

Program Våren 2024



Hemsida:

www.spf.se/lundcentrum



E-post: info@spflundcentrum.se

Välkommen till SPF Lund Centrum våren 2024

Efter sammanslagningen med SPF Lund Öster har vår förening fortsatt växa i medlemsantal och vi har nu 1 650 medlemmar – den största SPF-föreningen i Skåne. Det är givetvis roligt och hedrande att så många vill bli medlemmar hos oss. Det kräver emellertid att vi har ett omfattande och varierat program med aktiviteter som tillfredsställer medlemmar med olika intressen. För att styrelsen ska orka med detta krävs att fler medlemmar engagerar sig i föreningens verksamhet på olika sätt.

Hör av dig om du vill ställa upp.

Programmet finns också på hemsidan, där ändringar och nyheter införs, www.spf.se/lundcentrum.

Du kan också ladda ner en app till din smarta telefon. Då blir du påmind om nyheter direkt i telefonen och kan komma in på vår hemsida. SPF-appen laddar du ner gratis från din appbutik. En handledning finns på vår hemsida.

KALLELSE TILL ÅRSMÖTE 2024.

Medlemmarna i SPF Seniorerna Lund Centrum kallas härmed till årsmöte:

Tid: 5 februari 2024 kl. 13.30 Insläpp från kl. 13.00.

Lokal: Pingstkyrkan, Stora Södergatan 25.

Ärenden enligt stadgarna.

Motion ska ha kommit föreningsstyrelsen tillhanda senast sex veckor före årsmötet.

Om du vill nominera någon till styrelsen eller till andra uppdrag, hör av dig till valberedningen (se sidan 37).

Viktig information

Redan medlem. Medlemsavgiften är 275 kronor för 2024. Av detta går 160 kronor till SPF centralt, 30 kronor till Skånedistriktet och 85 kronor till vår förening.

I medlemskapet ingår tidningen Seniorens med nio nummer per år och där finns information om olika förmåner.

Medlemskortet bifogas i februarinumret!

Ny medlem. Om du vill gå med i vår förening kan du antingen anmäla dig via vår hemsida eller kontakta vår medlemsansvarige, info@spflundcentrum.se eller telefon 076 022 59 83.

Anmälan och betalning.

Vid varje aktivitet anges såväl första som sista anmälningsdag. **Invänta bekräftelse innan du betalar**, antingen till bankgiro 870-0544 eller Swish 123 147 42 53 (se QR-koden här bredvid). När du har betalat är anmälan bindande. Ange namn på samtliga personer och aktuell aktivitet.



Sista betalningsdatum finns angivet för varje programpunkt.

Anmäl helst via e-post.

Återbud. Vid förhinder kan plats som gäller en utflykt/aktivitet överlåtas till någon annan, meddela om möjligt i förväg. Beställd mat och entréavgift kan återbetalas under förutsättning att vi, i vår tur, slipper betala.

För resor arrangerade av resebyrå gäller deras bestämmelser.

Specialkost. Till aktivitet där mat ingår måste specialkost uppges i samband med anmälan. Vid våra månadsmöten serveras också glutenfritt kaffebröd.

Transport med buss

Påstigning sker på två platser: dels vid Thulehem, dels vid hållplats Lund C R, Spolegatan 6.

Vid anmälan måste man ange var man vill bli upphämtad.

I programmet anges tider för båda påstigningsplatserna.



Ändringar som har betydelse för vårt register

Nytt telefonnummer, ny mejladress etcetera meddelas till vår medlemsansvarige, info@spflundcentrum.se eller telefon 076 022 59 83.

Eventuella frågor gällande arrangemangen besvaras av den som tar emot anmälan.

Lunds Kvinnliga Gymnastikförening

Livsglädje Kamratskap Gemenskap



LKG har hållit Lunds kvinnor i fin form sedan år 1901!

Vi erbjuder gympa och zumba till härlig musik och avslappnande yoga. Kom och känn livsglädje, kamratskap och gemenskap med oss!

Vårterminen startar 15 januari 2024.

För information gå in på vår hemsida www.lundskvinnliga.se

Onsdagen den 10 januari 2024

Operaintroduktion: Carmen

Mats Natt och Dag, introducerar Georges Bizets opera Carmen, som ju är en av de mest spelade och mest älskade operorna genom alla tider. Operan handlar om glödande kärlek och en förtärande svartsjuka som orsakar båda huvudpersonernas undergång. Musiken är både vacker och lättillgänglig och bjuder på flera örhängen som nått spridning långt utanför operans värld. Carmen direktsänds till Kino från Metropolitan den 27 januari, 2024.

Tid och plats: kl. 16.30 på Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: Ingen kostnad.

Anmälan: Ingen anmälan.

Måndagen den 15 januari

Månadsmöte; insläpp 13.00–13.30

Från Nordkap till Sydkap

Johan Wiklund, flygkapten i SAS, flög hösten 2015 från Nordkap till Sydkap i en engelsk dubbeldäckare med öppen sittbrunn iförd en brun tredelad ullkostym. Det blev 18000 km flygning fördelat på 62 flygningar och 42 flygdagar under två månader.

Lokal: Pingstkyrkan, Stora Södergatan 25.

Kostnad: 50 kr (helst kontanter, men även Swish).

Vi bjuder på kaffe och kaka en trappa upp efter föredraget.



