



Klubb 72
Höör

PROGRAMHÄFTE MED CIRKELDAGS

JANUARI 2025 – FEBRUARI 2026

Häftet sponsras av



Sparbanken
Skåne



SPF SENIORERNA

SPF Seniorerna är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden organisation. Syftet är att tillvarata äldres sociala och ekonomiska intressen samt bedriva lokalt, regionalt och nationellt påverkansarbete. Inom ramen för detta ändamål ska SPF Seniorerna arbeta med frågor om äldres hälsa och omsorg, boende, ekonomi samt rätt att arbeta.

SPF Seniorerna utgår i sitt arbete från en demokratisk grundsyn. Vidare är grunden för vårt ställningstagande diskrimineringslagen. Vi värnar varje persons lika värde och rätt. Vi anser att rätten till ett gott och värdigt liv är av central betydelse. Vi visar varandra respekt och hänsyn och tar tillvara de erfarenheter och den kompetens som finns bland seniorer. För att förverkliga dessa värden fokuserar vi på livskvalitet och valfrihet.

SPF SENIORERNA KLUBB 72 HÖÖR

har till uppgift att främja SPF Seniorernas ändamål genom att

- informera medlemmarna i frågor som berör dem,
- verka för social gemenskap, trygghet och trivsel bland medlemmarna,
- tillvarata medlemmarnas intressen på det egna planet,
- aktivt verka för att rekrytera personer som enligt stadgarna kan bli medlemmar,
- i övrigt bedriva verksamhet som främjar förståelse och solidaritet mellan generationerna.

SPF Seniorerna Klubb 72 Höör grundades 1972. Vi är för närvarande cirka 800 medlemmar och tillhör Skånedistriktet, som är det näst största distriktet i Sverige med över 120 föreningar och drygt 36 000 medlemmar.

I programhäftet får du reda på allt om föreningens aktiviteter som månadsmöten, trivselaftnar, studiecirklar, resor och utflykter. Höstens aktiviteter är inte bokade ännu. De kommer att meddelas via månadsblad och på hemsidan. Du kan själv påverka vårt utbud genom att lämna förslag och om du har lust även genomföra dessa med stöd av styrelsen.

SPF Seniorerna Klubb 72 samarbetar i sin verksamhet med Studieförbundet Vuxenskolan.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

	sida
Biblioteket	29
Bokning av lokalen på Tvärgatan	20
Cirkeldags	37–43
Fixartjänster	27
Friskvårdsaktiviteter	33
Förhandsanmälan till månadsmöten	12
Hedersmedlem	7
Kalendarium	5–6
Kommunala Pensionärsrådet – KPR	29
Kulturaktiviteter	23–25
Medlemsavgift	34
Medlemskort	35
Medlemsrabatter	34
Månadsmöten	11–12
Resevillkor	27
SPF Seniorerna – mål och inriktning m.m.	2
Studiecirklar	29
Styrelsen i Klubb 72	44
Trivselaktiviteter	20–22
Utflykter, resor	13–17
Vänmedlem	3
Växthuset	29
Årsmöte	11–12
Ändring av adress, telefonnummer eller e-postadress	3

GDPR – Dataskyddsförordningen (Integritet, dataskydd och personuppgifter)

GDPR är den engelska förkortningen för **General Data Protection Regulation**. Den lagstiftningen ska bland annat säkerställa att personuppgifter inte lämnas vidare till obehöriga.

I SPF Seniorernas medlemsregister finns vissa uppgifter om dig som medlem. Där finns bland annat ditt personnummer, din adress och i många fall även din mailadress. Uppgifterna behöver SPF så länge du är medlem och de hanteras endast för föreningens behov när det gäller medlemsavgifter, utskick m.m. och lämnas inte till obehöriga.

Skulle du känna osäkerhet när det gäller vår hantering av personuppgifter så är du välkommen att kontakta medlemsansvarig i SPF Seniorerna Klubb 72 Höör, Peter Löfqvist, mailadress pemalof@hotmail.com eller telefon 070-511 65 65.

*Du har väl lämnat din e-postadress? Anmäl adressändring och även ändrat telefonnummer till **medlemsansvarig** (adress - se sista sidan i Programhäftet) eller på SPF:s hemsida/mina sidor så att medlemslistan är aktuell.*

Vem kan delta i våra aktiviteter?

Medlemmar i vår förening har rätt att delta i föreningens aktiviteter.

Medlem i en annan förening inom SPF Seniorerna kan bli **vänmedlem** hos oss och då delta i våra aktiviteter. Den som vill bli vänmedlem hos oss ska kontakta medlemsansvarig (se rutan ovan).

En bank för livet här i Mellanskåne



Det har sina fördelar att ha banken runt hörnet

Vi är banken som förstår livet i Höör och resten av Mellanskåne lite bättre än andra. Till oss kan du vända dig med dina frågor om sparande, lån, husköp, ja allt som har med din ekonomi att göra. För när du har koll på ekonomin kan du njuta mer av livet omkring dig.

Hos oss får du alltid personlig hjälp med dina bankärenden. Besök oss på ett av våra kontor eller boka telefonmöte eller digitalt möte om det passar dig bättre. Kontakta oss på 0771-12 20 00.

Välkommen!

Sparbanken
Skåne



KALENDARIUM - När händer vad?

JANUARI		Sida
14	Styrelsemöte	
21	Månadsmöte Älvkullen	11
30	Frank Sinatra-afton	20
FEBRUARI		
11	Styrelsemöte	
13	Italiensk afton	11
18	Årsmöte Älvkullen	11
24	Utflykt Grand Hotel, Lund	13
MARS		
6	Dancing Queen 1	21
11	Styrelsemöte	
13	Dancing Queen 2	21
18	Månadsmöte Älvkullen	11
20	Joyride The Musical, Malmö Opera	23
26	La Bohème, Malmö Opera	23
APRIL		
3	Quiz-kväll	21
8	Styrelsemöte	
9	Utflykt Älmhult och IKEA	13
15	Månadsmöte Älvkullen	11
27	Så som i Himmelen, Kristianstads Teater	24
MAJ		
12–16	Resa Dresden m.m.	14–15
13	Styrelsemöte	
20	Månadsmöte Älvkullen	20
JUNI		
4	Utflykt Bosjökloster Slott & Trädgårdar	15
26	Spanska Flugan, Sundspärlan, Helsingborg	24
AUGUSTI		
12	Styrelsemöte	
19	Månadsmöte / Kickoff Älvkullen	12

KALENDARIUM, forts. - När händer vad?

SEPTEMBER

9	Styrelsemöte	
11-12	Resa Bornholm	16-19
16	Månadsmöte Älvkullen	12

OKTOBER

4	Chicago Malmö Opera	25
14	Styrelsemöte	
21	Månadsmöte Älvkullen	12

NOVEMBER

11	Styrelsemöte	
18	Månadsmöte Älvkullen	12
20	Möte för nya medlemmar	21

DECEMBER

9	Styrelsemöte	
16	Jullunch	12

JANUARI 2026

13	Styrelsemöte	
20	Månadsmöte Älvkullen	12

FEBRUARI 2026

10	Styrelsemöte	
17	Årsmöte Älvkullen	12



Vill du föreslå någon att bli Hedersmedlem i SPF Klubb 72 Höör?

Kriterier för att bli Hedersmedlem i SPF Klubb 72 Höör

Hedersmedlem i SPF Klubb 72 kan den bli som, under en längre tid, på ett förtjänstfullt sätt verkat för att utveckla verksamheten och klubben genom att främja social verksamhet, folkhälsa och verkat för ett livslångt lärande.

Vem kan nominera kandidater?

Medlemmar eller styrelsen kan **senast den 30 augusti** föreslå kandidater till hedersmedlem. Förslagen ska lämnas skriftligt till styrelsen. Adresser finns på Programhäftets sista sida.

Vem beslutar?

Styrelsen beslutar vem som blir hedersmedlem.

Vad innebär det att bli hedersmedlem?

Hedersmedlemmen får ett diplom på årsmötet och blir avgiftsbefriad från SPF Klubb 72:s årsavgift fr.o.m. nästa kalenderår. Avgiftsbefrielsen varar så länge man önskar vara medlem i SPF. Hedersmedlemmen har rösträtt på årsmötena.

