

## **Program för våren 2025**

**Månadsmöten: Sista måndagen i månaden kl. 14.00 i  
Tingshuset, Stora Salen, Norra Långgatan 19**



**SPF lokalen:  
Västerlånggatan 14**

## FÖRENINGENS STYRELSE t.o.m. årsmötet 2025-02-25

|                                |                     |               |
|--------------------------------|---------------------|---------------|
| Ordförande                     | Lisette Lindenström | 070 588 71 45 |
| Vice ordf.                     | Anette Erlingsson   | 070 661 36 97 |
| Sekreterare                    | Anette Erlingsson   | -”-           |
| Kassör                         | Lizbeth Norum       | 070 359 69 73 |
| Medlemssekreterare             | Lennart Hansson     | 070 590 31 11 |
| Rekryteringsansvarig           | Eva Olsson          | 070 271 39 42 |
| Studieansvarig                 | Gunnar Bergman      | 070 299 97 46 |
| Resansvarig                    | Margit Andersson    | 070 231 75 50 |
| Folkhälso- och friskvårdsombud | Jan-Einar Nomell    | 073 051 65 25 |
| Uppvaktningar och Kondoleanser | Jan-Einar Nomell    | -”-           |
| Studieledamot                  | Alf Alfredson       | 070 597 03 98 |

### Hemsidan

[www.spfseniorerna.se/amaliterna](http://www.spfseniorerna.se/amaliterna)

Ansvarig: Rolf Weibull 072 504 04 18  
Från styrelsen: Lennart Hansson

### Facebook

SPF Seniorerna Åmålitterna

Ansvarig: Lisette Lindenström

### Kommunala Pensionärsrådet (KPR)

|            |                       |               |
|------------|-----------------------|---------------|
| Ordinarie: | Lisette Lindenström   | 070 588 71 45 |
|            | Lars Skogsberg        | 070 320 30 13 |
| Ersättare: | Eva Olsson            | 070 271 39 42 |
|            | Rose-Marie Edvardsson | 072 229 09 77 |

### Postadress

SPF Seniorerna Åmålitterna, Västerlånggatan 14, 662 30 Åmål

### Telefon

070 588 71 45 (Lisette Lindenström)

### E-post

[amaliterna@spfseniorerna.se](mailto:amaliterna@spfseniorerna.se)

### Bankgiro

5035 - 2772

### Swish

123 473 5080

## Vårens program 2025

|                          |                                                                                             |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7 januari 11.00</b>   | Träff för nya medlemmar i vår lokal                                                         |
| <b>9 januari 13.00</b>   | Lunch tillsammans Mellanbrons Café                                                          |
| <b>27 januari 14.00</b>  | Månadsmöte, underhållning av Jon-Erik ”Joppa” Lunde                                         |
| <b>30 januari 17.00</b>  | After Work, Stadshotellet                                                                   |
| <b>13 februari 13.00</b> | Lunch tillsammans Presseriet                                                                |
| <b>19 februari 17.30</b> | Klassisk musikafton med Rolf Weibull, i vår lokal                                           |
| <b>24 februari 14.00</b> | Årsmöte                                                                                     |
| <b>13 mars 13.00</b>     | Lunch tillsammans                                                                           |
| <b>31 mars</b>           | Månadsmöte, kyrkoherde Kerstin Almegård berättar bl.a. om kyrkans sociala arbete            |
| <b>26 mars 18.00</b>     | Vinprovning med Ulla och Lars Berne i vår lokal                                             |
| <b>10 april 13.00</b>    | Lunch tillsammans                                                                           |
| <b>24 april 16.00</b>    | Resa till Nuntorp Gård, Smakfestival med countrymusik                                       |
| <b>28 april 14.00</b>    | Månadsmöte, underhållning med Lars Nilsson ”Mina 60-tals favoriter”                         |
| <b>7 maj</b>             | Bilrally                                                                                    |
| <b>8 maj 13.00</b>       | Lunch tillsammans                                                                           |
| <b>14 – 16 maj</b>       | Resa i Österled till Birka med mera                                                         |
| <b>26 maj 14.00</b>      | Månadsmöte. Arv, testamente och framtidsfullmakter med representant från Dalslands Sparbank |

Alla månadsmöten äger rum i Stora Salen i Tingshuset.

Anmälan senast fredagen före på [amaliterna@spfseniorerna.se](mailto:amaliterna@spfseniorerna.se) eller till Margit Andersson, helst via sms: 070 231 75 50.

***Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan Väst***

## STUDIEVERKSAMHET Våren 2025

SPF Seniorerna Åmålerna i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan. I vår startar många studiecirkelar och andra aktiviteter och Du är lika välkommen att fortsätta med din aktivitet som du är som nybörjare. Här ser Du vilka aktiviteter som vi erbjuder och när de startar och var! Välkommen att delta!

| <b>Aktivitet</b>    | <b>Veckodag</b>        | <b>Tid</b> | <b>Lokal</b>  | <b>Start</b> |
|---------------------|------------------------|------------|---------------|--------------|
| Kortspel            | Måndag udda v          | 14-16.30   | SPF-lokalen   | 20.1         |
| Mervetarna grp1     | Torsdag jämn v         | 10-12      | SPF-lokalen   | 23.1         |
| Mervetarna grp2     | Tisdag jämn v          | 10-12      | SPF-lokalen   | 21.1         |
| Mervetarna grp3     | Torsdag jämn v         | 10-12      | Vittnesrummet | 9.1          |
| Mervetarna Dalsland | Torsdag udda v         | 14-16      | SPF-lokalen   | 16.1         |
| Akvarellmålning     | Onsdag jämn v          | 14-16.30   | SPF-lokalen   | 8.1          |
| Filmcirkel          | 2:a onsdagen i månaden | 14-16      | SPF-lokalen   | 15.1         |
| Litteraturcirkel    | Torsdag udda v         | 10-12      | SPF-lokalen   | 30.1         |

