

SPF är en partipolitiskt obunden organisation som samarbetar med många för att skapa ett bra samhälle för pensionärer. Vi är drygt 1 000 medlemmar i vår förening och vi har vår knutpunkt i Wennerbergsgården men finns också på många andra platser i Lidköping.

## Vi organiserar plattformar för

- information
- utbildning
- hälsofrämjande aktiviteter
- sociala kontakter
- resor

## Våra aktiviteter



**Bordtennis** i Idrottens Hus. IFK Lidköping organiserar veteranpingis tisdagar kl 09.00 och torsdagar kl 16.00. 30-40 gubbar ingår men även damer är välkomna. Kontaktperson: Rolf Johansson 070-328 05 40.

**Boule** spelas vintertid i Sockerbruket och sommartid på Lidköping Boulebanor (vid bandyhallen). Kontaktperson: Sven Sahlsten 070-812 00 33.

**Bowling** spelas i Bowlinghallen på Kinnegatan 15. Lidköpings Pensionärens Bowlingförening organiserar spel för pensionärer tisdagar och onsdagar. Kontaktperson: Jörgen Johansson 070-766 28 92.

**Bridge** spelas vintertid veckans alla vardagar i Wennerbergsgården. Det spelas både förmiddagar och eftermiddagar samt även måndag kväll. Sommartid spelas vissa dagar. Kontaktperson: Svante Johnsson 070-346 64 36.

**Café 15** (börjar kl 15.00) förekommer torsdagar i Wennerbergsgården när det inte är medlemsmöte. Fika och intressant information eller kort föredrag ingår. Program annonseras i NLT. Kontaktperson: Kerstin Friberg 073-362 97 52.

**Canasta kortspel** utövas vintertid i Wennerbergsgården varje tisdag och fredag förmiddag samt söndag eftermiddag. Spelas vissa dagar även sommartid. Kontaktperson: Barbro Jorstig 073-638 70 99.

**Gymnastik** och styrka tränas hos Friskis o Sveltis på Sockerbruksgatan 1 tisdagar kl 10.00. Kontaktperson: Karin Magnusson 072-322 97 92.

**Mattcurling** spelas hos Föreningen Lidköpings Kampsport, Sockerbruksgatan 3, tisdagar em. Kontaktperson: Karl-Evert Andersson 070-388 11 23.

**Medlemsmöte** ordnas i Restaurang 1934, Sparbanken Lidköping Arena en gång per månad och oftast tredje torsdagen kl 16.00. Program annonseras i NLT. Kontaktperson: Thomas Karlsson 070-920 62 66.

**Morgonvandringar** måndagar och torsdagar kl 09.00 året runt. Start och samling vid Tennishallen. Kontaktperson: Gunilla Andersson 070-885 97 81.

**Naturvandring** organiseras några gånger per halvår. Kontaktperson: Åke Nordström 070-885 83 31.

**Resor och studiebesök** genomförs löpande. Information om resor lämnas på medlemsmöten, på hemsidan och i Wennerbergsgården. Kontaktperson: Annika Jaldenius 072-210 94 85.

**Släktforskning** i samarbete med Lidköpings släktforskarförening som träffas onsdagskvällar i Wennerbergsgården. Kontakt: Eva Jonsson 076-345 50 66.

**Vattengympa** i Badhuset cirka 10 gånger per termin på måndag eftermiddag. Kontaktperson: Kerstin Djupström 070-930 93 83.

**Veteranvetartävling** mot andra SPF-föreningar. Ett eller flera tremannalag kan tävla. Kontaktperson: Karl-Wilhelm Hansen 070-611 92 77.

## Studiecirklar

 i biblioteket i Wennerbergsgården:

- **Samtalsgrupper** – Två grupper träffas varannan måndag em och samtalar om existentiella frågor, vardagliga situationer och dagsaktuella händelser. Kontaktperson: Alf Lindblad 072-331 78 79.
- **Litteraturgrupper** – Två grupper talar om böcker fem tisdagar per termin. Kontaktperson: Karin Magnusson 072-322 97 92.
- **Musik** – (klassiskt, jazz, visor och liknande) Vilande för närvarande. Kontaktperson: Björn Ekblom 070-320 25 27.
- **Vinkurs** – Arrangeras ibland. Kontaktperson: Styrelsen.
- **IT-grupper** – För erfarenhetsutbyte kring smarta telefoner. Kontaktperson: Lisbeth Jansson 070-752 65 45.

### Kommunala Pensionärsrådet, KPR

Pensionärsrådet är viktigt för pensionärsorganisationerna i Lidköping. Som representant kan vi påverka planering och utveckling för Lidköpings seniorer. Kontaktperson: Annika Jaldenius 072-210 94 85.

Se mer information på vår hemsida: [www.spf.se/lidkoping](http://www.spf.se/lidkoping)



Inger, Thomas, Lisbeth, Lennart, Nils och Reinhold äter arbetslunch i Wennerbergsgården