**MAGASINERING, HYRSLÄP, GASOL
MARKSTEN, MATJORD, STEN OCH GRUS**

– till sympatiska priser!

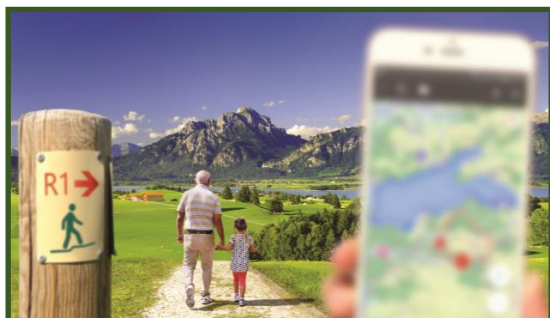
kvistknast.se • stenogrus.se

KVIST&KNAST®

Terminalvägen 6, Höör • Tel: 0413-202 33 • www.kvistknast.se
Öppet: Mån-fre 8.30-17.30 Lör 9.00-13.00

Grå starr?

Vi opererar dig i Eslöv!



Mellan

Långt

Nära

Hos oss får du, utan extra kostnad, opererat in en ny lins som ger många patienter en bättre synskärpa både på mellan- (70-90cm) och långt avstånd utan behov av glasögon.

- ▶ Be din optiker skicka remissen till oss, eller sök själv med egenremiss.
- ▶ Vi tar hand om dig både **innan** och lång tid **efter** operationen om du behöver.
- ▶ Vi undersöker även om du har andra ögonsjukdomar tex glaukom eller förändringar i gula fläcken.

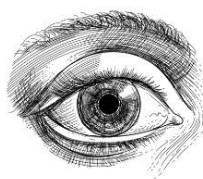
Ögonläkarna i Eslöv är en av de största privata mottagningarna i Skåne och erbjuder ögonsjukvård för hela familjen, från 0 år och uppåt. Vi arbetar på uppdrag av Region Skåne under vårdvalet ögonsjukvård. Hos oss gäller samma avgifter för specialistvård som inom övriga Region Skåne. Fri- och högkostnadskort gäller.

www.ogonlakarna.se/kontakt

Vardagar kl 8-17

Tel: 0413-603 00

Vasagatan 2C, Eslöv



**ÖGON
LÄKARNA**
WWW.OGONLAKARNA.SE



Bangårdsgatan 17

Telefon: 0413-55 99 55 • hoor@xlhansanders.se

www.xlhansanders.se

Sandahls
modehus
DAM HERR & SKOR

Storgatan 6, Hörby. Tel 0415-139 70, 139 01



MÅNADSMÖTEN 2025

Ta med medlemskort till månadsmötena

Tisdag 21 januari
Älvkullen 14.00

Månadsmöte / Kickoff

När **Tom Glans**, Eslöv, släktforskade och för några år sedan tog ett DNA-test gjorde ha en omtumlande upptäckt om sin far.
-Då var det en sanning jag hade kunnat leva utan, men i dag inser jag värdet av att ha fått veta hur det ligger till. Det har blivit ett plus i livet, berättar han.

Tisdag 18 februari
Älvkullen 13.00
(obs. tiden!)

Årsmöte

Årsmötesförhandlingar med parentation. Lisa Formare från Vuxenskolan informerar. Hälsoprofilen kommer också att informera.
För att vi ska kunna beställa fika gäller obligatorisk föranmälan till årsmötet. Anmäl dig till Charlotte Järvelid (se nästa sida).

Tisdag 18 mars
Älvkullen 14.00

Månadsmöte

Anders Ödman, docent vid Institutionen för arkeologi och antikens historia vid Lunds universitet, kommer och berättar om sin nya bok Stenskojar, 800 år av industrihistoria i Ringsjöbygden. Anders har en förmåga att trollbinda genom sin entusiasm. Extra roligt att han nu vänt blicken mot Höör och våra spännande skogar fulla av stenbrott. Om du undrat varför Höör har en kvarnsten i kommunvapnet kommer du att veta allt om detta efter denna intressanta eftermiddag.

Tisdag 15 april
Älvkullen 14.00

Månadsmöte

Gillar du dragspel – och vem gör inte det? Då ska du komma till månadsmötet för att höra **Fredrik Martinsson** och **Christoffer Andersson** spela både nya och gamla klassiker.

Tisdag 20 maj
Älvkullen 14.00

Månadsmöte

Följ med **Linda** och **Sven** på en osannolik resa genom livet! I ord och med egna bilder och filmer blandar de äventyr, kärlek, sorg och lycka med det fascinerande massajfolket och Afrikas vilda djurliv. De berättar bl.a. om deras märkliga livsöde, om massajfolket i Masai Mara och mycket annat. Sven är en fantastisk fotograf, så bilder från Afrikas djurliv får vi också se. Avslutningsvis får vi höra om en spelfilm om Sven och Lindas livsöden som just nu är under produktion i Hollywood.

MÅNADSMÖTEN, forts.

Ta med medlemskort till månadsmötena

Tisdag 19 augusti **Månadsmöte/Kickoff**
Älvkullen 13.00 Program kommer senare i Månadsbladet.
(obs. tiden!)

Tisdag 16 september **Månadsmöte**
Älvkullen 14.00 Program kommer senare i Månadsbladet.

Tisdag 21 oktober **Månadsmöte**
Älvkullen 14.00 Program kommer senare i Månadsbladet.

Tisdag 18 november **Månadsmöte**
Älvkullen 14.00 Program kommer senare i Månadsbladet.

Tisdag 16 december **Jullunch**
Detaljer kommer senare i Månadsbladet.

MÅNADSMÖTEN 2026

Tisdag 20 jan. 2026 **Månadsmöte**
Älvkullen 14.00 Program kommer senare i Månadsbladet.

Tisdag 17 feb. 2026 **Årsmöte**
Älvkullen 13.00 Årsmötesförhandlingar.
(obs. tiden!) Detaljer meddelas senare i Månadsbladet.

Föreningsinformation, kaffe med tillbehör och lottförsäljning står på programmet vid månadsmötena. **Inträdet är 70 kronor**, och du kan betala kontant eller med Swish 123 557 41 24. Vårt månadsblad finns på månadsmötena och anslaget i vår lokal för dig som saknar internet.

Förhandsanmälan till månadsmötena är obligatorisk senast 8 dagar innan mötet. Atingen kan du anmäla dig till nästa månadsmöte på listorna som ligger på borden vid månadsmötena eller genom att ringa eller **t.o.m. februari 2025 skicka ett mail till vår värd Charlotte Järvelid**, tel. 072-194 50 45, mail cjaervelid@hotmail.com. Vem som efterträder henne meddelas i Månadsbladet. Vidare information hittar du också i våra Månadsblad och på vår hemsida.

BUTIK Lager23

MÄRKESKLÄDER & SKOR

Besök oss på Webben!

.SE

Marknadens bästa
walkingskor!

BUTIK
Lager23
.SE

Onsdag: 11.00 - 18.00

Torsdag: 11.00 - 18.00

Freitag: 11.00 - 18.00

Lördag: 10.00 - 16.00

Söndag: 11.00 - 16.00

STOLT MEDLEM I



Transportvägen 8 Höör

Lager23.se



Billingska
Bokhandeln
Est. 1898

Din butik för
Böcker - Bläck/Toner - Hemmakontor - Pussel/Spel
www.billingska.se

Hardy's

Festliga
Smörgåstårter

- Smörgåstårter
- Smörgåsbomber
- Baguetter

Beställ Smörgåstårter minst 3 dagar i förväg

Smörgåsbaren
för vardag
och fest!

Smörgåstårter
pris från
440:-



Hardys Tel. 0413-242 11 www.hardys.nu

Öppet alla dagar 8-20



UTFLYKTER / RESOR

Grand Hotel Lund

Måndag 24 februari

Första anmälningdag 13 januari

Vi besöker det anrika hotellet från 1899. Först får vi information om hotellets historia, prominenta gäster och kanske en och annan hemlighet som är preskriberad. Vi får se festvåning, kanske sviten och några andra rum innan vi äter en lunch i matsalen.