Vi sjunger tillsammans

”Likören” Torsdag jämn v 14-16 SPF-lokalen 23.1

Linedance (11 ggr 700 kr) Måndagar 14.00-15.30 lättare tempo 16.00-17.30 högre tempo  
SPF-lokalen 13.1

### **Övriga regelbundna aktiviteter**

|                   |                                           |           |                                         |      |
|-------------------|-------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------|------|
| Dam-och Herrgymna | onsdagar                                  | 16-17     | Södra skolan                            | 15.1 |
| Sitt-gymna        | fredagar                                  | 09-10     | SPF-lokalen                             | 10.1 |
| Bridge            | tisdagar                                  | 13.30-18  | SPF-lokalen                             | 7.1  |
| Boule             | Tisdag och fredag 10-13 samt söndag 15-17 | hela året | Boulehallen i Åmåls<br>bouleklubbs regi |      |
| Vattengymna       | fredagar                                  | 12-13     | Simhallen                               | 14.2 |
| Gåfotboll         | onsdagar                                  | 12-13     | Rackethallen                            | 15.1 |
| Bowling           | torsdagar                                 | 10-12.30  | Karlberg                                | 9.1  |

Har Du frågor kring dessa aktiviteter så kontakta studieansvarige Gunnar Bergman  
070-299 97 46

## Hur och till vem anmäler jag mig?

**Till alla aktiviteter och möten** kan du alltid anmäla dig på SPF:s e-post: [amaliterna@spfseniorerna.se](mailto:amaliterna@spfseniorerna.se) där du också kan ställa frågor.

Till våra **månadsmöten** anmäler du dig till Margit Andersson, helst via sms: 070 231 75 50 senast fredagen innan.

Vi har månadsmöten sista måndagen i månaden kl. 14.00 i Tingshuslokalen. I juni, juli och december har vi inget månadsmöte.

**Alla resor:** Du anmäler dig till Margit Andersson, 070 231 75 50 eller [margit.andersson45@gmail.com](mailto:margit.andersson45@gmail.com)

- Nuntorp Gård – Smakfestival med country musik: anmälan och betalning senast 11 april, betalning 750 kr till SPF Åmålernas bankgiro: 5035-2772 eller Swish 123 473 5080
- Resa till Birka, anmälan och betalning senast 29 april, betalning till SPF Åmålernas bankgiro: 5035-2772 eller Swish 123 473 5080. Vi återkommer om priset.

**Lunch tillsammans samt After Work:** Ingen anmälan, det är bara att komma!

**Träff nya medlemmar:** Du anmäler dig till Lennart Hansson, 070 590 31 11, eller [lh.amal@telia.com](mailto:lh.amal@telia.com)

**Klassisk musikafton:** Du anmäler dig till Lisette Lindenström 070 588 71 45 eller [amaliterna@spfseniorerna.se](mailto:amaliterna@spfseniorerna.se) Inträde 50 kr inklusive kaffe och kaka. Anmälan och betalning senast 13 februari till SPF Åmålernas bankgiro: 5035-2772 eller Swish 123 473 5080.

**Vinprovning:** Du anmäler dig till Anette Erlingsson 070 661 36 97 eller [amaliterna@spfseniorerna.se](mailto:amaliterna@spfseniorerna.se). Anmälan och betalning senast 17 mars till SPF Åmålernas bankgiro: 5035-2772 eller Swish 123 473 5080. Vi återkommer om priset.

**Anmälan och frågor om studiecirkelarna** kontakta Gunnar Bergman, som är studieansvarig, på 070 299 97 46.

Dam- och herr- och sittgympa, frågor och anmälan till Arto Gajdarzjikij 070 560 56 93

Bridge, frågor och anmälan till Bo-Lennart Hjalmarsson 070 773 33 96

Bowling, frågor och anmälan till Elsa Halldan 070 627 11 81

Boule spelas i Åmåls Bouleklubbs regi, kontakt och frågor, Bengt Magnusson 073 022 74 30

# Vårt valspråk – *Alltid trevligt tillsammans!*

## Medlemsförmåner

För närmare information om respektive medlemsförmån, se SPF Seniorernas hemsida under

”Förmåner”, [spfseniorerna.se](http://spfseniorerna.se)

## Försäkringsbolaget If

Rabatterade försäkringar för hem, villa och fritidshus, bilförsäkring, båtförsäkring samt släpvagnsförsäkring.

## Skandia

Gruppförsäkring och olycksfallsförsäkring

## E.ON

Elavtal, rabatt på köp av solceller

## Bonniers bokklubb

SPF Seniorerna i samarbete med Bonniers Bokklubb startar en bokklubb. Här får du som medlem förmånliga erbjudanden och riktigt bra boktips.

## Readly

Digital läsning av magasin.

## BookBeat

Ljud- och e-böcker

## Familjejuridik och begravning:

- Verahill Familjejuridik
- Klarahill
- Familjens Jurist
- Fonus
- Lavendla Juridik
- Fenix Family

## Tallink och Silja Line

Kryssningar och hotellresor med Tallink och Silja Line.