

2025-10-11

Bästa Vänner i SPF Seniorerna Älvsborg

Vilken härlig höst vi haft, en höst som vi till stor del tillbringat vid Gullmaren i Bohuslän. Men nu har vi slungats tillbaka till sommaren igen. 25-30 grader och solsken varje dag här i Spanien och Portugal. Baksidan med att vara ute och resa är ju att inte få vara med på alla trevliga aktiviteter hemma. Och många aktiviteter har det varit.

En fin sensommardag styrde vi vår kosa mot Hyppeln och Mätstation 5 som stod klar och togs i bruk 1941. Efter en härlig vandring uppför berget med en fantastisk utsikt utöver Västerhavet möttes vi av två härliga guider från Hyppelns samhällsförening som gav oss en spännande historia kring Mätstationen. Vi fick intressanta historier och anekdoter om hur det var att tjänstgöra där. Mycket dokumentation och gamla instrument och bilder hjälpte oss att förstå hur livet kunde se ut under kriget. Vi avslutade turen på den fina uteplatsen som tillhörde Mätstationen, i solen njöt vi av den medhavda lunchen. På väg ner mot färjan tog två av våra medlemmar, som hade sommarstuga på ön, Lennart och Gudny med oss på en fin vandring runt ön.



Efter Hyppeln var det dags för den uppskjutna resan till Vinga. Vi samlades vi vid Saltholmens brygga för båtfärden ut till Vinga. Intresset för resan har varit stort och denna gång hade jag nöjet att hälsa välkomna SEB Senior Club, SPF Linnéstaden och SPF Älvsborg. Vädret visade sig från sin bästa sida, solen strålade och gav oss en härlig sommarvärme. Efter den korta båtturen ut till Vinga möttes vi av våra två guider Per och Susanne. Vi besökte Fyrmästarbostaden där Evert Taube höll

till och sedan fortsatte vi vandringen till Båken där vi fick möjlighet att se den fantastiska fotoutställningen " En annan värld" av undervattensbilder tagna av fotografen Fredrik Blomqvist. Ett besök i Vinga fyr är ju ett måste, lite historia om dess tillkomst och användningsområde innan många av våra gäster tog möjligheten att klättra upp i fyren för att få en magnifik utsikt utöver Västerhavet. Turen avslutades med en lunch nere på bryggan och några modiga medlemmar tog sig ett bad. Framåt eftermiddagen styrde vi åter kosan tillbaka till Saltholmens brygga och gick hem med kraft och energi efter alla dagens intryck.



Tisdagen den 9 september var det så dags för höstens första månadsmöte. Gäst och föredragshållare var Anton Sjöqvist från Sjöfartsverkets helikopterbas vid Säve flygplats som är en av fem baser i Sverige. Vi var ett hundratal SPF-are som fick veta mer om hur verkets helikoptrar är utrustade och bemannas. Anton berättade också om vilken funktion basen har och hur samarbetet med andra aktörer går till. Vi fick också en inblick i ett antal konkreta räddningsoperationer som helikoptern varit aktiv i. Extra roligt tyckte jag det var att det blev så många frågor och tankar från publiken.



Rullatorloppet stod näst på tur. Den 10 september gick Rullatorloppet av stapeln i strålände solsken. Närmare 300 förväntansfulla deltagare samlades i Bältesspännarparken inför den 20 minuter långa rundan i Trädgårdsföreningen. Loppet som blivit en succé anordnades för 4:e året i rad av Göteborgs Stad med syfte att visa på vikten av tillgängliga

utemiljöer, främja rörelse på ett lustfyllt sätt och öka acceptansen för användning av gånghjälpmedel. Loppet ger dessutom möjlighet till möten mellan generationer vilket inte minst två förskoleklasser med entusiastiska barn bidrog till. Äldsta deltagaren var 104 år och några av er kanske såg intervjun i SVT. Gudhrun Järlebratt och Agneta Brevenhag från vår förening var funktionärer och hjälpte bl.a. till med hejarop och medaljutdelning vid målgång.

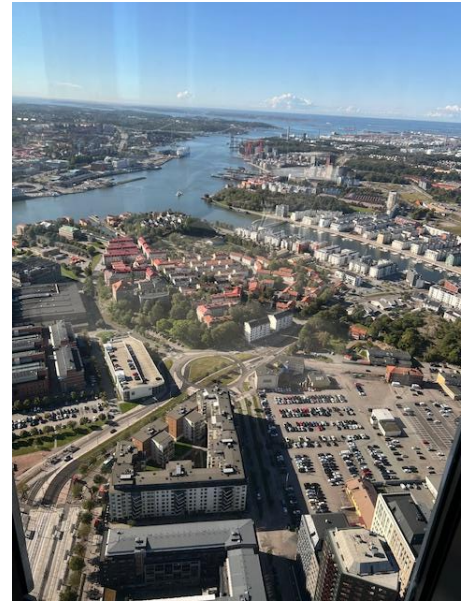


18 september träffades en grupp golfspelare i Marinstugan för att lära känna varandra och diskutera vilka aktiviteter vi vill genomföra i föreningen. Som alltid när golfspelare träffas är det inte svårt att hitta samtalsämnen och det flödade av tankar och idéer vad vi kan göra framöver. Vi beslutade att starta en What's up grupp för de som är golfintresserade och använda denna för att få kontakt med varandra och kommunicera olika aktiviteter. Eftersom det närmar sig hösten kommer den första aktiviteten vara inomhus golf på Innesvingen i oktober. Hoppas att flera vill vara med i Golfguppen framöver. Hör då av er till Agneta Brevenhag eller undertecknad. Våra kontaktuppgifter hittar du på hemsidan.

