, om
musklerna och
skelettet
regelbundet
belastas mer än vad
de är vana vid.**

**ENERGICENTER
STAFFANSTORP**

Smidesvägen 1
Staffanstorp
046 – 25 04 71

www.energicentersportsclub.com

info@energicentersverige.com

Nya STAFFANSTORPS BOWLING



Välkommen till Staffanstorps Bowlinghall

Telefon 046-25 40 00

Pensionärsklubbar – träningstider:

SPBK: måndagar 08:00-11:00

Arlövs BK: tisdagar 08:00-14:00

Veberöd: onsdagar 08:00-10:00

*Det lilla parfymmeriet
med det stora urvalet*



Öppettider:

Måndag endast bokade behandlingar

Tisdag - Fredag 10 - 18 Lördag 10 - 13

Din vägg- färg- och golvbutik i Staffanstorp!

Handelsvägen 20 (Rondellen)

245 34 Staffanstorp

Måndag - Fredag 10.00 - 18.00

Lördag 10.00 - 15.00

Söndag 11.00 - 15.00



046-23 98 90 • www.colorama.se