Måndagen den 22 januari Världsbutiken Klotet – Faire Trade

Föreningen startades av en grupp entusiaster 1983. Alltsedan dess har butiken funnits i samma lokaler och haft samma inriktning – Faire Trade och Rättvis Handel. *Föreningen för Världsbutiken Klotet* är en förening helt utan vinstintresse och butiken bemannas enbart av volontärer. Det började med kaffe från Afrika och har efterhand utvecklats till en butik där man hittar både livsmedel och hantverk från Afrika, Asien och Latinamerika. Världsbutiken Klotet kan numera räknas till en av Lunds främsta presentbutiker.

Vi får veta mer om rättvis handel och även provsmaka kaffe och choklad och en del andra livsmedel. Samtidigt finns möjligheten att botanisera bland det vackra hantverket och kanske köpa hem något trevligt och gott.

Tid/plats: kl. 11.00 på Världsbutiken Klotet,
Stora Tomegatan 48 i Lund.

(Vid stort intresse anordnas fler tillfällen)

Kostnad: 60 kronor.

Anmälan: Inger Jandréus, ij@spflundcentrum.se.
telefon 070 958 46 30.

Första anmälningsdag: 3 januari kl. 9.00.

Sista anmälnings- och betalningsdag: 14 januari.



Torsdagen den 25 januari

Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare

Under våren 2022 var vi ett par gånger på den då nyöppnade puben Lundabryggeriets Ölkällare. I somras gick krögaren i konkurs och puben stängdes. Nu har Lundabryggeriet hittat en ny krögare och vi har bokat in fyra pubträffar under våren. Ölkällaren ligger på Bredgatan 25 i korsningen med Sankt Laurentiigatan, mitt emot Allhelgonakyrkan. Här måste vi boka en del av lokalen och då måste man anmäla sig några dagar i förväg.

Tid: kl. 18.00.

Anmälan: Christer Särnstrand, cs@spflundcentrum.se,
telefon 070 525 31 86.

Sista anmälningsdag: 22 januari.



ICA MALMBORGS
tuna

Öppet alla dagar 7.00-22.00

ICA MALMBORGS
clemenstorget

Öppet alla dagar 6.00-23.00

*Psst!
Har du provat
vår catering?*



tuna.malmborgs.se
catering.malmborgs.se/clemenstorget

VÅRA CERTIFIKAT



Hållbarhet ligger
oss varmt om hjärtat.
Vi förenklar för dig
att göra smarta
och hållbara val!

**Vi tänker
med hjärtat**

Onsdagen den 31 januari

Operaintroduktion: Turandot

Anna och Mats Natt och Dag introducerar Puccinis sista opera Turandot. Den omänskligt hårda och hämndlystna prinsessan Turandot förvandlas till en älskande kvinna, så operan har faktiskt ett lyckligt slut.

Puccinis musik är som alltid förtrollande och vi får förhoppningsvis se en fantastisk föreställning på Malmö Opera den 11 februari.

Tid/plats: kl. 16.30 på Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: Ingen kostnad.

Anmälan: Ingen anmälan.

Måndagen den 5 februari

Årsmöte 2024 SPF Seniorerna Lund Centrum Insläpp 13.00 – 13.30

Före årsmötet informerar Louise Fohlin, säkerhetschef på Sparbanken Skåne, om bankbedrägerier mot äldre. Hur omfattande är det? Hur undviker man att bli lurad? Vad gör bankerna?

Årsmötet startar cirka kl. 14.00.

Ärenden enligt stadgarna. Kallelse, se sidan 2.

Lokal: Pingstkyrkan, Stora Södergatan 25.

Kostnad: Ingen kostnad.

Vi bjuder på kaffe och kaka en trappa upp efter årsmötet.

Onsdagen den 7 februari Filmträff på Kino

Vi fortsätter med att se film på Kino. Under våren går vi på Kino tre onsdagar eftermiddag/kväll: 7/2, 6/3 och 3/4. Aktuell film annonseras på vår hemsida och via mejl ungefär en vecka innan föreställningen. Biljett köper man själv. De som vill följa med på "eftersnack" samlas vid Domkyrkoforum efter bion.



Kontaktperson: Ann Sofie Lanner,
asl@spflundcentrum.se, telefon 070 270 93 90.

Söndagen 11 februari Malmö Opera: Turandot

Turandot är den iskalla prinsessan som låter avrätta friare på löpande band tills hon möter den sanna kärleken. Historien är baserad på en asiatisk folksaga om en verklig prinsessa som levde på 1200-talet. Puccinis opera utspelar sig i Fjärran Österns sagovärld.

Tid/Plats: Buss avgår kl. 14.25 från Thulehem och kl. 14.45 från busshållplats Lund C R, Spolegatan 6.

Kostnad: 825 kr.

Anmälningstiden för denna aktivitet har gått ut.

Onsdagen den 14 februari Historiska museet

Välkommen på en guidad visning av den nya utställningen Skatter från fem kontinenter, som öppnade i oktober. Utställningen består av föremål som samlats av enskilda privatpersoner och inte av universitetet för vetenskapliga syften. Vi får veta historien om samlingen och hur den hamnade på museet. Den finns i den lokal som tidigare huserade Killian Stobaeus kuriosakabinett.

Tid/plats: kl. 13.00, samling utanför porten.

Anmälan: Anna Castensson, ac@spflundcentrum.se,
telefon 070 827 43 46.

Kostnad: 100 kr (50 kr om du har årskort på museet).

Första anmälningsdag: 1 februari kl. 9.00.

