

ÅRSPROGRAM

2021 - 2022



Pristagare vid första DM i golf, Älmhult



Julfest



Hembygdsparken, Göteryd



Emanuelskapellet,
Delary



Pristagare vid klubbmästerskap i boule

Program mars 2021 – februari 2022

På grund av Corona-pandemin, som bröt ut i början av 2020, och svenska Folkhälsomyndighetens beslut om begränsningar vid folksamlingar fr.o.m. mars, har vi inte kunnat genomföra vår planerade inomhusverksamhet sedan dess.

Under en lång period fick endast 8 personer träffas i Sverige. Från och med april 2021 började vaccination ges mot Covid-19, med början till de allra äldsta personerna. En andra spruta gavs 5 – 7 veckor senare.

Från den 1 juni ändrade Folkhälsomyndigheten sitt beslut så att maximalt 50 personer fick träffas inomhus. Utomhus kunde antalet vara högre.

Följande verksamheter har därefter kunnat genomföras:

1 juni. "Medlemsträff" i Haganäsparken med tipsrunda + enkla tävlingar.

14 juni. "Årsmöte" i Brokehill, Brokhult.

15 juli och 19 augusti. "Minigolf" vid Bykrogen i Liatorp.

9 augusti. "Höstupptaktsmöte" i Brokehill, Brokhult.

5 september. Natur- och kulturvandring. Start vid badplatsen i Näs, Delary, därefter litterär musikunderhållning vid Delarygården.

13 september. Månadsmöte vid OK Älmes klubbstuga i Klöxhult.

Utomhusaktiviteterna Boule och Stavgång har pågått under hela pandemitiden.

Om inte Folkhälsomyndigheten kommer med nya restriktioner planerar vi följande aktiviteter, från och med september månad:

Onsdag 22 september 14.00

Vårt klubbmästerskap i boule på Älmekulla.

Under oktober

Vår hemliga resa "Ut i det blå" har vi flyttat fram till maj 2022.

Måndag 11 oktober 14.00

Månadsmöte, i Kyrkbackssalen (Obs! Bytet av lokal).

Musiktävling, där alla kan vara med. Thomas Mattsson presenterar och körhänget medverkar.

Måndag 8 november 14.00

Månadsmöte. Underhållning av Karl-Henrik Johansson, Krampamåla, som spelar och sjunger svenska visor.

Tisdag 23 november 14.00

Vi bjuder på Adventskaffe i Föreningslokalen. Kom mellan 14.00 – 16.00.

Måndag 6 december 14.00

Julfest i Kyrkbackssalen. Vi serverar risgrynsgröt, skinksmörgås, dricka samt kaffe och kaka. kÖrhänget sjunger julsånger. Föranmälan.

2022

Måndag 10 januari 14.00

Månadsmöte. Mitt liv som utrikeskorrespondent. Niklas Sjögren från Sveriges Television berättar.

Måndag 14 februari 14.00

ÅRSMÖTE (vi återkommer om lokal). Efter förhandlingarna serveras landgång, kaffe/te och kaka. kÖrhänget medverkar.

Föranmälan senast den 15/1. Se även annons i bl.a. Veckobladet.

Vi reserverar oss för mindre ändringar i programmet!

Mer information om ovanstående och ev. nya aktiviteter finns att läsa i Veckobladet (fredag-söndag), SPF:s app, i infoblad på månadsmöten samt på vår hemsida: spfseniorerna.se/almhult

Alla våra ordinarie månadsmöten är i Kyrkbackssalen med adress: Norra Klöxhultsvägen 3, 343 36 Älmhult. Tel. nr 0476-56180.

OBS! Medlemmar över 90 år har fri entré till alla månadsmöten!

I **entréavgiften** ingår lokal-, program- och fikakostnader. Vi har också lotterier.

Kom ihåg att SPF:s medlemskort kommer varje år i medlemstidningen SENIOREN, troligen i februari. Måste visas för att få medlemsrabatter.

