

SPF Seniorerna Svanen Älta.

Aktiviteter våren 2026

Swish 123 078 4462 eller BG 392-0212. Betalning efter bekräftelse.

Anmälan: IngaLill Krantz, 073 978 9391 krantz.nacka@telia.com

Reseombud: Marie Törnblom 072 332 7303 m_k_tornblom@hotmail.com

Laila Sundberg 073 904 6270 lailasundberg@hotmail.com

Januari

V3

Datum	Tid	Aktivitet/Innehåll	Anmälan och sista betalningsdag.	Arrangör Övr arr,
Måndag 12 jan	13-14	Bokcirkel, lokal Dagny	Cirkeln är full.	SPF
Fredag 16 jan	13.30- 15	Kick-off med Julgranplundring. 50 kr kaffe med bröd. 100 kr bröd & kaffe och fiskdamm.	Se ovan. Senast 9 jan. Betalning efter bekräftelse.	SPF/PRO/ÄKF/ SeniorNet

V4

Måndag 19 jan	14- 15.30	Alla kan sjunga – Seniorkör	Anm: Gunnel Sjöstedt Karlsson, 070 678 4421 eller sjostedtkarlsson@gmail.com	PRO/SPF
Tisdag 20 jan	10-12	Café Svanen. Alla +65 år är välkomna. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr.	Ingen anmälan.	SPF

V5

Måndag 26 febr.	14- 15.30	Alla kan sjunga – Seniorkör	Anm: Gunnel Sjöstedt Karlsson, 070 678 4421 eller sjostedtkarlsson@gmail.com	PRO/SPF
Tisdag 27 jan	10-12	Café Svanen. Alla +65 år är välkomna. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr.	Ingen anmälan.	SPF
Fredag 30 jan	13.30- 15	SeniorNet ordnar program	Ingen anmälan. Alla välkomna.	SeniorNet

V6

Tisdag 3 febr	10-12	Café Svanen. Alla +65 år är välkomna. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr.	Ingen anmälan.	SPF
------------------	-------	---	----------------	------------

V7

Måndag 2 febr	13-14	Bokcirkel, lokal Dagny	Cirkeln är full	SPF
Tisdag 3 febr	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. ”Klippet” 150 kr för 10 ggr.	Ingen anmälan. Alla +65 år är välkomna.	SPF
Fredag 13 febr	13.30-15	Vi reser till Söder(malm). Kaffe och bröd 50 kr. Smakbit på söder(malm) inkl kaffe och bröd 100 kr.	Anmälan IngaLill, se ovan. Senast 6 febr. Betala efter bekräftelse.	SPF/PRO

V8

Måndag 16 febr	14-15.30	Alla kan sjunga – Seniorkör	Anm: Gunnel Sjöstedt Karlsson, 070 678 4421 eller sjostedtkarlsson@gmail.com	PRO/SPF
Tisdag 17 febr.	10-12	Café Svanen	Ingen anmälan	SPF
Onsdag 18 febr	14-15.30	Årsmöte. Vi bjuder på kaffe och tårta.	Endast medlemmar som betalat medlemsavgiften 2026. Anmälan se ovan.	SPF. Senast 11 febr.
Fredag 20 febr	13.30-15	Hågkomster från Älta. Nackas lokalhistoriska arkiv bjuder in.	Alla +65 välkomna. Ingen anmälan. Gratis.	Nackas lokalhistoriska arkiv.

V9

Måndag 23 febr	14-15.30	Alla kan sjunga – Seniorkör	Anm: Gunnel Sjöstedt Karlsson, 070 678 4421 eller sjostedtkarlsson@gmail.com	PRO / SPF
Fredag 27 febr	13.30-15	Rockens historia	Alla +65 välkomna. Ingen anmälan. Gratis. Kaffe med bröd 50 kr	PRO/ SPF/ ÄKF

V10

Måndag 2 mars	14-15.30	Alla kan sjunga – Seniorkör	Anm: Gunnel Sjöstedt Karlsson, 070 678 4421 eller sjostedtkarlsson@gmail.com	PRO / SPF
Tisdag 3 mars	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. ”Klippet” 150 kr för 10 ggr	Alla +65 år är välkomna.	SPF
Fredag 6 mars	13.30-15	SeniorNet ordnar program	Alla + 65 år välkomna. Gratis. Ingen anmälan.	SeniorNet