Sista anmälnings- och betalningsdag: 9 februari.



Måndagen den 19 februari Lunchträff på Eatery

Våra medlemmar ser gärna att vi ordnar luncher där man kan knyta kontakter över en bit mat. Lunchträffarna under 2023 blev mycket uppskattade och välbesökta. Under våren fortsätter vi att träffas fyra måndagar kl. 13.00 på Eatery restaurang och café i Sonyhuset, Mobilvägen 4. Där finns stora inbjudande lokaler som inte kräver förhandsbokning.



Lunch serveras till kl.13.30, man får sitta kvar efter att det dukats av kl. 14.00.

Veckomenyn kan ses på hemsidan www.eatery.se på måndag förmiddag.

Man kan ta spårvagn mot ESS och stiga av vid hållplats Solbjer, sedan promenera ca 400 m.

Vi ses 19/2, 18/3, 15/4 och 20/5.

Vid frågor kontakta:

Ann Sofie Lanner asl@spflundcentrum.se ,
telefon 070 270 93 90.

Torsdagen den 22 februari Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare

Vi ses på Lundabryggeriets ölkällare på Bredgatan 25. Eftersom vi måste boka en del av lokalen krävs att man anmäler sig några dagar i förväg.

Tid: kl. 18.00.

Anmälan: Christer Särnstrand

cs@spflundcentrum.se ,

telefon 070 525 31 86.

Sista anmälningsdag: 19 februari.



Onsdagen den 28 februari Operaintroduktion: Ödets makt

Anna och Mats Natt och Dag introducerar Verdis opera Ödets Makt. I centrum för handlingen står en man som verkligen blir utsatt för ödets ofta förfärliga nycker. Musiken är som alltid hos Verdi underbart vacker och handlingen innehåller inte bara tragik utan också en hel del humor och burleskeri. Vi kan se operan på Kino direkt från Metropolitan den 9 mars med den oförlikneliga Lise Davidsen i den kvinnliga huvudrollen. Missa inte det!

Tid och plats: kl. 16.30 på Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: Ingen kostnad.

Anmälan: Ingen anmälan.

Måndagen den 4 mars Månadsmöte; insläpp 13.00-13.30 Aktivt och hälsosamt åldrande

Professor Susanne Iwarsson, som arbetar för CASE (Center for Ageing and Supportive Environments) vid Lunds universitet, föreläser om lyckosamt, aktivt och hälsosamt åldrande – vad är det vi strävar efter?

CASE är ett forskningscentrum som utvecklar kunskap om åldrande och hälsa. Stödjande miljöer för den åldrande befolkningen står i fokus.

Forskningscentret består av forskningsmiljöer från juridiska, medicinska och samhällsvetenskapliga fakulteterna samt Lunds tekniska högskola (LTH). Centret leds av en styrgrupp och har ett brukarråd knutet till sig. I brukarrådet ingår representanter från SPF och PRO.

Lokal: Pingstkyrkan, Stora Södergatan 25.

Kostnad: 50 kr (helst kontanter, men även Swish).

Vi bjuder på kaffe och kaka en trappa upp efter föredraget.



Stödjande miljöer för en åldrande befolkning står i centrum för forskningen.

Onsdagen den 6 mars

Stora Råby kyrka och Råbylunds gård

I den lilla byn Stora Råby ligger verkligen kyrkan mitt i byn och det har den gjort sedan slutet av 1200-talet. En vitkalkad kyrka med trappstensgavlar. Här väljer många att hålla bröllop i litet format och även att döpa sina barn. Vår guide, prästen Bengt Arvidsson, berättar om den lilla kyrkan i Stora Råby. Efter besöket promenerar vi den korta vägen längs bygatan till Råbylunds gård där vi äter en god lunch tillsammans.

Till Stora Råby tar man sig med bil eller cykel via Sydöstra vägen.

Vill man åka buss går nr 5 mot Råbylund. Stig av vid hållplats Lund Arkivcentrum Syd. Därefter promenad förbi Biltema, följ sedan promenadvägen (förbi gamla Hasslanda flygfält) fram till Stora Råby. En promenad på ca 1 km.

Tid/plats: kl. 11.45 samling på kyrktrappan.

Kostnad: 200 kr (guidning och lunch).

Anmälan: Inger Jandréus, ij@spflundcentrum.se,
telefon 070 958 46 30.

Första anmälningdag: 14 februari kl 9.00.

Sista anmälning- och betalningsdag: 25 februari.



Foto: Svenska kyrkan



Foto: Svenska kyrkan

Onsdagen den 6 mars Filmträff på Kino

Se text den 7 februari.

Kontaktperson: Ann Sofie Lanner,
asl@spflundcentrum.se ,
telefon 070 270 93 90.



Onsdagen den 13 mars Operaintroduktion: Romeo och Juliette

Anna och Mats Natt och Dag introducerar Gounods opera Romeo och Juliette. Librettot bygger på och följer väl Shakespeares klassiska drama om två ungdomar vars kärlekslycka krossas på grund av att deras familjer är oförsonliga fiender. Vacker melodisk och romantisk musik med klassisk fransk elegans och esprit leder fram till det tragiska slutet. Vi kan se operan på Kino direkt från Metropolitan den 23 mars.

Tid och plats: kl. 16.30 på Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: Ingen kostnad.

Anmälan: Ingen anmälan.

Torsdagen den 14 mars Fredrik Zimmerdahl berättar om Wiven Nilsson m. fl.