Vårt **bankgiro**-nr är: 5601-8963. **Swish**-nr är: 123 212 75 79.

Epost till ordförande Berit Jönsson: akej36@gmail.com

VÄLKOMNA ATT VARA MED!

Ju fler som deltar, desto roligare får vi.

Motionsverksamhet

Boule

På onsdagar och fredagar kl. 14.00-16.00 tränar vi enligt följande:

April - okt på utomhusbanan vid Älmekulla. Ta med egen fika.

Vi är 15-20 medlemmar, men har plats för fler. Välkomna att prova!

Har du inga egna klot får du låna av oss. Ansvariga är Ann-Kristin Karlsson tel. 070-570 18 30 och Evert Åström, tel. 076-791 41 48. Varje år har vi ett eller ev. två serielag. I varje serielag ingår fyra 2-mannalag.

Ca 15 medlemmar åker på olika bouletävlingar. SPF:s DM för Kronobergs län brukar locka ett 10-tal medlemmar.

Stavgång

Vi träffas på måndagar kl. 9.30 vid anslagstavlan vid tennisbanorna i Haganäs och alla kan gå i egen takt. Det är inte nödvändigt att ha stavar. Vi går ett varv (ca 2 km), men du kan givetvis gå flera varv om du vill.

Motion får vi även i Friskis & Svettis verksamhet, där vi har rabatt.

Resor och utflykter

Bland månadens aktiviteter, på sidorna 2-3, ser du våra planerade resor och utflyktsmål, men fler kan tillkomma. Kortare utflykter ordnar vi ibland med bara någon månads planering.

Vi informerar då på månadsmöten, via annonser i Veckobladet, i SPF-appen och på vår hemsida spfseniorerna.se/almhult.

Som regel gäller det att betala **innan** resan till vårt bankgiro nr 5601-8963. Vid ev. återbud försöker man själv ordna ersättare, men ibland kan det finnas en reservlista.

Resansvarig är Agneta Engström, tel. 070-254 72 95.

Epost: agnetaengstrom1943@gmail.com

Natur- och kulturvandringar

Några gånger under året samlas vi och går i lugn takt en runda på 2-4 km. Främsta målet är att uppleva den fina naturen runt Älmhult. Vi får motion och lär oss om historiska eller kulturella platser och naturen. En fikapaus behöver vi också. Ev. i samarbete med t.ex. SNF eller hembygdsförening. Ansvariga är Gudrun Möllerberg Andersson, tel. 072-702 76 36, Hans Johansson, tel. 71529 och Erik Johansson, tel. 070-531 55 72.

Bowling

Vi spelar i Osby varannan tisdag: 28/9, 12/10, 26/10, 9/11, 23/11 och 7/12 kl. 14.45-16.15. Kontaktperson: Egon Ståhlros, tel 070-320 75 38.

Golf

Vi tränar på Älmhults GK:s banor i Äskya och deltar på SPF:s DM.

Studiecirklar

Aktiekunskap. I föreningslokalen onsdagar 16.30-18.45. Datum: 15/9, 13/10, 10/11, 15/12. Ledare: Roland Pålsson tel. 13877, 070-677 51 21.

Körsång. Kören övar i Församlingshemmet. Ang. dagar och övriga detaljer, ring våra ledare: Håkan Löfgren tel. 070-339 40 94 eller till Anne-Marie Skarp tel. 71752, 070-373 17 52.

Läsecirkel. Deltagarna läser olika böcker, som sedan diskuteras. Anmälan till ledare Gulli Jansson tel. 14300, 070-682 01 23. Tisdag kl. 9.00-11.00 följande datum: 28/9, 12/10, 2/11, 23/11 och 7/12.

Ev. grupp med annan ledare där man läser ett speciellt ämne + resa.

Övrig gruppverksamhet:

Kortspel i föreningslokalen torsdagar kl. 14.00-16.00. Nästa träff: 16/9, därefter varannan vecka. Två grupper som kan ta fler deltagare. Ledare är Berit och Åke Jönsson tel. 71353, 076-853 14 36.