Buss avgår från Bangårdsgatan **12.15**, och vi är hemma igen c:a 15.30. Pris för buss, guidning och lunch på Grand Hotel är 380:- + vad du vill dricka. (Jag kontaktar dig när du fått bekräftelse på att du kommit med), som sätts in på SPF:s bankgiro 399–3292 när du fått bekräftelse på att du kommit med. **Märk inbetalningen med "GRAND"**. Anmälning via mail till hansblarsson@gmail.com eller sms 070 926 88 33. Har du inte mail eller sms anmäler du dig till Hans Larsson på telefon 070 -926 88 33.

Sista betalningsdag 31 januari

Älmhult och IKEA

Onsdag 9 april

Första anmälningdag 24 februari

När vi kommer till Älmhult börjar vi med förmiddagsfika innan vi får en bussguidning i Älmhult, där vi bl.a. får se där familjen Kamprad bodde innan de flyttade till Elmtaryd. Vi rullar också förbi ultramoderna testlabb och en av världens största distributionscentraler för IKEA. Tillbaka vid IKEA-museet blir det en tidsresa bland produkter och genom företagsutveckling. Den guidade turen ger också en inblick i hur samhället runt omkring oss ständigt förändras och hur det påverkar sortimentet. Dessutom har grundaren av IKEA, Ingvar Kamprad, fått en egen utställning som vi också besöker. Innan vi åker hem äter vi lunch, givetvis blir det en IKEA-klassiker, köttbullar.

Buss avgår från Bangårdsgatan **08.45**, och vi är hemma igen c:a 15.00. Pris för buss, förmiddagsfika, guidning på IKEA-museet och lunch är 565:-, som sätts in på SPF:s bankgiro 399–3292 när du fått bekräftelse på att du kommit med. **Märk inbetalningen med "IKEA"**. Anmälning via mail till hansblarsson@gmail.com eller sms 070 926 88 33. Har du inte mail eller sms anmäler du dig till Hans Larsson på telefon 070 -926 88 33.

Sista betalningsdag 19 mars

UTFLYKTER / RESOR, forts.

Dresden 5 dagar 12–16 maj

Staden Dresden är en riktig kultur- och barockpärla som ligger vid floden Elbe i östra Tyskland, nära gränsen till Tjeckien. Landskapet är helt fantastiskt med floden Elbe som slingrar sig fram till nationalparken Saxiska Schweiz. I sluttningarna ner till Elbe växer vinstockarna. Gillar du kultur och historia kombinerat med vin- och naturupplevelser är det här den perfekta resan för dig! 5 dagar. Resan är fulltecknad men anmäl gärna intresse till Hans Larsson, tel. 070-926 88 33 om det blir avbokningar. Se vidare nästa sida.

Välkomna till oss på Blomsterverksta'n.

Hos oss hittar du alltid planteringar, buketter, choklad, massageljus och mycket annat.



Öppettider:
Mån-fre 10-18

Lör 10-14

interflora[®]

Blomsterverkstán

tel. nr 0413-23460



6 dagar i en av Tysklands vackraste regioner

5–10 maj 2025



Åk med till Dresden och se den välkända silhuett med guldskimrande tinnar och torn som speglas i floden Elbes vatten. Ni kommer att få uppleva mycket mer, fantastisk natur, världsberömt porslin, svensk historia och ett vindistrikt inte många har upptäckt,

Dagsprogram

Dag 1, 5 maj. Höör – Dresden.

Avresa från Höör ca kl.07.00. Stopp i Danmark för toabesök och kaffe. Färja från Gedser som tar oss till Rostock avgår.11.15 och är framme 13.15. På färjan åter vi en lunchbuffé inkl. öl, vin och kaffe. Eftermiddagsstopp utmed resvägen förbi Berlin. I Dresden checkar vi in på Hotel Leonardo Altstadt. Gemensam middag på kvällen

Dag 2, 6 maj. Dresden.

Dresden utvecklades redan under medeltiden till en mäktig och betydelsefull stad men det var i början av 1700-talet som staden blev omtalad för sin skönhet och kallades "Florens vid Elbe". Vid ett bombanfall i februari 1945 sargades staden svårt men återuppbyggdes. I dag är Dresden en inbjudande stad, där gammalt och nytt lever i harmoni sida vid sida. Vi gör en stadsrundtur för att lära känna staden. Av alla berömda byggnader tycker vi att man inte får missa Grüne Gewölbe och Frauenkirche, så de besöker vi. Gemensam middag på kvällen

Dag 3, 7 maj Båtfärd på floden Elbe och Bastei.

Längs med Elbes flodbankar finner vi branta vinodlingar och ståtliga slott. Båten tar oss in i nationalparken Sachsiska Schweiz vårt slutmål är Bastei, ett av Tysklands mest unika landskap. Gigantiska tinnar av sandstensklippor tornar upp sig över floden Elbe och det gröna landskapet. Tvärs över dessa tinnar finns en stenbro, dramatisk till sitt utseende, eftersom den förbinder dessa klipptorn och sedan inte verkar leda någonstans. Gemensam middag på kvällen

Dag 4, 8 maj. Meissen och Hoflössnitz vingård.

Meissen porslin är världsberömt och ni som tror att det bara är gamla saker man gör i Meissen får tänka om, vi får se hur man tillverkar porslinet och besöker också deras museum. På vägen tillbaka till Dresden ska vi bekanta oss med en av områdets eleganta vingårdar. Sachsen utgör ett av Tysklands 13 vindistrikt, här har det odlats vin i århundraden. Vi stannar vid Hoflössnitz för en vinprovning. Gemensam middag på kvällen.

Bra att veta: Giltigt pass eller internationellt ID
Kontakt betalning för inköp ombord på bussen (SEK)

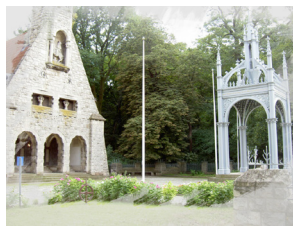
Dag 5, 9 maj. Lützen och Leipzig.

Vi säger auf Wiedersehen till Dresden och beger oss norrut. Första stopp blir Lützen som är beläget strax sydväst om Leipzig. Vi kommer att trampa historisk mark och begrunder ödet som drabbade Gustav II Adolf. Här finns Schwedenstein (Sverigestenen) rest till minnet av den svenske kungen Gustav II Adolfs död. Hela platsen benämns idag Gustav-Adolf-Gedenkstätte och har ett litet museum, inrymt i en stuga i svensk stil. Efter Lützen beger vi oss till Sachsens största stad Leipzig där vi gör en stadsrundtur med bussen. I stadens utkant reser sig det nästan hundra meter höga minnesmärket över Napoleons nederlag. Kronprins Karl Johan ställdes i spetsen för de allierades starka nordarmé med över 150 000 man och besegrade Napoleon och sina forna landsmän vid slaget. Leipzig är också känt för måndags demonstrationerna som började här och ledde till DDR:s fall. Vi fortsätter med bussen till fina Merseburg och checkar in på Hotel Radisson. Gemensam middag på kvällen

Dag 6 10 maj, Merseburg – Höör.

Efter frukost lastar vi bagaget i bussen och åker mot Rostock för att shoppa på Bordershopp. Därefter väntar färjeöverfarten tillbaka till Gedser och vi njuter av ännu en stor dansk lunchbuffé inkl. öl, vin, vatten. Resan hem genom Danmark och vidare över Öresundsbron går snabbt och vi beräknas vara åter i Höör ca kl. 19.00

Anmälan och frågor till: Hans Larsson, mail: hansblarsson@gmail.com eller sms / telefon 070 926 88 33. Anmälningsavgiften 900:- inbetalas senast 7 dagar efter anmälan och slutbetalningen skall göras senast 6 v. före avresan. Inbetalning till SPF:s Bankgiro 399-3292 märk inbetalningen **DRESDEN**



Pris per person i dubbelrum: 10.395:-
Enkelrumstillägg: 2500:-

I priset ingår: Bussresan i 5-stjärnig lyxutrustad helturistbuss, bro- och färjeöverfarter t.o.r. vägsatser, 5 nätter i dubbelrum, 5 frukostar och 5 middagar, 2 lunchbufféer på färjan inkl. öl, vin, vatten och kaffe, lokalguider i Dresden och Leipzig, båttur på Elbe, inträde och audioguides på Meissen porslinsfabrik, inträde och audioguides på Gusta Adolfs minnesplats i Lützen, vinprovning på Hoflössnitz och inträden till Grüne Gewölbe samt Frauenkirche.