Fredrik Zimmerdahl, ägare till *Zimmerdahl Antiques and Design*, kommer och berättar om Wiven Nilsson, Christian Nilsson och GAN.

Tid/plats: kl. 16.00 Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: 100 kr.

Anmälan: Karin Liljeroth, kl@spflundcentrum.se,
telefon 073 140 80 79.

Första anmälningdag: 15 februari kl. 9.00.

Sista anmälning- och betalningsdag: 29 februari.



Måndagen den 18 mars Lunchträff på Eatery

Se text den 19 februari.

Vid frågor kontakta:

Ann Sofie Lanner

asl@spflundcentrum.se ,

telefon 070 270 93 90.



Torsdagen den 21 mars Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare

Vi ses på Lundabryggeriets ölkällare på Bredgatan 25.
Eftersom vi måste boka en del av lokalen krävs att man
anmäler sig några dagar i förväg.

Tid: kl. 18.00.

Anmälan: Christer Särnstrand, cs@spflundcentrum.se ,
telefon 070 525 31 86.

Sista anmälningsdag: 18 mars.



26 – 27 mars

Resa till Göteborg

Följ med på en innehållsrik tvådagarsresa till Göteborg! På vägen upp besöker vi Tjolöholms slott där vi får en guidad visning och äter lunch. I Göteborg blir vi guidade i Volvos fabrik. Därefter en gemensam middag och övernattnig. Nästa dag får vi en guidad rundvandring i det vackra Operahuset innan vi vänder söderut. Vi stannar i Kvibille för lunch samt information om osttillverkning och avsmakning.

För att se det detaljerade programmet - [klicka här](#).

Programmet kan också erhållas av Inger Jandréus.

Vid anmälan behövs följande uppgifter:

- Namn, adress, telefon- och mobilnummer, e-postadress
- Dubbelrum eller enkelrum
- Uppgift om eventuella allergier/kostönskemål
- Avbeställningsskydd (tillägg 200 kr)

Anmälan: Inger Jandréus, ij@spflundcentrum.se,
telefon 070 958 46 30.

Sista anmälningsdag: 15 januari.

Onsdagen den 3 april

Filmträff på Kino

Se text den 7 februari.

Kontaktperson: Ann Sofie Lanner,
asl@spflundcentrum.se ,
telefon 070 270 93 90.



Onsdagen den 3 april Operaintroduktion: La Rondine

Anna och Mats Natt och Dag introducerar Puccinis mycket sällan spelade opera La Rondine eller Svalan, som är den svenska titeln. Handlingen kretsar kring en ung kvinna som bryter upp från en tillvaro som hålldam i Paris och bosätter sig med sin unge älskare i Provence. Försöket lyckas inte utan damen återvänder, precis som svalan, till sitt gamla ursprung och lämnar kvar en förkrossad man. Musiken är typisk för Puccini, melodisk och vacker och det är en gåta varför den spelas så sällan, men nu kommer den från Metropolitan och kan ses på Kino den 20 april.

Tid och plats: kl. 16.30 på Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: Ingen kostnad.

Anmälan: Ingen anmälan.

EDENS GRÖNA
Trädgårdsservice AB

Som medlem i SPF har du 10% rabatt hos oss. Vid abonnemang på trädgårdsskötsel bjuder vi på ett presentkort hos **Tirups Örtagård**

Trädgårdsdesign Planering Markarbeten
Plantering Anläggning Gräsmatta
Skötsel Stensättning Häckklippning
Ogräsrensning Gödsling Beskärning
Trädgårdssnickerier

Din blivande trädgårdsmästare
Som fixar din trädgård till perfektion
www.edensgrona.se

Kontakta oss i dag för ett kostnadsfritt hembesök.

Växel: 015- 23 28 28
E-post: info@edensgrona.se
SMS: 076 049 28 28

Torsdagen den 4 april Lilla Konstrundan på Österlen

Dagens utflykt går till Österlen och vi börjar med ett besök vid Fabriken i Bästekille och ser aktuell utställning. Vidare går färden till hotell Svea i Simrishamn där en god lunch intas. Här ges även tid till litet strövtåg i hamnen eller längs charmiga gågator i Simrishamns centrum. På eftermiddagen stannar vi till vid Backagårdens café nära Löderup och avnjuter eftermiddagsfika i det vackra orangeriet. Dagens avslutas med ett besök vid Ystad Konsthall där vi får guidad visning av pågående utställning om konstnären Leif Eriksson.

Tid/plats: Bussen avgår kl. 8.45 från busshållplats Lund C R, Spolegatan 6 och kl. 9.00 från Thulehem. Åter i Lund ca. kl. 18.

Kostnad: 750 kr. I priset ingår entréer och visning Ystad Konsthall, lunch Hotell Svea i Simrishamn, fika på Backagården samt bussresa.

Anmälan: Inger Jandréus ij@spflundcentrum.se , telefon 070 958 46 30.

Första anmälningsdag: 27 februari kl. 9.00.

Sista anmälnings- och betalningsdag: 12 mars.



Söndagen den 7 april Malmö opera: Next to normal

Pulitzervinnaren Next to Normal är något så ovanligt som en Broadwaysuccé om psykisk sjukdom.

Musikalen, har getts epitetet *feel-everything musical*, då den trots den allvarliga och starkt berörande berättelsen förmedlar hopp och ger utrymme för skratt.

Tid/plats: Buss avgår kl. 14.25 från Thulehem och kl. 14.45 från busshållplats Lund C R, Spolegatan 6.