Smarta telefoner. Fulltecknade grupper tisdagar 5 oktober - 9 november. Cirkelledare Tord Åkesson, tel. 070-592 56 31 (Android-telefoner) och Eva Pålsson, tel. 070-519 89 77 (Iphone). Troligen ytterligare grupper, kontakta Egon Ståhlros, tel 070-320 75 38.

Vår föreningslokal har adress: Hantverksgatan 20 A, 343 30 Älmhult. Ingång från Kvarngatan. Tel. 0476-14798.

Tillsammans mot ensamhet. Idag är ensamhet ett stort problem i Sverige. Vår nystartade projektgrupp har redan gjort besök hos några medlemmar, vilket varit mycket uppskattat. Kontaktpersoner är Kerstin Axelsson, tel. 31008, 072-281 61 39 och Anders Nilsson, tel. 71562.

Föreningens studieansvariga är Kenneth Junerup tel. 076-321 11 08 och Anne-Marie Skarp tel. 71752, 070-373 17 52.

Du kontaktar dem om du vill vara med eller om du har tips på andra ämnen. I fulltecknade grupper kan det bli så att vi startar en ny studiecirkel.

Vi samarbetar med **Studieförbundet Vuxenskolan**, Eriksgatan 1, 343 30 Älmhult. Tel. 0476-10959.



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

Kunskapstävlingar

SPF:s tävling "Hjärnkoll" är en lagtävling med 3 deltagare per lag. Varje tävlingsomgång innehåller 20 frågor och laget har en minut på sig för att lösa varje fråga. Lagmedlemmarna diskuterar sig fram till ett svar. Vår förening har först en egen "uttagning" i Föreningslokalen. Därifrån brukar vi anmäla 2-3 lag till första omgången i distriktet, som kallas kvartsfinal. Går det bra, kan något lag gå vidare till semifinal, som följs av en länsfinal. Segrande lag i länet tävlar sedan i Riksfinalen. Frågorna berör olika ämnen, varför alla kan vara med och bilda ett tremannalag. Ansvarig är Anne-Marie Skarp, tel. 0476-71752, 070-373 17 52.

Körsång

Föreningens sångkör **körhänget** har funnits sedan 2013. Man sjunger och leder allsång, ibland på våra månadsmöten, men kören underhåller även på äldreboenden och på andra platser i kommunen. Ledare är Håkan Löfgren och musiker är Gun Traste Mattsson piano, Ingemar Klüft bas och Evert Johansson gitarr. Kontaktpersoner är Håkan Löfgren tel. 070-339 40 94 och Anne-Marie Skarp tel. 71752, 070-373 17 52.

KPR-arbete

Det Kommunala Pensionärsrådet (KPR), är från år 2012 organisationsmässigt knutet till Kommunstyrelsen. KPR stärker inflytandet i alla frågor som gäller de äldre, t.ex äldreomsorg, mat, boende, vård, färdtjänst och hälsofrämjande åtgärder m.m. I KPR ingår sju pensionärsföreningar i Älmhults kommun med totalt 14 representanter. De träffas på möten inför olika beslut i kommunstyrelsen. Föreningens ombud är: Lars Lund tel. 10669, 070-541 55 46 och Per-Eric Ericsson tel. 13256, 070-542 02 36.

Övriga ansvarsområden

Trivselfrågor, folkhälso- och friskvård: Berit Jönsson tel. 71353, 076-853 14 36, Gunilla Jönsson tel. 076-769 02 18, Ann-Kristin Karlsson tel. 070-570 18 30, Ann-Christine Ståhlros tel. 070-531 15 36 och Evert Åström tel. 076-791 41 48

IT- och hemsidesansvarig: Hans Cedergren tel. 71472, 070-630 84 30.
Epost: cedergren.hans@gmail.com

SPF:s app: Egon Ståhlros, tel. 070-320 75 38.

Trafik: Per-Eric Ericsson, tel. 13256, 070-542 02 36.

Mötesvärdinna: Karin Alex, tel. 070-657 35 89.