Med reservation för kurs- och prisändringar och omkastningar i programmet

UTFLYKTER / RESOR, forts.

Bosjökloster Slott och Trädgårdar

Onsdag 4 juni

Första anmälningssdag 28 april

Vi besöker "Ringsjöns Pärla" Bosjökloster och får uppleva unik medeltida kultur och park. Vi får höra om klostrets och slottets snart 1000-åriga historia, färgstarka personer som levt och verkat här, och hur man i dag förvaltar platsen.

Vi träffas **12.30** på parkeringen Maglasätevägen vid Åkersberg, mitt emot Tjurasjö och samåker till Bosjökloster. Pris för samåkning, entré, guidning och eftermiddagskaffe med kaka är 325: -, som sätts in på SPF:s bankgiro 399–3292 när du fått bekräftelse på att du kommit med.

Märk inbetalningen med "BOSJÖKLOSTER". Anmälning via mail till hansblarsson@gmail.com eller sms 070 926 88 33. Har du inte mail eller sms anmäler du dig till Hans Larsson på telefon 070 -926 88 33. De som kör med någon som samåker får 50: - i ersättning.

Sista betalningsdag 14 maj

Bornholm 2 dagar på solskensön

11–12 september

Första anmälningssdag 3 februari

Den 11–12 september åker vi till solskensön Bornholm, som är en älskad semesterö med böljande vackra landskap, vackra stränder och Danmarks enda granitklippor. Upptäck en unik ö-kultur med mysiga gamla byar, charmiga fiskrökerier och de karakteristiska runda medeltidskyrkorna. Vi besöker sillrökeri, rundkirke, rovfågelshow och en vacker trädgård.

Se vidare nästa sida.

Ringsjöbygdens Buss
& Specialtransport

www.ringsjobygdensbuss.se



Sven Svensson
0736-794 007

0413-200 07

info@ringsjobygdensbuss.se
Västergatan 23 F
243 31 HÖÖR



Anette Svensson
0736-732 007

2 dagar till Solskensön Bornholm.

11–12 september



Solskensön Bornholm är en älskad semesterö med böljande gröna landskap, vackra stränder och Danmarks enda granitklippor. Upptäck en unik ö-kultur med mysiga gamla byar, charmiga fiskrökerier och de karakteristiska runda medeltidskyrkorna. Bornholm dessutom korats som Europas mest hållbara ö med innovativa, gröna energilösningar.



Dagsprogram

Dag 1, 11 september. Rundtur på Nordbornholm

Rundtur i Nordbornholm med lokal guide: Efter ankomst med färja åker vi till Hasle med det berömda sillrökeriet och sillrökningens historia på Bornholm. Därefter tar vi oss till fiskeläget i Vang. Vi åker även till Nordeuropas största Slottsruin Hammershus. Vi åter lunch på Allinge rökeri och avslutar utflykten med ett besök på Østerlars Rundkirke 16.00 År vi åter på vårt hotell och checkar in. Gemensam middag på kvällen



Dag 2, 12 september. Rundtur på Sydbornholm

Vi inleder dagen med en god frukost. Och därefter utcheckning sen åker vi till Borgholms rovfågelshow. Därefter kör vi en kort bit för ett besök i Kræmmerhuset – här ges det tid och möjlighet att promenera runt i trädgården och besöka de olika utställningarna. Därefter åker ni vidare mot Svaneke –torget i Svaneke är en naturlig samlingspunkt för den lilla staden med omkring 1100 invånare. På torget och området närmast torget finns det goda möjligheter att stilla hungern eller släcka törsten. Det börjar ju bli lunchtid. Här finns bageri, chokladtillverkning, glasstillverkning, karamelltillverkning, Søllings Bodega, Svaneke Bryggeri och flera restauranger. Promenerar du från torget mot hamnen kommer du till Glastorvet. Här är lugnare eftersom det är bilfritt. På torget finns uteserveringar i solen i lå från eventuell östanvind. Vi kanske även hinner med fler stopp innan vi kör mot Rønne och färja som skall ta oss till Ystad.

Anmälan och frågor till: Hans Larsson, mail: hansblarsson@gmail.com eller sms / telefon 070 926 88 33. Anmälningsavgiften 400:- inbetalas senast 7 dagar efter anmälan och slutbetalningen skall göras senast 6 v. före avresan. Inbetalning till SPF:s Bankgiro 399-3292 märk inbetalningen **BORNHOLM**

Hotell Allinge, Allinge, vårt hotell på Bornholm



**Pris per person i dubbelrum: 3.975:-
Enkelrumstillägg: 400:-**

I priset ingår: Bussresan, färjeöverfarter t.o.r. vägsatser, 1 natt i valt rumsalternativ, 1 frukostar och 1 4-rätters meny som buffé inkl öl, vin och alkoholfria drycker, 1lunch (fiskbuffé), lokalguid, och inträde

Med reservation för kurs- och prisändringar och omkastningar i programmet



**20% rabatt
på arvodet för
SPF medlemmar**

Trygga bostadsaffärer sedan färg-TV:n kom till Sverige.

Den där lyckade bostadsaffären beror på så många saker. Men i slutänden handlar det såklart om att det ska bli en riktigt bra, och trygg affär. Så om du funderar på att sälja och vill ha någon som ger lite extra kloka råd, värderar din bostad, har smarta digitala tjänster och riktigt bra koll på Hörby/Höör hör av dig till oss.

Erbjudande till SPF medlemmar

20% rabatt på arvoden när ni tecknar ett uppdragsavtal med oss, innan 31 december 2025.

Fastighetsbyrån Höör
0413-275 50
fastighetsbyran.com/hoor

Fastighetsbyrån



RESOR, VILLKOR

RESEVILLKOR FÖR RESOR ANORDNADE I SPF:s REGI

Anmälan görs till den som enligt programhäftet är ansvarig för resan.

Avanmälan

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdag. För aftnar, studiebesök, utflykter och andra endagsarrangemang gäller att vi vid återbud måste debitera dig din del av kostnaden, såvida vi inte har kö eller du själv kan ordna ersättare.

Reseförsäkring

Det är viktigt att du är rätt försäkrad. Gå igenom ditt försäkringsskydd innan du reser så att du vet om du behöver en extra reseförsäkring.

Avbeställningsskydd

Kontrollera om avbeställningsskydd ingår i hemförsäeringen.

Du kan även ha avbeställningsskydd via ditt kortföretag om du betalar resan med konto- eller kreditkort. Kontakta ditt försäkringsbolag och ditt kortföretag för att få information. Olika regler kan gälla för olika försäkringsbolag samt för olika kortföretag.

Sjukförsäkringskortet (det europeiska sjukförsäkringskortet)

Ta med detta när du reser inom EU. Kortet erhåller du hos Försäkringskassan.

Frågor

Har du frågor kring resan, önskar specialkost eller är osäker på om det är möjligt att ta med rullstol eller rollator, kontakta den person som anordnar resan. Vi vill givetvis att alla ska kunna delta i våra resor och vi kommer att på bästa sätt försöka ordna detta, men vi behöver informationen i så god tid som möjligt.

Beslut

Beslut om dessa villkor har tagits av styrelsen 2021-12-14.

FIXAR-TJÄNST

Ring Stefan om du behöver hjälp med sysslor som kräver att du står på en pall eller stege, t.ex. byte av glödlampa eller uppsättning av gardiner. Tjänsten är kostnadsfri men du står själv för material. Fixar-Stefan utför inte sysslor som kan utföras av hantverkare, som fönsterputsning, trädgårds- och målningsarbeten. Ring tel. 0413 – 289 63 och boka tid. Tänk på att fallolyckor är en vanlig orsak till att äldre dör eller blir handikappade för resten av livet.