Kostnad: 825 kr.

Anmälan: Ingrid Holfelt, ih@spflundcentrum.se ,
telefon 072 944 75 95.

Första anmälningsdag: 22 januari kl. 09.00.

Sista anmälnings- och betalningsdag: 31 januari.



Måndagen den 8 april
Månadsmöte; Insläpp 13.00-13.30
Koloniträdgårdarnas historiska frö

I Lund finns ett stort antal koloniområden. En del är mer än 100 år gamla och ligger nu centralt i staden. En gång i tiden var de i stadens utkanter. Efterfrågan på kolonilotter är stor. Många vill odla och bidra till stadens grönska. Samtidigt som det är en fin rekreation för kolonisterna är områdena viktiga som härliga promenadstråk i staden för besökare.

Eftersom koloniverksamheten är viktigt för Lund och dess medborgare har vi bett Eva Roos, auktoriserad Skåneguide, att komma och berätta om koloniträdgårdar och speciellt om utvecklingen i Lund.

Lokal: Pingstkyrkan, Stora Södergatan 25.

Kostnad: 50 kr (helst kontanter, men även Swish).

Vi bjuder på kaffe och kaka en trappa upp efter föredraget.

FOTSULAN

Sussi Antonsson

Medicinsk fotvård

Kollegievägen 278 A
224 73 Lund

Fotvård: inkl. fotbad och fotmassage.

Även Underbensmassage, fotSPA

Behandlar: liktorn, vårtor,
förhårdnader m.m



Ring för tidsbokning

0701 - 48 44 48

Ej avbokad tid, 24 timmar innan, DEBITERAS.

Onsdagen den 10 april Antikt och kuriosa – studiecirkel

Charlotte Strömstedt från Antikrundan på TV kommer och berättar om tysk keramik från 1700-talet och framåt, sköna ting i trä och utställningar som Baltiska utställningen 1914 och Stockholmsutställningen 1930.

Studiecirkeln består av tre möten: 10/4, 17/4 och 24/4.

Tid/plats: kl. 16.00–17.30

Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: 300 kr.

Anmälan: Karin Liljeroth, kl@spflundcentrum.se,
telefon 073 140 80 79.

Första anmälningdag: 13 mars kl. 9.00.

Sista anmälnings- och betalningsdag: 20 mars.



Måndagen den 15 april Lunchträff på Eatery

Se text den 19 februari.

Vid frågor kontakta:

Ann Sofie Lanner

asl@spflundcentrum.se ,

telefon 070 270 93 90.



Torsdagen den 18 april Malmö Live: Soustrot & Bolero

Fransk afton med klassiskt sagotema och hypnotisk karnevalskänsla. Vi bjuds bland annat på klassiska sagor som Törnrosa och Skönheten och odjuret i Debussys respektive Ravels tappningar. Karnevalskänslan förmedlas via Le Carnival Romain av Berlioz. Som avslutning får vi lyssna på Ravels Bolero.

Tid/plats: Vi ses kl. 18.20 vid Malmö Lives biljettkassa. Biljetterna delas ut vid intilliggande bord. Deltagarna tar sig till Malmö Live på egen hand.

Kostnad: 320 kr.

Anmälan: Ingrid Holfelt, ih@spflundcentrum.se,
telefon 072 944 75 95.

Första anmälningsdag: 25 januari kl. 9.00.

Sista anmälnings- och betalningsdag: 3 februari.





GRUPPTRÄNING & GYM

- Stort och varierat utbud för dig som är senior**
- Hög kompetens och engagerade instruktörer**
- Träningsresa**

Dessutom finns sjukgymnastik, massage, tennis och café under samma tak.

Helgonavägen 8
kundservice@gerdahallen.com

010-722 2100
www.gerdahallen.com

Torsdagen den 25 april

Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare

Vi ses på Lundabryggeriets ölkällare på Bredgatan 25. Eftersom vi måste boka en del av lokalen krävs att man anmäler sig några dagar i förväg.

Tid: kl. 18.00.

Anmälan: Christer Särnstrand, cs@spflundcentrum.se ,
telefon 070 525 31 86.

Sista anmälningdag: 22 april.

Fredagen den 3 maj

Skånska slott – Svaneholm

Vid Svaneholmssjön strax norr om Skurup ligger Svaneholms slott. Det har karaktären av en medeltida borg med sin kringbyggda, skyddade borggård. Slottet byggdes omkring 1530. Det är byggt i renässansstil och är vackert beläget på en udde ute i sjön.

Vi guidas runt i slottet och får veta hur det var att leva som adel och tjänstefolk på 1800-talet. Museet öppnas också upp för oss och den som vill kan njuta en stund i slottsbutikerna. Vid lunchtid samlas vi i slottsrestaurangen och äter tillsammans innan vi vänder tillbaka mot Lund. Slottet är i fyra våningar utan hiss och inte anpassat för rollator.

Tid/plats: kl. 9.45 avgår bussen från Spolegatan 6 och från Thulehem kl. 10.00. Tillbaka i Lund cirka kl. 15.30.

Kostnad: 600 kronor (inklusive guidad visning och lunch).

Anmälan: Inger Jandréus, ij@spflundcentrum.se ,
telefon 070 958 46 30.

Första anmälningdag: 25 mars kl. 9.00.

Sista anmälning- och betalningsdag: 12 april.

