

2025-12-12

Bästa Vänner i SPF Seniorerna Älvsborg

Snart kommer tomten...åtminstone till alla som varit snälla under det gångna året. Och under året har jag mött så många både snälla, glada och positiva medlemmar att tomtarna nog får jobba övertid i jul. Speciellt snälla, och framför allt arbetsamma, har alla våra funktionärer i styrelse, valberedning och övriga grupper varit. Tack för allt arbete ni lägger ner för att vi både ska få trevliga aktiviteter att gå på och för den påverkan vi kan göra mot våra nämnder och politiker så att vi får en dräglig tillvaro som seniorer.



I Marinstugan samlade vi traditionsenligt föreningens funktionärer som hjälper till med alla aktiviteter som föreningen erbjuder. Efter att Gudhrun hälsat alla välkomna så tågade vi ner till Malins Skafferi för lunch för att vi sedan skulle orka med ett hårt arbetspass på eftermiddagen. Väl tillbaka till Marinstugan delade vi upp oss i olika grupper som under Ewa:s ledning fick tre olika frågeställningar att fundera över. Detta ledde till att vi identifierade ett antal olika projekt som kan utveckla föreningen ytterligare. Varje projekt har nu fått en projektledare som tillsammans med några andra medlemmar ska ta reda på om eller vad vi går vidare med.



Nästa möte var tillsammans med våra nya medlemmar. Vi hade nöjet att hälsa ett 20-tal nya medlemmar välkomna till SPF Älvsborg. Som alltid är det oerhört roligt att höra så olika bakgrunder och erfarenheter som alla har. Stora delar av både styrelse och valberedning lyssnade noga på de olika presentationerna. Vi passade också på att berätta lite om vad SPF står för både i det stora perspektivet och lokalt här i västra Göteborg. Hoppas att även du som är ny medlem men som inte hade tillfälle att komma på mötet känner dig välkommen och vi hoppas får se dig på någon av våra aktiviteter snart.





Under terminen har vi varit 12 medlemmar som målar akvarell i Marinstugan inspirerade av Mikael och undertecknad. Det har blivit trevligt tjôt, någon resa och väldigt fina akvareller. Den 26 november var det avslutning och det bjöds på både glögg och tårta. Tack för att ni fixade detta!

Onsdagen den 26 november var det premiärvandring. Då var det 12 personer som gick på vår första lite längre promenad som vi kallar vandring. Den utgick från Herkulesgården i Mölndal och vi fick en fantastiskt fin promenad i snabb takt i en vackert trolsk skog vid Rådasjön och Stensjön. Vi var ute i 1 tim och 45 min inklusive fikapaus och avverkade ca 6,7 km. Vädret var på vår sida. Vindstill, kallt och inledningsvis soligt även om det "tjockade" till sig mot slutet. Man fick knäppa upp jackan i uppforsbackarna om man hade klätt sig efter det kalla vintervädret. Detta var som sagt vår första lite längre promenad som vi kommer att genomföra någon gång per månad med start i januari. Vandringen kommer att läggas ut på hemsidan någon vecka innan den går av stapeln och även mejlas till dem som anmäler intresse att få mejlutskick.



Den 26 november var det PUB med Quiz. Som vanligt fullsatt och tidigt en god stämning. Denna kväll var det teamet Ann, Gert, Lisbeth, Olle, Pia och Mikael som höll i spakarna. Bra jobbat med allt från korvkokning (ingen sprucken korv) till ett utslagsgivande Quiz och en suverän hantering i baren. Vårt bord lyckades dock inte så bra på quizen som var nästan lika svår som de gröna plupparna i TP. Det blev i alla fall lite godis som tröstpris.



Den 27 november hade Agneta bokat fyra golfbanor på Innesvingen. Vi var 12 entusiastiska golfare som sommarklädda spelade 18 hål golf inomhus. För dig som inte vet så kan jag berätta att man då står på riktiga utslagsmattor med riktiga bollar och riktiga klubbor och slår mot en duk som på ett verklighetstroget sätt visar golfbanan som man spelar på. En simulator registrerar hur man slår och bilden på skärmen visar hur bollen går. Ett väldigt bra sätt att hålla igång spelet under vintern. Allt detta inom ramen för den nystartade golfgrupp som varje månad kommer att göra olika aktiviteter. Vill du vara med och veta vad vi gör så hör av dig till Agneta Brevenhag, 0767-864566, abreven@gmail.com.