TRIVSELAKTIVITETER

Frank Sinatra-afton

Torsdag 30 januari (Obs. aktiviteten är flyttad från den 5 december, och de som anmälde sig har blivit erbjudna plats den 30 januari.) **Vi är vår lokal på Tvärgatan 2 och börjar 18.00.**

Frank Sinatra är playboyen som fångade hela världen med sin skönsång men också sitt festande, stormiga kvinnoaffärer och polisbråk. Anton Pålsson (från Visafton) växte upp med Frank Sinatras skivor snurrande på mammas skivspelare. Intrycken och impulserna från den tiden bär han med sig när han nu tillsammans med Rune Lindqvist tolkar sina favoriter ur Sinatras repertoar.

Duon kommer till vår lokal och kommer inte bara framföra sånger ur Sinatras digra repertoar utan även berätta om Frank Sinatras karriär.

Pris för underhållning, landgång, 1 glas vin / öl, vin, kaffe och kaka är 365: - som sätts in på SPF:s bankgiro 399-3292 när du fått bekräftelse på att du kommit med. **Märk inbetalningen med "FRANK"**. Anmälning via mail till hansblarsson@gmail.com eller sms 070 926 88 33. Har du inte mail eller sms anmäler du dig till Hans Larsson på telefon 070 -926 88 33.

Italiensk afton nr 2

Torsdag 13 februari med Nino Tiriteto. Vi är i vår lokal på Tvärgatan 2 och börjar 18.00

En italiensk smörsångare, Nino Tiriteto, kommer till vår lokal den 13 februari (det var han själv som sa att jag skulle presentera honom som smörsångare). När jag googlade smörsångare läste jag att det är en som sjunger sentimentala och romantiska sånger, vilket Nino gör, men också melodisk pop. Kom till lokalen, men låt tankarna vara på Sicilien eller vid Gardasjön eller varför inte på en piazza i Rom.

Intresset för Italiensk afton var stort, så vi har bokat en afton till, den 13 februari. De som stod som reserver den 20 november har blivit erbjudna platser den 13 februari, men där finns flera platser. Är du intresserad anmäler du dig till hansblarsson@gmail.com eller sms 070 926 88 33. Har du inte mail eller sms anmäler du dig till Hans Larsson på telefon 070-926 88 33.

Pris för underhållning, Antipasti (olika små kalla rätter), 1 glas vin / öl, kaffe och kaka är 385: - som sätts in på SPF:s bankgiro 399-3292 när du fått bekräftelse på att du kommit med.

Märk inbetalningen med "ITALIEN").

BOKNING AV VÅR LOKAL PÅ TVÄRGATAN

Om du som SPF-medlem vill boka vår lokal på Tvärgatan, så vänder du dig till Hans Larsson via mail hansblarsson@gmail.com eller tel. 070-926 88 33.

Om lokalen hyrs för privat ändamål (t.ex. födelsedagsfest) är kostnaden 500 kr per tillfälle.

TRIVSELAKTIVITETER, forts.

Dancing Queen 1 och 2

Torsdag 6 och torsdag 13 mars. Vi är i vår lokal på Tvärgatan 2 och börjar 18.00

Första anmälningssdag måndag 27 januari.

Vi förvandlar vår lokal på Tvärgatan till den grekiska tavernan *Dancing Queen*. Här väntar en härlig kväll som inkluderar allt från välkomstouzo till en läcker medelhavsinspirerad menu, sång, dans och mycket av ABBA:s låtar. För musiken står Krister Wrambjer och Marike Cavetoft.

Pris för underhållning, ouzo, grekiskinspirerad mat, 1 glas vin / öl, kaffe och kaka är 485: - som sätts in på SPF:s bankgiro 399-3292 när du fått bekräftelse på att du kommit med.

Märk inbetalningen med "DANCING QUEEN (och siffran 1 eller 2)". Anmälning via mail till hansblarsson@gmail.com eller sms 070 926 88 33. Har du inte mail eller sms anmäler du dig till Hans Larsson på telefon 070 -926 88 33.

Sista betalningsdag 13 februari.

Quiz-kväll

Torsdag 3 april. Vi är i vår lokal på Tvärgatan 2 och börjar 18.00

Första anmälningssdag måndag 24 februari.

Torsdagen den 3 april har vi en quiz-kväll i vår lokal på Tvärgatan. Tommy Olsson kommer med olika kluriga frågor som handlar om musik.

Vi serverar något lätt att äta med ett glas vin eller öl. Pris för quiz-kvällen, "plockmat", 1 glas vin / öl, kaffe och snacks är 175: - som sätts in på SPF:s bankgiro 399-3292 när du fått bekräftelse på att du kommit med. **Märk inbetalningen med "QUIZ".** Anmälning via mail till hansblarsson@gmail.com eller sms 070 926 88 33. Har du inte mail eller sms anmäler du dig till Hans Larsson på telefon 070 -926 88 33.

Sista betalningsdag 13 mars.

Möte för nya medlemmar

Torsdag 20 november kl. 18.00 är alla som har blivit medlemmar mellan 1 oktober 2024 och 30 september 2025 välkomna till **vår lokal på Tvärgatan 2** i Höör. Du får höra mera om föreningen och träffa nya vänner och styrelsen. Någon lättare förtäring bjuder vi på.

Skriftlig inbjudan kommer.

Om du har en önskan eller ett förslag på en trivselaktivitet eller utflykt så berätta för oss i styrelsen så hoppas vi att det går att ordna. Hör av dig till Hans Larsson eller lägg ditt förslag i idélådan vid entrén till lokalen.

Anmälan är bindande efter sista anmälningdag. För aftnar, studiebesök, utflykter och andra endagsarrangemang med avgift gäller att vi vid återbud måste debitera dig din del av kostnaden, såvida vi inte har kö eller du själv kan ordna ersättare.



SCANDEXPO

www.scandexpo.se

Klinik Lillfot i Höör

Dipl. Med. Fotvårdsspecialist

10%

personlig rabatt

som medlem i SPF

Besöksadress: Storgatan 33, Höör Tel: 0768-55 40 83

KULTURAKTIVITETER

Joyride the musical är en nyskriven feelgood-musikal med musik av legendariska popduon Roxette med världspremiär på Malmö Opera i september 2024. En oförglömlig bergochdalbana full av glädje, humor, storslagna nummer, upptempo-låtar och powerballader. C'mon join the joyride!



Duon Roxette, Marie Fredriksson och Per Gessle, har sålt över 80 miljoner album. Låtar som *Listen To Your Heart*, *It Must Have Been Love* och *The Look* har toppat listor världen över. Nu ligger de till grund för en musikal, där handlingen är baserad på den engelska succéförfattaren Jane Fallons relationskomedi *Got You Back!*

Vi har biljetter till föreställningen torsdag 20 mars 2025.

Buss avgår från Bangårdsgatan (vid stationen) **16.45**, åter i Höör ca 23.00

Pris för biljett, Klassikern (Räksmörgås, kaffe och kaka) och buss är 1 015 kronor

Första anmälningssdag är 20 december 2024 och sista den 13 januari 2025

Anmälan per mail till irenekonig50@gmail.com eller sms till 070 234 87 98. Har du inte tillgång till mail eller sms så ringer du 070 234 87 98. Efter bekräftelse att ni fått biljetter görs inbetalning till SPF bankgiro 399–3292 **senast 13 januari**.

Märk inbetalningen med "JOY2".

Giacomo Puccinis **La Bohème**, med sin underbara musik, är en av de stora operaklassikerna. Följ med till 60-talets New York i en gripande och färgstark berättelse om kärlek, vänskap, drömmar, dekadens, passion och popkonst.



Vi har biljetter till föreställningen på Malmö Opera onsdag 26 mars.

Buss avgår från Bangårdsgatan **16.45**, åter i Höör ca 23.00. Kl. 18.00 serveras vi en Operatallrik i övre foajen. Pris för biljett, buss och operatallrik är 1 040 kronor.

Första anmälningssdag är 6 januari 2025 och sista är 20 januari 2025.

Anmälan per mail till irenekonig50@gmail.com eller sms till 070 234 87 98. Har du inte tillgång till mail eller sms går det bra att ringa 070 234 87 98. Efter bekräftelse på att du fått en plats görs inbetalning till SPF bankgiro 399–3292 **senast 20 januari 2025**.