Måndagen den 6 maj
Månadsmöte; inläpp 13.00-13.30
Hjärta och smärta

Kardiologen Thomas Pettersson berättar om utvecklingen och nya rön inom hjärtforskningen. Han och musikern Ingemar Nilsson från bandet Dönaberga bjuder också på smittande musik.

Lokal: Pingstkyrkan, Stora Södergatan 25.

Kostnad: 50 kr (helst kontanter, men även Swish).

Vi bjuder på kaffe och kaka en trappa upp efter föredraget.

Onsdagen den 8 maj
Operaintroduktion: Madame Butterfly

Anna och Mats Natt och Dag introducerar Puccinis opera Madame Butterfly. Den vackra Butterfly blir djupt förälskad i en amerikansk sjöofficer vars fartyg besöker Nagasaki. Officeren gifter sig med henne ”på japanska”. Hon tror på kärlek livet ut medan han tar det hela som ett lättsamt äventyr och återvänder efter en tid hem till USA. Butterfly väntar troget i åratal på att han skall komma tillbaka och när han äntligen gör det så har han sin amerikanska fru med sig, vilket fullbordar tragedin. Musiken, romantisk och hjärteknipande, innehåller några av operalitteraturens vackraste arior och köror. Vi kan se operan på Kino direkt från Metropolitan den 11 maj med en av samtidens största sopraner, Asmik Gregorian, i titelrollen.

Tid och plats: kl. 16.30 på Träffpunkt Arkivgatan.

Kostnad: Ingen kostnad.

Anmälan: Ingen anmälan.

Tisdagen den 14 maj Råå museum för fiske och sjöfart och Tomatens hus

Vi styr kosan norrut mot det pittoreska fiskeläget Råå. Längst ut på Hamnplan ligger Råå museum, där vi inleder med en guidad visning. Huvudfokus är som namnet anger fiske och sjöfart, men vi får också hälsa på i verkstäderna hos krukmakare och toffelmakare. L. P. Sjöström var en av landets flitigaste marinmålare. Han är rikt representerad på museet. Temat för årets utställning är *Starka kvinnor på Råå*.

Lunch intar vi på restaurang Kajgatan 1, alldeles intill museet.

Väl förplägade sätter vi oss i bussen för att åka till Tomatens Hus beläget mellan Glumslövs backar och Vallåkras dalgång. I växthusen odlas förutom tomater även chili och kryddor och i *Tomaterian* finner man produkter som tillverkats i det egna köket. Även ett bageri ingår i verksamheten liksom odling av pelargoner varav drygt 100 sorter finns till försäljning. Efter en kort introduktion är det dags att på egen hand bekanta oss med Tomatens Hus.

Därefter återstår endast färden åter mot Lund.

Tid/plats: kl. 9.20 avgår bussen från Thulehem och kl. 9.40 från busshållplats Lund C R, Spolegatan 6.

Kostnad: 500 kr.

Anmälan: Birgitta Berling, bg@spflundcentrum.se,
telefon 070 229 27 87.

Första anmälningdag: 9 april kl. 9.00.

Sista anmälnings- och betalningsdag: 23 april.



Torsdagen den 16 maj ONilsson från Eslöv

Boel Sandvall från ONilssons i Eslöv kommer till Träffpunkt Linero och visar vårens och sommarens mode.

Dryck och tilltugg serveras.

Tid/plats: kl. 18.00 Träffpunkt Linero.

Kostnad: 70 kr.

Anmälan: Karin Liljeroth, kl@spflundcentrum.se ,
telefon 073 140 80 79.

Första anmälningdag: 18 april kl. 9.00.

Sista anmälning- och betalningsdag: 2 maj.



Måndagen den 20 maj Lunchträff på Eatery

Se text den 19 februari.

Vid frågor kontakta:

Ann Sofie Lanner

asl@spflundcentrum.se ,

telefon 070 270 93 90.



Onsdagen den 22 maj

Cykeltur till Lomma kyrka och kyrkogård

Vi styr våra cyklar via cykelvägar mot Lomma. Där besöker vi Lomma kyrka och kyrkogård och får en guidad visning. Efter visningen fortsätter vi färden mot Örestads golfklubb för en gemensam måltid. Där finns en bra dagens rätt men man kan ta en fika om man hellre vill det. Var och en betalar på plats. Sedan tillbaka till Lund via Önnerup och Värpinge. Anmälan krävs då vi behöver boka platser i Örestads restaurang.

Tid/plats: Vi träffas vid Mejeriet kl. 10.30.

Kostnad: ingen kostnad.

Anmälan: Peter Posselwhite pp@spflundcentrum.se ,
telefon 076 942 45 80.

Första anmälningdag: 7 maj kl. 9.00.

Sista anmälningdag: 15 maj.



Tirups Örtagård
Paradiset på den
skånska slätten
Stort växtsortiment

Öppet varje dag!
mån-fre 10-18
lör-sön 10-17
Caféet alla dagar 11-17

**Som medlem i SPF
har du 10% rabatt hos oss**

www.tirup.se



Torsdagen den 30 maj

Pubträff med livemusik på Tappan

Vårterminens sista pubträff kommer att äga rum på Koloniområdet Tappan. Man kan antingen vara utomhus eller vid dåligt väder under tak i Rotundan. Baren tillhandahåller endast dryck, men det är fritt fram att ta med sig något att äta. Om vädret tillåter tänds vi grillen och då kan man ta med sig något att grilla. Eftersom vi inte har någon diskmaskin på Tappan så vill vi att ni **tar med eget glas.**

Koloniområdet Tappan ligger söder om Södra Vägen i höjd med höghuset "Lunna töser". Närmast Södra Vägen ligger ett koloniområde som heter Gläntan och sen kommer Tappan. Enklast tar man sig till pubträffen genom att gå in på en parkeringsplats på södra sidan av Södra Vägen alldeles bredvid Järnåkraskolan. Gå igenom parkeringsplatsen förbi grinden till Gläntan fram till en skylt där det står Tappan, Rotundan. Gå igenom grinden och då ser ni Rotundan.