Golf är i grunden inget turspel. Det får man väl dock kalla Bingolotto. Söndagen den 30 november begav vi oss till TV4:s tv-studio i Marieholm för att se hur det går till bakom kulisserna och uppleva programmet live. Kul att se och en stunds underhållning. Jag vann dock varken bil eller pengar. Bättre gick det för Beatrice som lyckade ta hem en storvinst på hela 100 kr. Vi fick dock glänsa i TV-rutan där alla väl kunde konstatera att vi arbetade väldigt hårt med vårt duttande.

I torsdags förra veckan hade vi glädjen att få lyssna till generalmajor Svante Bergh som höll ett informativt föredrag om Sverige och dess roll i NATO. Innan föredraget åt vi en god gulaschsoppa med ostsmörgås och efterföljande kaffe. Vi fick en inblick i hur sårbar Göteborgs hamn är vid ett eventuellt anfall både från havet och från luften. Göteborg är den största hamnen för gods till både de Nordiska länderna som de baltiska staterna. Föredraget drog massor med intressanta frågeställningar som Svante besvarade på ett mycket proffsigt sätt. Både skrämmande och intressant!

Så fint vi hade det i tisdags på terminens sista månadsmötet. Kaffegruppen bjöd först på glögg och pepparkakor. Sedan var det

uppdukat med julsmörgås och en liten chokladbit till kaffet. Efter ett litet framträdande på piano av vår gäst Dorithy och en presentation av hennes senaste böcker var det så dags för



vacker körsång av Gothia Show Chorus. En rad härliga julvisor, både traditionella och omskrivna med humoristisk touch, framfördes tillsammans med rytmiska rörelser. En rekordstor publik avslutade med att klappa in ett extra nummer.

Jullunch på Café Fyren 11 dec 2025. Final på höstens aktiviteter i vår förening blev en lyckad jullunch för 38 medlemmar på Café Fyren. Det var roligt, att så många deltagare spontant uttryckte sin uppskattning över maten till både köket och föreningen. Låt detta bli en tradition, sa några! Vädret var decembergrått, men de tindrade ljusen förhöjde stämningen. Efter att ha inmundigat julgodis, Ris á la Malta och kaffe önskade vi varandra en GOD HELG!



Ytterligare lite information och påminnelser:

Vårens program är klart och går till tryckaren i dagarna. Planen är att det ska ligga i din brevlåda under juldagarna. Ett stort tack till hela programgruppen med Ewa i spetsen och till Catharina som fixat själva programbladet.

OBS! Biljettkiosken öppnar 2 jan för februari månads aktiviteter. Detta för att du ska slippa ställa klockan på nyårsdagen.

VILL DU VARA MED I EN LIVSBRÄTTARGRUPP? 8 intresserade seniorer inbjuds att träffas under 10 veckor. 2 timmar /vecka i ett fint grupprum i Equmeniakyrkan i Fiskebäck. Vi tänkte starta i februari. Kostnadsfritt för deltagare! Vi bjuder på fika. TAG CHANSEN NU! Anmälan till Gudhrun Järlebratt sms/ tel. 0704157342 gudhrun.jarlebratt@gmail.com

Följ med SPF Älvsborg till [FALKENBERGSREVVYN](#) 27 febr 2026. Buss t&r, och lunch ingår i priset 1.280:-. *Fåtal platser kvar.* Anmälan till Komfortresor via länken.

OPERA!!!!

[Trollflöjten](#) Fred 19 dec eller torsd 8 jan 2026. Boka i länken med 25% rabatt

[La Bohème](#) Torsd 15 jan 2026. Boka i länken med 25% rabatt

=> Du kan själv boka [valfri föreställning](#) på GöteborgsOperan med rabatt!!! Föreställningar på nya datum har också tillkommit. Tryck på länk för info om alla föreställningar.

Med dessa rader hoppas hela styrelsen att du har möjlighet att mysa med tända ljus eller njuta under en lysande vintersol.

God Jul o Gott nytt år

Bo Stenberg
Ordförande

Nytt namn men lika mysigt
Långedrag Trädgård & Kafé

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