Märk inbetalningen med "BOHEME".

KULTURAKTIVITETER, forts.

Teaterresa till Kristianstad

Så som i himmelen

Söndag 27 april 2025



Missa inte den här moderna musikalklassikern på Kristianstads teater. Det kommer att bli en föreställning med mycket känslor, skratt, gråt och givetvis fantastiskt vacker musik.

Vi kör först till Åhus där vi äter lunch kl. 12.00 på Åhus Bryggeri. Därefter åker vi till Kristianstad teater. **Föreställningen börjar 15.00**

Buss avgår från Bangårdsgatan **10.45**, åter i Höör ca 18.30. Pris för biljett, lunch och buss är 920 kronor.

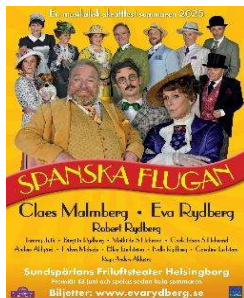
Första anmälningssdag är 17 februari och sista den 24 februari.

Anmälan per mail till irenekonig50@gmail.com eller sms till 070 234 87 98. Har du inte tillgång till mail eller sms ringer du 070 234 87 98. Efter bekräftelse på att du fått en plats görs inbetalning till SPF bankgiro 399-3292 **senast 24 februari. Märk inbetalningen med "SOM"**.

Spanska Flugan på Sundspärlan

med bland andra Eva Rydberg och Claes Malmberg

Torsdag 26 juni kl. 19.00



Klockan 18.00 serveras kycklingsallad med ris, champinjoner, groddar och parmesandressing.

Tag gärna med egen kaffekorg!

Buss avgår från Bangårdsgatan **16.45**, åter i Höör ca 22.30. Pris för biljett, mat och buss är 775 kronor.

Första anmälningssdag är 22 april och sista den 22 maj.

Anmälan per mail till irenekonig50@gmail.com eller sms till 070 234 87 98. Har du inte tillgång till mail eller sms ringer du 070 234 87 98. Efter bekräftelse på att du fått en plats görs inbetalning till SPF bankgiro 399-3292 **senast 22 maj. Märk inbetalningen med "SF"**.

KULTURAKTIVITETER, forts.



Chicago på Malmö Opera

4 november 2025 19.00

Mord, girighet, korruption, otrohet, förräderi... and All That Jazz. I det glada 1920-talets Chicago gick det vilt till. Gör dig redo för en paljettglittrande stormusikal med mycket dans, energi, satir och hejdlös humor – Broadwaysuccén Chicago.

Vi har biljetter till föreställningen tisdag 4 november 2025.

Buss avgår från Bangårdsgatan (vid stationen) **16.45**, åter i Höör ca 23.00.

17.45 serveras Operatallrik (varmrökt lax med dillmajonnäs och citron, rostbiff med remoulad, pepparrot och vårlök, Gruyère- och Saint Agur-ostar med apelsinmarmelad, fransk potatissallad, grillad paprika och zucchini, örtsallad, bröd och smör, kransekaka med kaffe) i övre foajen.

Pris för biljett, mat och buss är 1 179 kronor.

Första anmälningssdag är 25 augusti och sista den 1 september.

Anmälan per mail till irenekonig50@gmail.com eller sms till 070 234 87 98. Har du inte tillgång till mail eller sms så ringer du 070 234 87 98. Efter bekräftelse på att du fått en plats görs inbetalning till SPF bankgiro 399–3292 **senast 1 september.**

Märk inbetalningen med "CHICAGO".



Den färgstarka leverantören för ett skönare hem finns nu i nya lokaler på Barkvägen 1 i Höör (mitt emot Byggmax).

Telefon 0413-24595

15 % rabatt till SPF-medlemmar



Vi hjälper dig med en trygg bostadsaffär!

Vi har mycket god lokalkännedom och ett stort spekulantregister som tillsammans med våra ledord kunnig, trygg och personlig blir receptet för en lyckad försäljning.

Kontakta oss så hjälper vi dig med din husaffär från annons till deklaration!



Hör 0413-55 98 80 | Hörby 0415-100 80

Läs mer om oss på lansfast.se/hoor

VOLLSJÖ TRYCK

www.vollsjotryck.se



coop

Höör

Öppet alla dagar 8-21.



SVENSKA SPEL



Storgatan 41 Höör | 0413-24650

Stillton.se

 stillton.se

 Stillton

Herr-Dam-Barn-Ungdom
Kostymavdelning och uthyrning
av festkläder.

Öppet

Måndag-Fredag 10-18

Lördag 10-14

Outletbutiken 10-13

Öppet första lördagen i månaden

10% rabatt som medlem i SPF

Rabatten kan inte kombineras med andra erbjudanden

HÖÖRS 
HÄLSOKOST

Nya öppettider:

Torsdag, Fredag 10.00 - 18.00

Lördag 10.00 - 13.00

Storgatan 33 B, 243 30 Höör. 0413-20 600

10% RABATT



BUTIK POPCORN
mode du älskar

10% rabatt som medlem i SPF

Marknadsvägen 2, Höör
(vid City Gross)

Måndag	Stängt
Tisdag-fredag	10-18
Lördag	10-14
Söndag	Stängt

 popcorn_hoor

 Popcorn damkläder

CIRKLAR

För presentation av nya och pågående cirklar se Cirkeldags i slutet av Programhäftet.

VÄLKOMMEN TILL HÖÖRS BIBLIOTEK

Välkommen till biblioteket i Höör. På biblioteket kan du låna böcker, ljudböcker, talböcker, videofilmer och språkkurser samt läsa tidningar och tidskrifter. Det finns även möjlighet att surfa på Internet, söka information i olika databaser samt släktforska.

För dig som på grund av ålder eller sjukdom inte kan ta dig till biblioteket finns **Boken kommer**. Ring Yvonne Collovin eller Inga-Lena Öhrn på telefon 0413-281 08 eller email yvonne.collovin@hoor.se / inga.lena.ohrn@hoor.se så hjälper de dig.

För mer information ring 0413-281 03 eller se hemsidan: <https://bibliotek.hoor.se>

KUNGSHÄLLAN

Kortspel: torsdagar 13.00 – 17.00 spelar vi olika spel med paus för kaffe.

Kontaktperson: John Colliander.

Bingo: fredagar 14.00 – 16.30 med paus för kaffe.

Kontaktperson: Alf Hallquist, 070 – 882 77 72.

ANHÖRIGSTÖD

Kommunens anhörigstöd erbjuder medmänskliga samtal för att möta ditt behov av stöd, vägledning och information. Kontakta anhörigsamordnaren, tel. 0413 – 284 57 eller johan.persson@hoor.se. Hemsida: <http://www.hoor.se/anhorigstod>.

VÄXTHUSET

Personal från Växthuset hjälper till med snöskottning och sandning, 160 kronor per gång, gräsklippning 220 kronor per gång och övrigt arbete 160 kronor per timme. Transporten till Merab kostar 100 kronor. Ring Jonas Svensson, tel. 0413-282 31 när du behöver hjälp.

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET – KPR

KPR är ett samrådsorgan mellan kommunstyrelsen, de kommunala nämnderna, pensionärsorganisationerna SPF och PRO i frågor som berör oss seniorer. Rådet sammanträder fyra gånger per år. KPR kommer att ersättas av ett medborgarråd. Mera information kommer.

Vi finns där, när du behöver det!



Poolgrävning



K-heat tvätt av trall

K-heat:
Tvättning av
bl.a trädäck
och fasader,
klottersanering
och ogräs-
bekämpning

- Byggnad
- Grönytor
- Markarbete
- Företag, privat-
personer och
bostadsrätts-
föreningar

**Vi fixar det mesta inom
trädgård och markarbeten!**



Farmartjänst
HÖÖR

www.hoorsfarmartjanst.se info@hoorsfarmartjanst.se

Tel. 0413-242 72

 Höörsfarmartjänst

ICA Supermarket

Öppet 7-22 alla dagar



Friluftsvägen 14 | Höör | 0413 203 55





Vårt engagemang lönar sig. För dig.

