



2026-03-24

Bästa Vänner i SPF Seniorerna Älvsborg

Solen skiner och golfsäsongen har startat! Men värmen lyser med sin frånvaro!

Vi SPF:s golfgrupp har dock träffats flera gånger för att spela simulatorgolf inne i värmen!

När våren står för dörren så blir åtminstone jag sugen på att resa. Men vart och hur länge?

Det sitter en liten resegrupp och funderar på. Vi fick många förslag och tankar på ett tidigare månadsmöte men nu gäller det att göra verklighet av dessa möjligheter och dessutom inspirera så många som möjligt att hänga på kommande resor. Vi hoppas att uppleva saker tillsammans på gemensamma resor ska bli uppskattat i vår förening.

Men nu till vad som hänt sedan sist.

Den 23 februari hade undertecknad nöjet att vara med på den andra guidade visningen av **Dicksonska Palatset**. Även denna gång inleddes besöket med en underbart god kakbuffé. Hembakade i huset såvitt jag kunde förstå. Likaledes som vanligt tog Pether Ribberfors oss runt på en upplevelse genom både historien och byggnaden på ett både sakligt och roande sätt.



Lite senare i månaden var det så dags att äntra Komfortresors buss till Falkenbergsrevyn.

Tillsammans med SEB-seniorena fyllde vi bussen och vid ankomsten även restaurangen där vi fick en asiatisk buffélunch. Väl inne i salongen på bästa platserna så fick vi skratta oss igenom en härlig, rolig och framför allt proffsig revy som speglade förra årets viktigaste händelser. Kolla gärna in

Falkenbergsrevyn på SVT play.

Dagen efter Falkenbergsrevyn så hade vi planerat lite mer underhållning i form av **Bluesjam**, lite mat och trevligt sällskap på S/S Marieholm. Till min stora glädje var det rekordmånga anmälda men till min ännu större besvikelse så hoppade arrangörerna av och veckan därefter stängde båten helt och hållet på grund av ekonomiska problem om jag förstått det rätt. Hoppas vi kan återkomma med något liknande arrangemang igen.



Fössta tossdan i mass, och en av de första vardagarna där solen sken från en klarblå himmel, gör 45 glada SPF:are lunchbesök på **restaurang Fisk**. I entrén hälsade Clas oss välkomna och stöttade oss i att beställa mat med den "nya" tekniken QR-kod. Här serverades havets läckerheter med bl a fisksoppa och dagens fångst, en underbart god kolja med sandefjordsås och smaksatt potatismos, som tillagades av ingen mindre

än stjärnkocken Ingemar Lyxsell. En mycket välsmakande lunch med div drycker serverades och avnjöts i goda vänners lag. Ingemar och Ingrid Lyxsell tackade för att vi valde att besöka deras restaurang och hälsade oss varmt välkomna tillbaka.

Den 10 mars fick ett nästan fullsatt **månadsmöte** besök av Åsa Liljestam från Sjöfartsmuseet som på ett inspirerande berättade om "Kvinnor till sjöss". På härligt bred göteborgska tog Åsa oss med på några olika kvinnoöden till sjöss (åtminstone på något sätt på havet). Bland annat berättade Åsa att orsaken till att så få kvinnor var sjömän förr i tiden var att det sas att kvinnor ombord innebar otur. Det förklarar ju varför vi både gått på grund och fått motorstopp på Nawica när vi har varit ute på havet med våra kvinnliga SPF-medlemmar.



Redan dagen efter strömmade våra medlemmar till mars månads **pub med quiz** där Eva kl 18 klämtade i klocka och hälsade oss välkomna. Hon och Lars hade dessutom fixat maten som denna kväll var en god kycklingwrap som sköljdes ner med något drickbart från baren som Benny så förtjänstfullt som vanligt höll i. Efter inmundigandet av förplägnaden och efter trevliga samtal runt borden så var det åter dags för quiz, denna kväll på temat sport och fritid. Alla var överens om att det viktiga är inte att vinna (även om det är lite roligt att göra) utan bara att ha lite kul tillsammans.

Kl 11.00 den 17 mars slogs portarna upp till **Konstmuseet**. Först i kön stod 25 förväntansfulla SPF:are och efter ytterligare lite kötrassel så samlades vi tillsammans med vår guide för en tur på sjätte våningen. En entusiastisk guide berättade engagerat först om de franska impressionisterna sedan nordiskt sekelskifte med Fürstenbergska salen som utgångspunkt. Många av oss stannade sedan kvar för att studera, beundra eller bara njuta av andra konstverk i de olika salarna.



Ytterligare lite information och påminnelser:

=> Du kan själv boka **valfri föreställning** på **GöteborgsOperan** med rabatt!!!
Föreställningar på nya datum har också tillkommit.



Du har väl sett att Ann och Helena har startat en vandrargrupp som tar lite längre turer någon gång i månaden. Information om var och när det vandras skickas ut på mail till de som anmält intresse för vandringarna.

Om du vill vara med i vandrargruppen så maila till
Ann: ann.soderlund1@outlook.com eller
Helena helenasellstedt@hotmail.com

De vanliga promenaderna med Eva och Ing-Britt fortsätter som vanligt på onsdagarna. Om du vill få information från den gruppen så hör du av dig till Eva:
eva.lundahl@yahoo.se

Både promenader och vandringar kommer också att ligga ute på [hemsidan](#).



Med dessa rader hoppas hela styrelsen att solen tittar fram och att vi snart kan avnjuta en kopp kaffe i ett varmt och skönt hörn någonstans.

Bo Stenberg
Ordförande