Besök i Karlatornet. Den 23 september var det dags för vårt första besök i Karlatornet och 35 förväntansfulla deltagare



samlades för att i strålande solsken besöka detta nya landmärke i Göteborg. Från 69:e våning fick vi möjlighet att beskåda den fantastiska utsikten över Göteborg med omnejd och samtidigt få ta del



av en mycket intressant presentation av projektet Karlatornet/Karlastaden. Johan Lundgren från Doxa berättade om hur en vision blev till verklighet när projektet startade 2004 och alla de utmaningar som funnits på vägen. Vi fick bl.a. veta att man använt internationell expertis både som arkitekter och byggare för att bygga detta 74 våningar höga hus samt att fordonsindustrin varit förebild för just-in-time leveranser. För att ge besökarna ett smakprov på all den tekniska utrustning som krävs för att serva huset samt de tjänster som boende kan ta del av fick vi även besöka källaren samt titta in i SPA avdelningen och biografsalongen på entréplan.

Några rader kring PUB:sen den 23 sep. Ett glatt gäng bänkade sig med något i glaset och en



härlig räksmörgås stod på menyn. Denna gång hade vi tyvärr inte vår ordförande i lokalen, men våra kompisar Inger och Ulf Skoglund stod för Pub-aktiviteten, tillsammans med Pia och Mikael som stöttade upp. Quiz hade vi även den gång med temat de 4 års-tiderna. Även om Bosse inte var på plats så hade han fixat quizfrågorna. Efter en trevlig kväll i glada kamraters samvaro gick vi hemåt i den härliga höstkvällen och ser fram emot nästa månads Pub.

Från Broadway till Duvemåla. Föreställningen bjöd på ett urval av de bästa låtarna från ikoniska musikalerna såsom Les Misérables, Phantom of the Opera, Kristina från Duvemåla, Wicked, West Side Story och många fler. En musikalisk resa som berörde, inspirerade och förtrollade. 15 euforiska SPF-medlemmar drar sig hemåt efter en musikalisk föreställning där vi fick "delta" med sång och danssteg för den som önskade.



Efter en helregnig tisdag - hur får man upp humöret igen? Ja, då finns ju alla aktiviteter som SPF Älvsborg har. Denna kväll var det dags för Porter Proving i Portertunnan nere vid Klippans kulturområde. Vi blev guidade genom Porterns tillkomst och fick möjlighet att prova 5 olika Porter sorter. Bl a en Guinness, världens största bland annat. Därefter Älvsborgs lösen från Stigbergets bryggeri och en Carnegie Porter. Carnegie Porter är Sveriges äldsta registrerade varumärke och börjades bryggas redan 1836. Vi fick en intressant historieberättelse om Porterns tillkomst till hur den tillverkas i våra dagar. Vår utomordentligt kunnige guide Otto Lundell hjälpte oss genom hela kvällen.



Besök Göteborgs Modelljärnvägssällskap, 6 okt. Vi var en liten grupp medlemmar som besökte detta "lilla museum" på Lindholmen. Där möttes vi av en grupp entusiaster som vigt en stor del av sitt liv åt att tillverka och reparera tåg samt även bygga upp landskap och



städer så som det såg ut förr. Anders Olsson gav en intressant presentation av tågen och dess historia, allt från slutet av 1800-talet till dagens X2000 tåg och även Västlänken samtidigt som vi fick se tågen passera förbi. Eftersom vi var en liten grupp deltagare fick vi även möjlighet att besöka verkstaden och se hur de jobbade med att bygga olika miljöer, allt ifrån dansbanor till rapsfält. Besöket avslutades med en trevlig fika och intressanta samtal mellan de medlemmar som deltog.

I veckan gjorde akvarellgruppen en trevlig konstresa till Lyckorna och Nordiska Akvarellmuseet. Förutom att titta på konst så har jag fått rapporterat att alla hade det kul i varandras sällskap.

Promenadgruppen har startat upp sina trevliga promenader på olika ställen. Vart promenaderna går hittar du alltid på [hemsidan](#). Du som är intresserad av promenaderna kan också anmäla dig till promenadgruppen så får du påminnelser på mejl.

Jag passar på att påminna om att du bokar alla aktiviteter (om inget annat sägs) via [Biljettkiosken](#). Den 1:a i månaden, kl 09.00 öppnar vi för nya bokningar. Följande aktiviteter är redan nu öppna och med platser kvar:

- Månadsmötet på tisdag
- Röhsska den 16 okt
- Hälsa den 23 okt
- World of Volvo den 27 okt
- Bluesjam på SS Marieholm den 1 nov
- Pub med quiz den 26 nov
- TV-publik på Bingolotto den 30 nov
- Miss Saigon den 20 jan

Dessutom finns det två olika julmarknadsresor att boka med Komfortresor. Läs mer på "[Resor med övernattnig](#)"

Påminner också om att svara på enkäten om resor. Vi vill verkligen veta vad du tycker om att resa. <https://forms.gle/KTRu3aC97QHiy7jM7>

Med dessa rader önskar hela styrelsen dig många härliga höstdagar och vi ser fram emot att träffa dig på någon av våra kommande aktiviteter

Bo Stenberg
Ordförande

Nytt namn men lika mysigt
Långedrag Blommor & Kafé

Medlemmar i SPF Älvsborg får 10%. Gäller ej redan rabatterade priser. Rabattkortet hämtar du i butiken.