Vi vet att en bostadsförsäljning är en av de viktigaste affärerna du gör i livet. Så när det är dags för dig att sälja, använder vi vår kunskap, erfarenhet och stora engagemang för att ge dig rätt betalt för din bostad. Och ett bättre utgångsläge till nästa.

Som medlem i SPF får du 15% rabatt på arvodet när du säljer din bostad genom oss. Bara uppge att du är medlem i samband med att förmedlingsuppdrag tecknas.



BJURFORS

HÖÖR | 0413-48 48 00 | Nya Torg 11

FRISKVÅRDSAKTIVITETER

Ta med ditt medlemskort när du ska delta i någon aktivitet.

Boule Måndagar, onsdagar och fredagar kl. 09.30 på Jeppavallen (året runt - om vädret tillåter)

Kontaktperson: Bo Malmgren 073–152 97 52

Bowling Fredagar kl. 15.00 bowlinghallen i Hörby med start 10 januari 2025.

Kontaktpersoner: Monica Bertilsson 070-623 60 80
Ingvar Mossblad 070-544 39 73

Vandringar Varje torsdag kl. 09.00 med start 27 mars 2025. Samling vid Kungshällan för vandringar i skog och mark. Ta med fika så pausar vi i det gröna.

Kontaktperson: Arne Nilsson 070-274 72 38

Vattengympa och bastu i Höörs Bad och Sportcentrum

Måndagar och onsdagar kl. 12.00 med start 13 och 15 januari 2025.

Kontaktperson: MajLis Persson 073-088 12 06

Vattengympa i Höörs Bad och Sportcentrum

Torsdagar kl. 14.00 med start 16 januari 2025.

Kontaktperson: Eva Nilsson 070-225 54 42

Träningsbridge

Torsdagar jämn vecka kl. 13.30-16.00 på Tvärgatan 2 med start 9 januari 2025.

Kontaktpersoner: Annika och Håkan Thimansson 070-367 92 02

Nya krafter och fler funktionärer är välkomna.

Kontakta friskvårdsansvarige Karl-Gustav Holmgren, tel. 070-550 31 79.

MEDLEMSAVGIFTEN

Medlemsavgiften för 2025 i SPF är 325 kronor. Vi har central uppbörd, och detta innebär att inbetalningsavi kommer från Förbundet i Stockholm. Har du frågor så kontakta någon i styrelsen. Du hittar våra namn, telefonnummer och emailadresser på sista sidan i Programhäftet.

Det är obligatoriskt att vara medlem för att få delta i någon av klubbens aktiviteter. Ta med ditt medlemskort när du deltar i någon aktivitet. Tänk på att du kan tjäna in medlemsavgiften genom att utnyttja SPF-rabatterna. Se nedan.

I medlemsavgiften ingår:

- **Rätt att delta i alla av föreningen anordnade aktiviteter**
- **SENIOREN** SPF: s egen tidning som innehåller information, debatter och reportage
- **Mötesförsäkring** som skyddar vid alla aktiviteter anordnade av föreningen

SPF:s frivilliga gruppörsäkringar:

Ny medlem får ett kostnadsfritt försäkringsskydd de tre första månaderna. Därefter kan de olika delarna tecknas var för sig och består av:

- **Livförsäkring** med anslutning inom tre månader efter inträde i SPF Seniorerna. Du måste ha fyllt 60 år men inte 70 år, under förutsättning att du inte tidigare varit medlem i SPF Seniorerna.
- **Olycksfallsförsäkring** som kan tecknas oberoende av ålder eller tidsramar.

SPF-RABATTER

Rabatt ges av följande butiker i Höör till samtliga medlemmar om du visar upp ditt medlemskort för aktuellt år:

Billingska Bokhandeln	10 % rabatt utom på presentkort och vykort
Blomsterverkstan	10 % rabatt
Colorama	15 % rabatt
Höors Hälsokost	10 % rabatt
Jysk	8 % rabatt <u>Uppge kundnummer 18979703</u>
Klinik Lillfot	Rabatt på behandling men inte presentkort eller hembesök
Klipphörnan	15 % rabatt på klippning hos Razija Beciovic
Korgcenter	10 % rabatt
Kreativa Blomster	10 % rabatt
Lager 23	10 % rabatt
Modehörnan	10 % rabatt
Popcorn damkläder	10 % rabatt
Stillton – House of Fashion	10 % rabatt



MEDLEMSKORT

Klipp ut och spara.

Uppvisas vid behov.

Medlemskort

2025

SENIORERNA

Namn: _____

Förening: _____



MEDLEMSKORT SPF

Uppvisas vid behov.



Studieförbundet
Vuxenskolan



Studieförbundet
Vuxenskolan

CIRKELDAGS SPF SENIORERNA UMGÄNGESDAGS

VILL DU

* FÅ NYA VÄNNER?

* VIDGA DINA VYER?

SPF Höör Klubb 72

2025

Sparbanken
Skåne



Studiecirklar

Välkommen att delta i SPF:s cirklar! Cirkarna genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Anmälan kan göras digitalt: Gå in på hemsidan, www.spfklubb72hoor.se. Välj studiecirklar, länk till anmälan finns under varje cirkel. Detta underlättar arbetet för studieombuden.

Anmälan kan också göras till våra studieombud
Inger Olsson tel 070-30 26 450 och
Ylva Sjölin tel 070-581 22 33.

Anmälan bör göras så snart som möjligt.

Anmälan är bindande. Vid anmälan anges namn, personnummer, telefonnummer och mailadress. Böcker, kopior samt övrigt material betalas av cirkeldeltagarna.

Alla cirkarna är på Tvärgatan 2, utom Linedance som är på Hälsoprofilen, Transportvägen 7 och Glada Sångarna som är på Kungshällan.

Anmälan till friskvårdsaktiviteter – se programbladet.

AVANCERAD MATLAGNING FÖR HERRAR

Vi lär oss att laga goda rätter från kokkonstens högre skola.

OBS: Kostnad ca 250 kr/gång för råvaror.

Tisdagar 17.00 – ca 21.00 den 18/2, 18/3 och den 22/4.

Cirkeln är tyvärr fulltecknad.

Ansvarig: Christer Olsson

BOKCIRKEL

Läsning av böcker som vi väljer tillsammans och diskuterar.

Varannan fredag 13.30 – 16.00. Start 17/1 – 25/4.

Ansvarig: Anita Fransson

Anmälan till Inger Olsson

CANASTA

Tycker du att det är roligt att spela canasta? Vi spelar på

tisdagar 2 – 3 ggr i månaden 13.00 – 18.00. Start 7/1 – 29/4.

Ansvariga: Ewa Malmström 0705-147173

Ann-Margret Persson 0700-921241

Anmälan till Inger Olsson

DATOR

Cirkeln avser att lösa de problem som kan uppstå vid dagligt bruk av dator. De flesta deltagare stöter på problem de inte kan lösa själva. Man kanske använder ett program man inte är helt bekant med eller söker en alternativ lösning. Vi vill hjälpa dig, vare sig du är nybörjare eller erfaren.

Varannan onsdag 09.30 – 12.00. Start för nybörjare 22/1.

Start för er som behöver hjälp att lösa problem 15/1.

Ansvarig: Gregers Moberg

Anmälan till Ylva Sjölin

ENGELSKA – fortsättning

Grundkunskaper krävs.

Varannan fredag 09.30 – 12.00. Start 17/1 – 11/4.

Ansvarig: Madeleine Olsson

Anmälan till Inger Olsson

FIENDEN

Sveriges relation till Ryssland från vikingatiden till i dag.

Varannan torsdag 13.30 – 16.00. Cirkeln är tyvärr fulltecknad.

Återkommer med startdatum.

Ansvarig: Karin Anderberg-Eskendahl.

FOTOBOK – online – vi hjälper dig att komma igång

Cirkeln vänder sig till dig som har (för) många bilder i datorn/surfplattan/smartphonen och tänkt att du skulle vilja göra en fotobok men inte riktigt vet hur du skall göra. Man kan göra fotobok i smartphone men det är lättare på en surfplatta eller i datorn. Medtag det som du vill jobba med. Max antal deltagare: 8.