Den här gången blir det ett efterlängtat återseende av *Spirits of Luna* som besöker oss! Även denna gång med vokalist Ulrika Gudmundsson som sjunger skön duett med bandleader Bjarne Bertelsen i 60/70-talslåtar och jazz. *Spirits of Luna* bjuder oss på skön nostalgisk musikresa i kvällningen under björkarna. Fyra gymnasiekillar lirade i slutet av 60-talet, jazz, blues och progressiv pop. Nu 50 år senare återförenas de som proffsmusiker, sjunger och spelar tillsammans, på trummor, bas, gitarr, keyboard.

Tid: kl. 18.00.

Kostnad: 80 kr, som betalas på plats (Swish eller kontant).

Anmälan: Christer Särnstrand, cs@spflundcentrum.se
telefon 070 525 31 86.

Tisdagen den 4 juni

Cykeltur till Tirups örtagård

Vi styr kosan mot Tirups örtagård och hoppas på vind i ryggen och sol i ansiktet. Färden går via Bergströmshusen och Uppåkra till Tirup (ca 7,3 km). Där finns en handelsträdgård, butik och café. Handelsträdgården har ett varierande utbud av svenskodlade växter. Butiken är fylld med kryddblandningar, teer etcetera.

Den som vill kan fika i caféet.

Vid 12.30 ger i oss av till Staffanstorps gästis för lunch som var och en betalar själv (ca 3,7km). Efter lunchen bär det av hemåt via Knästorp (ca 7,6 km). Totalt 18,6 km.

Tid/plats: Mejeriet, vid raketten kl.10.30.

Kläder efter väder. Ställs in vid ösregn.

Kostnad: ingen kostnad.

Anmälan: Anders Malmborg, am@spflundcentrum.se
telefon 072 213 16 00.

Första anmälningdag: 20 maj kl. 9.00.

Sista anmälningdag: 29 maj.

6 – 13 juni

Resa till Baltikum i 8 dagar

Resan är redan fullbokad.

24 – 29 september 2024 Kultur-och vinresa till Moseldalen

BK Travel Solutions arrangerar vår kulturresa till Moseldalen med buss nästa höst.

När vi ger oss av för att upptäcka Mosel-regionen är det med lyxig inramning och omsorg om detaljerna. Speciellt utvalda hotell på strategiska lägen och annorlunda och småskaliga besök. Kom med och följ i romarnas spår. Vi övernattar i Trier i Mosel samt på trevliga hotell på ner- och hemresan. 6 måltider inkl. drycker, 3 vinprovningar samt båttur på Mosel och intressanta besök ingår. Kunnig reseledare är Birgitta Kjellander från BK Travel Solutions.

Kostnad: 15 995 kr per person i delat dubbelrum.

Tillägg för enkelrum är 3 500 kr.

Anmälan sker via följande länk:

<https://projektwebb.bktravelsolutions.se/240924spflund>

Ett detaljprogram finns på vår hemsida

www.spf.se/lundcentrum .

Frågor besvaras av Christer Särnstrand,

cs@spflundcentrum.se, telefon 070 525 31 86.

Bernkastel Kues



Birgitta Kjellander säger skål och välkommen!

ÅTERKOMMANDE AKTIVITETER.

Boule-sektionen

Varje måndag kl. 14 är vi ett gäng som spelar Boule i Stadsparken så länge vädret tillåter.

Boule-spelandet på Täckpans koloniområde har upphört i organiserad form. Däremot kan vem som helst utnyttja Täckpans boule-plan mellan 1 april och 30 september då grindarna till Täckpan är olåsta.

Om du har några frågor eller vill bli introducerad i hur man spelar Boule, så kontakta Peter Posselwhite, pp@spflundcentrum.se eller 076 942 45 80.

Golf-sektionen

Vi har under åren spelat golf på ett tiotal banor i Lunds omnejd. Gruppen har en stark gemenskap och trivs väldigt bra tillsammans. Golfen är så klart viktig men den sociala aspekten är än viktigare. Efter avslutat spel träffas vi över en lunch eller fika för samtal om golfrundan och mycket annat. Vi är cirka 50 medlemmar med varierande aktivitetsnivå men det finns plats för fler. Är du intresserad av att delta är du välkommen att kontakta Peter Posselwhite, pp@spflundcentrum.se eller 076 942 45 80.

Meddela ditt mobilnummer, mejladress, golf-id, hcp och hemmaklubb så kontaktar vi dig om kommande golfspel.

Promenadgrupp – Antikrundan på onsdagar

Antikrundan, som har hållit på i många år, fortsätter som vanligt under hösten. Antikrundan består av en timmes promenad i behaglig takt som avslutas med gemensam fika.

Samling: Varje onsdag vid Mejeriet kl. 14.00.

Raska promenader på torsdagar

Du som tycker om att komma ut i friska luften och som gärna vill ha sällskap, kan torsdagspromenaderna vara något för dig?