V11

Måndag 9 mars	13-14	Bokcirkel, lokal Dagny	Cirkeln är full	SPF
Tisdag 10 mars	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla +65 år är välkomna.	SPF
Fredag 13 mars	13.30- 15	Vi reser till Södermanland. Kaffe och bröd 50 kr. Smaktallrik och kaffe med bröd, 100 kr.	Anmälan? Sista datum?	ÄKF /SPF/ PRO

V12

Tisdag 16 mars	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla +65 år är välkomna.	SPF
Onsdag 18 mars	14- 15.30	Månadsmöte. Marlene Stjernfeldt, leg läkare kåserar humoristiskt om hälsa bl a med sång och musik.	Endast medlemmar. Anmälan IngaLill, se ovan. Kaffe med bröd samt lott, 55 kr. Senast den 13 mars	SPF

V13

Tisdag 23 mars	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla +65 år är välkomna.	SPF
Fredag 27 mars	13.30- 15	Vi reser till Bohuslän	Anmälan? Sista anm dag?	ÄKF / SPF / PRO

V14

Tisdag 31 mars	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla +65 år är välkomna.	SPF
-------------------	-------	--	-----------------------------	-----

V15

Tisdag 7 april	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla +65 år är välkomna.	SPF
Fredag 10 april	13.30-15	Linda Rapp med sin blå saxofon underhåller oss med sång och musik.	Alla +65 år är välkomna. Ingen anmälan. Kaffe med bröd 50 kr.	SPF / PRO / ÄKF

V16

Måndag 13 april	13-14	Bokcirkel	Cirkeln är full.	SPF
Tisdag 14 april	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla +65 år är välkomna.	SPF
Onsdag 15 april	14-15.30	Månadsmöte. Lars Tornerheim, fd officer inom Försvarsmakten kommer och talar om drönare. Kaffe med bröd samt lott.	Anmälan IngaLill, se ovan. Pris 55 kr. Sista anm dag 10 april.	SPF
Torsdag 16 – 17 april		Resa till Värmland för de som anmält sig.	Info Marie Törnblom eller Laila Sundberg. Se ovan.	SPF
Fredag 17 april	13.30-15	SeniorNet	Ingen anmälan. Alla +65 år välkomna.	SeniorNet

V17

Tisdag 21 april	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla är välkomna. Ingen anmälan.	SPF
Fredag 24 april	13.30-15	Cirkusföreställning	Alla är välkomna. Ingen anmälan.	PRO / SPF / ÄKF

V18

Tisdag 28 april	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla är välkomna. Ingen anmälan.	SPF
--------------------	-------	---	----------------------------------	------------

V19

Måndag 4 maj	13-14	Bokcirkel. Sista träffen för våren.	Cirkeln är full	SPF
Tisdag 5 maj	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla välkomna. Ingen anmälan.	SPF
Onsdag 6 maj	14-15.30	Dan Larsson kåserar om filmmusik och filmer från mitten 1950-talet och framåt. Kaffe med bröd samt lott. 55 kr.	Månadsmöte. Anmälan till IngaLill, se ovan. Senast 30 april.	SPF
Fredag 8 maj	13.30-15	SeniorNet	Alla är välkomna. Ingen anmälan.	SeniorNet

V20

Tisdag 12 maj	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla är välkomna. Ingen anmälan.	SPF
------------------	-------	---	-------------------------------------	------------

V21

Tisdag 19 maj	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr	Alla är välkomna. Ingen anmälan.	SPF
Torsdag 21 maj	13-15.30	Politikerutfrågning av våra partier i Nacka kommun. Inför valet i höst. Samåkning i bil. Plats Boo Folkets Hus.	Anmälan IngaLill, se ovan. Senast 7 maj.	Alla SPF föreningar i Nacka.

V22

Tisdag 26 maj	10-12	Café Svanen. Kaffe och bröd 20 kr. "Klippet" 150 kr för 10 ggr. Sista cafét på Svanen!	Alla är välkomna. Ingen anmälan.	SPF
Fredag 29 maj	13.30-15	Kaffekalas och hågkomster. Sista gången vi träffas på Kulturknuten/ Kulturhuset.	Alla välkomna! Anmälan till IngaLill, senast 22 maj. Pris 50 kr	SPF/ PRO/ ÄKF/ SeniorNet

V23 Ingen verksamhet.**V24**

Månd – torsd 8-11 juni	Resa till Hangö, för de som bokat	Info från Marie Törnblom och Laila Sundberg, våra reseombud	SPF
Fredag 12 juni	Bussresa till Nyckelvikens Herrgård. Där äter vi en 2 rätters lunch. 50 personer. Återkommer med pris, anmälan och menu.		SPF