Varannan onsdag 13.30 – 16.00. Start 12/2 – 9/4.

Ansvarig: Hans Larsson

Anmälan till Ylva Sjölin

FRISCHEN SIE IHR DEUTSCH AUF

Vill du friska upp dina kunskaper i att tala, läsa, förstå och lyssna på tyska så är du välkommen till denna cirkel.

Obs! Ej nybörjartyska.

Varannan onsdag 13.30 – 16.00. Start 12/2 – 9/4.

Ansvarig: Irene König

Anmälan till Inger Olsson

GLADA SÅNGARNA

Vi sjunger tillsammans på Kungshällan i Höör. Ni som är intresserade, kontakta Jan Johansson tel 0738-489533.

Tisdagar 09.30 – 11.30. Start: 21/1 – 29/4. Välkomna!

KAMERA & BILD

Vi lär oss ta bra foton, lite bildkomposition mm.

Varannan måndag 09.30 – 12.00. Start 13/1 – 19/5.

Ansvarig: Bertil Björk

Anmälan till Ylva Sjölin

LINEDANCE

Du tränar knopp, kropp och skrattnuskler när du dansar på linje till inlärld koreografi och till musik av skiftande karaktär bl.a. country.

Varje tisdag 13.00 – 14.30 på Hälsoprofilen, Transportv. 7.

Start: 28/1 – 1/4.

Ansvarig: Ulla Nilsson

Anmälan till Inger Olsson

LÄDERHANTVERK

Arbete med skinn och läder. Utstansade detaljer för t.ex.

plånbok eller börs mm finns för fortsatt bearbetning. Varannan onsdag 13.30 – 16.00. Start 22/1.

Ansvarig: Lars-Inge Åkesson

Anmälan till Ylva Sjölin

MÅLNING

Vi målar i olja, akryl, akvarell, tecknar, arbetar med lera eller använder någon annan teknik inom ramen av konst.

Varannan torsdag 09.30 – 12.00. Start 9/1 – 15/5.

Ansvarig: Åke Palm

Anmälan till Ylva Sjölin

SKÅNES HISTORIA: Borgar i Skåne

Varannan torsdag 09.30 – 12.00. Återkommer med startdatum.

Cirkeln är tyvärr fulltecknad.

Ansvarig: Karin Anderberg-Eskendahl

SLÄKTFORSKNING

Vi släktforskar tillsammans. Vi träffas, släktforskar tillsammans och hjälper varandra. För att delta krävs att du har grundläggande kunskap i släktforskning (förstår hur du söker i födelseböcker, dödböcker och husförhörlängder). Det krävs även grundläggande datorvana och en egen dator. Max antal deltagare är 12.

Start: Hösten 2025 - antal gånger inte bestämt ännu.

Ansvarig: Neta Hedberg.

Anmälan till Ylva Sjölin 070 581 22 33

SPANSKA GRUPP 1

Varje onsdag 09.30 – 12.00. Start: 8/1.

SPANSKA GRUPP 2

Varje fredag 09.30 – 12.00. Start: 10/1 – 28/3.

Ansvarig: Inga-Lill Wennborg

Anmälan till Inger Olsson

SVENSK MÅLTIDSHISTORIA: Den hemlige kocken

Vet vi vad vi äter egentligen? Såväl till vardags som till fest sätter vi aningslöst i oss mängder av tillsatser och substitut lurade av reklamens budskap om hemlagat och hälsosamt. Här får vi veta mer om vad råvarorna egentligen innehåller. Cirkeln är tyvärr fulltecknad. Varannan torsdag 09.30-12.00. Återkommer med startdatum.

Ansvarig: Karin Anderberg-Eskendal

SVERIGES HISTORIA

Fienden: Sveriges relation till Ryssland från vikingatiden till i dag.

Cirkeln är tyvärr fulltecknad.

Varannan torsdag 13.30 – 16.00. Återkommer med startdatum.

Ansvarig: Karin Anderberg-Eskendahl

TEXTILCIRKEL I HANDARBETE

Ta med vad du håller på med eller något ofärdigt ifrån gömmorna.

Genomgång av olika tekniker efter önskemål. Lär dig något helt nytt!

En del material finns till detta.

Varannan måndag 13.30 – 16.00. Start 27/1 – 7/4.

Ansvarig: Textillärare Helen Delin.

Anmälan till Inger Olsson

VIN – DRUVAN BAKOM VINET... fortsättning

Vi lär oss hur samma druva kan ge olika smak på vinet beroende på odlingsplats. Obs! Cirkeln är huvudsakligen teoretisk. Den är tyvärr fulltecknad.

Tisdagarna 4/2, 4/3 och 8/4.

Ansvarig: Christer Olsson

Anmälan görs till våra studieombud:

Inger Olsson, e-post: inger_nisse@telia.com

tel 070 – 30 26 450

Ylva Sjölin, e-post: ylvasjolin47@gmail.com

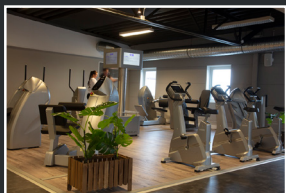
tel 0705 – 81 22 33



MÅNDAGAR	Kamera & bild BB Textilcirkel HD	fm u em u
TISDAGAR	Canasta Druvan bakom vinet CO Matlagning CO Linedance UN, Transportv 7 Glada sångarna, Kungshällan	em j+u kv kv em j+u fm j+u
ONSDAGAR	Dator GM nybörjare problemlösn Fotobok HL Frischen Sie...IK Läderhantverk L-IÅ Släktforskning NH ht 25 Spanska gr 1 IW	fm u fm j em u em u em j fm j fm j+u
TORSDAGAR	Bridge, övning HT Målning ÅP Skånes historia KA-E Sveriges historia KA-E Fienden KA-E Den hemlige kocken	em j fm j fm u em u em j fm j
FREDAGAR	Engelska forts MO Bokcirkel AF Spanska gr 2 IW	fm u em u fm j+u



HÄLSOPROFILEN



Hälsoprofilen är en familjär träningsklubb med hälsa, trivsel och välmående i fokus.

Vi erbjuder ett brett utbud av träningsmöjligheter fr. Gym, gruppträning, senioranpassad träning i grupp, Milon, spinning, utomhusträning och stora ytor för socialt umgänge där det bjuds på kaffe och frukost.

Vårt mål är att spela en viktig roll i att hjälpa invånarna att träna och leva ett friskt och hälsosamt liv men också att vara en viktig mötesplats där vi blir en del av våra medlemmars vardag!

Vi finns även på orterna: Hässleholm, Hörby, Sösdala, Tyringe, Perstorp och Malmö.

Som medlem i SPF tränar du med **20% rabatt** vid tecknande av 6 eller 12 månaders medlemskap under 2025!
Kontakta oss på info@halsoprofilen.com för mer information eller för att ta del av erbjudandet.

Transportvägen 7 Höör | Epost: Info@halsoprofilen.com

Ordförande	Ann-Margret Nordbeck Klockarevägen 9, 243 31 Höör ampan@live.com	073-800 25 57
Vice ordförande	Hans Larsson Jon Nils väg 10, 243 32 Höör hansblarsson@gmail.com	070-926 88 33
Sekreterare	Håkan Järvelid Lodjurstigen 62, 243 32 Höör h.jarvelid@gmail.com	073-679 56 39
Kassör	Eva Svensson Zefyrvägen 7, 242 71 Ludvigsborg eva.lb.svensson@telia.com	070-859 26 24
Vice kassör	Inger Sjögren Möllebacken 2B, 243 30 Höör Ingersjogren2010@hotmail.com	070-798 87 29
Medlemsansvarig	Peter Löfqvist Munkarpsvägen 17, 243 32 Höör pemalof@hotmail.com	070-511 65 65
Friskvårdsansvarig	Karl-Gustav Holmgren Möllevägen 26, 243 36 Höör kgholmgren@hotmail.com	070-550 31 79
Webbansvarig	Iréne König Jon Nils väg 10, 243 32 Höör irenekonig50@gmail.com	070-234 87 98
Studieombud	Ylva Sjölin Höganäsvägen 12, 243 34 Höör ylvasjolin47@gmail.com	070-581 22 33