Medlemsförmåner

- Du får 9 nummer/år av SPF:s medlemstidning Senioren.
- Alla **nya** medlemmar under 70 år har under 3 mån. en kostnadsfri olycksfalls- och livförsäkring i Skandia. I medlemsavgiften ingår **för alla** en mötesförsäkring som gäller vid föreningens verksamhet.
- SPF har rabatter på försäkringar hos If och Länsförsäkring Kronoberg, elavtal hos Eon, mobilabonnemang Hallon, reseavtal med Tallink Silja och SJ, mySafety ID-kapning, Bonniers bokklubb, juridik Lavendla och Familjens Jurist (se Senioren).
- SPF samarbetar med Smart Senior, som ger rabatt hos t.ex. Synoptik.
- Studieförbundet Vuxenskolan har gjort ett centralt avtal med SPF Seniorerna där de lämnar 10% på deltagaravgiften i sina studiecirklar.
- 30% pensionärsrabatt vid vissa av Friskis & Svettis verksamheter.

Lokala rabatter när Du visar ditt medlemskort. Gäller till 2022-03-01.

AD Bildelar, Södra Ringvägen 111

- Du får ett valfritt biltvättsprogram för 125 kr! Normalpriser: 139-299 kr.

Café Kagan, Norra Torggatan 5

- 10% på hela sortimentet. Öppet Mån-Fre 09 -17, Lör 10 -16, Sön 11-16.

Cocos Cut & Color, Södra Torggatan 4

- 10% på klippning vardagar kl. 09.00-12.00.

Elmhults Café och Bageri, Norra Esplanaden 16

- 10% på hela sortimentet. Öppet: Mån-Fre 06-18, Lör 07-16, Sön 08-15.

En Skaplig Butik, Norra Torggatan 5

- 10%, tisdagar kl. 11-17. Gäller garn, sybehör och konstnärsmaterial.

Jeansbolaget, Scorett, H Mode, N. Espl. 1 (Holmbergs hörna)

- 10% per köp. Gäller ordinarie priser. Tidsbokning, 0476-10125.

Life-butiken, Norra Esplanaden 12

- 10% per köp på ordinarie priser, även handikappmaterial.

Öppettider: Måndag-fredag kl. 10.00-18.00, Lördag kl. 10.00-14.00.

Restaurang LONG HWA, Norra Esplanaden 7

- 10% på Lunchbuffé, kostar då 90 kr, Öppettider: Ti-Fr kl. 11.00-14.00

Waltherssons i Älmhult, Bäckgatan 13

- 10% på cykelreparationer (arbete och material).

Har du som medlem i SPF Seniorerna, Älmhult, förslag, synpunkter eller frågor om vår verksamhet?

Kontakta då någon av oss i styrelsen, så tar vi upp det på något av våra sammanträden, som vi har första måndagen i varje månad. Ev. blir det något för våra ansvariga inom program, friskvård, studieverksamhet, lotterier, resor, data, hörsel/synfrågor, trafik eller i KPR (Kommunala Pensionärsrådet). Kanske har Du idéer och vill vara med i någon av våra olika verksamhetsgrupper!



Anders Britt Anne-Marie Ingegerd Egon
Kenneth Gun Agneta Berit

KOM IHÅG!

Tillsammans gör vi vår verksamhet ännu bättre.

Välkomna!

Styrelsen i SPF Seniorerna, Älmhult

Ordförande	Berit Jönsson	0476-71353	076-853 14 36
Vice ordf.	Egon Ståhlros		070-320 75 38
Sekreterare	Kenneth Junerup		076-321 11 08
Vice sekr.	Britt Sjöqvist		070-589 85 74
Kassör	Agneta Engström		070-254 72 95
Vice kassör	Anne-Marie Skarp	0476-71752	070-373 17 52
Ledamot	Gun Traste Mattsson		072-301 29 69
Ledamot	Ingegerd Sundgren		070-932 73 91
Ledamot	Anders Nilsson	0476-71562	