Vi samlas vid Mejeriet kl. 10.00 och går en runda i en timme i så bilfri miljö som möjligt. Vandrigen avslutas med en kopp kaffe någonstans för dem som vill.

Kontaktperson: Görel Hemberg,
gfb@spflundcentrum.se , telefon 070 355 21 08.

Norra promenaden på torsdagar

Våren 2023 startade en ny promenadrunda, den här gången i norra delen av Lund. Vi samlas vid Sofiagrillen i korsningen Baravägen och Getingevägen torsdagar kl. 10.00 och promenerar cirka en timme i så bilfri miljö som möjligt.

Vi går olika sträckor varje torsdag för att utforska de gröna områdena i norra Lund. Vandrigen avslutas med fika på lämpligt ställe.

Kontaktperson: Karin Ursberg, ku@spflundcentrum.se ,
telefon 072 502 44 49.

Bokklubben och Novellcirkarna

Vi har för närvarande en bokklubb som hållit på i många år och sex olika novellcirklar som startade under de senaste åren. Alla är för närvarande fulla, men är du intresserad så är du välkommen att höra av dig. Vi försöker då hitta någon cirkel som vill utöka antal deltagare. Blir det många intresserade kan vi starta nya grupper. Hör av dig!

Kontaktperson: Inger Jandréus, ij@spflundcentrum.se ,
telefon 070 958 46 30.

Styrelsemedlemmar fram till årsmötet 2024

Ordförande	Christer Särnstrand cs@spflundcentrum.se
Vice ordförande	Karin Liljeroth kl@spflundcentrum.se
Sekreterare och redaktör för programmet	Lars-Erik Steinick les@spflundcentrum.se
Kassör	Anna Castensson ac@spflundcentrum.se
Medlemsansvarig	Inger Jandréus ij@spflundcentrum.se
Medlemsansvarig	Anders Malmborg am@spflundcentrum.se
Redaktör för nyhetsbrevet	Birgitta Berling bg@spflundcentrum.se
Webbredaktör och digitaliseringsansvarig	Lars-Gösta Jardevall lqj@spflundcentrum.se
Ansvarig för golf och boule	Peter Posselwhite pp@spflundcentrum.se
Musik- och teaterombud	Ingrid Holfelt ih@spflundcentrum.se
Ledamot	Ann Sofie Lanner asl@spflundcentrum.se
Ledamot	Marie Sjögren ms@spflundcentrum.se
Revisorer	Mats Natt och Dag Håkan Ursberg
Revisorsersättare	Signe Larsson Marianne Lindell
Valberedning	Lena Arnesen, sammankallande la@spflundcentrum.se , 073 366 44 78 Ann Hägerfors Inger Renman

Återblickar från 2023



Fulltofta storkhågn



Lommaflotten.



Krapperrups slott, Mölle och Kullaberg



Fromenad längs Lunds stadsvall



Snart börjar pubkvällen på Bishop Arms



Pubkväll på Tappan



Konst i Stadsparken

Din förening behöver dig!



Vi är 1.650 medlemmar.

Vi vill ha ett omfattande program med aktiviteter som tillfredsställer olika intressen.

Därför måste fler medlemmar engagera sig i föreningens verksamhet. Det kan vara i styrelse, programgrupp, kafferi m.m.

Hör av dig och säg att du vill ställa upp.

Kontakt

Adress:

SPF Seniorerna Lund Centrum
c/o Christer Särnstrand
Laboratoriegatan 13, 223 51 LUND

Telefon:

076 022 59 83

e-post:

info@spflundcentrum.se

Januari	10	Operaintrödn: Carmen
	15	Månadsmöte: Från Nordkap till Sydkap
	22	Världsbutiken Klotet – Fair Trade
	25	Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare
	31	Operaintrödn: Turandot
Februari	5	Årsmöte 2024, information om bankbedrägerier
	7	Filmträff på Kino
	11	Malmö Opera: Turandot
	14	Historiska museet
	19	Lunchträff på Eatery
	22	Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare
	28	Operaintrödn: Ödets makt
Mars	4	Månadsmöte: Aktivt och hälsosamt åldrande
	6	Stora Råby kyrka och kyrkogård
	6	Filmträff på Kino
	13	Operaintrödn: Romeo och Juliette
	14	Fredrik Zimmerdahl berättar om Wiven Nilsson m.fl.
	18	Lunchträff på Eatery
	21	Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare
	26–27	Resa till Göteborg
April	3	Filmträff på Kino
	3	Operaintrödn: La Rondine
	4	Lilla konstrundan på Österlen
	7	Malmö Opera: Next to normal
	8	Månadsmöte: Kolonitrdgårdarnas historiska frö
	10	Antikt och kuriosa – studiecirkel
	15	Lunchträff på Eatery
	18	Malmö Live: Soustrot & Bolero
	21	Pubträff på Lundabryggeriets ölkällare
Maj	3	Skånska slott – Svaneholm
	6	Månadsmöte: Hjärta och smärta
	8	Operaintrödn: Madame Butterfly
	14	Råå museum för fiske och sjöfart, Tomatens hus
	16	ONilsson från Eslöv
	20	Lunchträff på Eatery
	22	Cykeltur till Lomma kyrka och kyrkogård
	30	Pubträff med livemusik på Tjappan
Juni	4	Cykeltur till Tirups örtagård
	6–13	Resa till Baltikum i 8 dagar
September	24–29	Kultur- och vinresa till Moseldalen