

## Januari

### **Tisdag den 10 januari - Månadsmöte – Kaffets väg från böna till kopp**

Vi skandinaver konsumerar mest kaffe per person i hela världen. Ändå vet vi väldigt lite om vad det är vi dricker. Seniorbolagets regionchef Jan Cederquist har gjort en spännande film där vi får följa bönans väg från bär till brygd för att förstå varför vi älskar denna brygd. Självklart kommer Jan även att berätta lite om tillkomsten av filmen.



**Tid:** Tisdag 10 jan kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården.  
**Pris:** 60 kr inkl. fika. Kontant betalning, gärna jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

---

### **Fredag den 20 januari - After Work - på Bonarelli**

Vi träffas fredagen den 20 januari på Restaurang Bonarelli, Huskvarnavägen 48.  
Busshållplats: Rosenlundsbadet/Rosenlunds torg

**Tid:** Fredag den 20 januari kl. 17.00 på Bonarelli  
**Pris:** 95 kr buffé inkl. lättdryck. 100 kr inkl. vin/öl.  
Betalas direkt till restaurangen

**Anmälan:** Senast den 13 januari till  
Lilian Mattsson, 0702-701 716 eller  
[lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)



---

### **Tisdag den 24 januari - Happening i Lena-Maria Klingvalls butik**

Lena-Maria, som föddes utan armar och ben, inleder med ca en timmes framträdande då hon sjunger och berättar. Därefter är det fika med te, kaffe, vatten och kaffebröd & frukt. Sedan får den som vill shoppa med 10% rabatt.



**Tid:** Tisdag 24 jan kl. 14.00  
**Plats:** Östra Storgatan 52  
**Pris:** 100 kr inkl. fika. Kontant betalning, gärna jämna pengar

**Anmälan:** Senast den 17 januari till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter den 17 januari

## **Fredag den 27 januari - Öppen repetition på Spira**

En symfonikonsert föregås av många timmars övningar och repetitioner. Detta arbete kan du som besökare ta del av. Kom och var med när Jönköpings Sinfonietta repeterar. Ett annorlunda och nära sätt att möta musiker och dirigent. Under repetitionen kan du smyga in och ut som du vill när dörrarna till Konsertsalen står öppna! Man repeterar inför uruppförandet av En katt bland hermelinerna, en konsert för sopransaxofon av Jörgen Dafgård. I samband med repetitionen äter vi gemensam lunch i restaurangen.

**Tid:** Fredag den 27 jan kl. 11.30  
**Plats:** Kulturhuset Spira  
**Pris:** Fri entré. Pris för gemensam lunch 95 kr betalas direkt till restaurangen

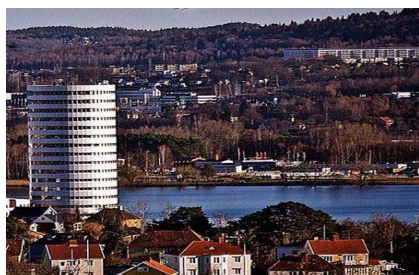
**Anmälan:** För deltagande i gemensam lunch senast den 20 januari till Lilian Mattsson, 0702-701 716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)



## **Februari**

### **Torsdag den 2 februari - Lunch i "toarullen"**

I Jönköpings nya landmärke, den s.k. "toarullen" vid södra Munksjön ligger Restaurang VY. Restaurangen ligger i entréplan, vetter mot Munksjön, har fönster från golv till tak och präglas av skandinavisk design. Skybaren ligger högst upp på 16 våningen, på 64 meters höjd, med en vidunderlig utsikt över vår vackra stad med sjöarna. Vi äter lunch i restaurangen och dricker kaffe på maten i Skybaren.



**Tid:** Torsdag 2 febr kl. 12.30  
**Plats:** Samling utanför entrén  
**Pris:** 95kr som betalas direkt till restaurangen.

**Anmälan:** senast den 26 januari till Lilian Mattsson, 0702-701 716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter 26 januari  
**OBS!** Begränsat antal deltagare!!

### **Onsdag den 8 februari - Temamöte - Det du trodde du visste, men inte visste**

Välkommen till vårens första temamöte som handlar om **att vara konsument**.

Vi får besök av Konsumentrådgivningen i Jönköping och lokalpolisen i Södra Vätterbygden.

Konsumentrådgivningsquiz om aktuella konsumentproblem - Fina priser!

Kommande temamöten den 8 mars med tema Vad händer i kroppen efter femtio? och den 5 april tema Äldre frågor ur olika perspektiv

**Tid:** Onsdag den 8 febr kl. 14.00  
**Plats:** Studieförbundet Vuxenskolan, Husqvarnavägen 40. Busshållplats, Rosenlunds Torg  
**Pris:** 30 kr inkl. pausfika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** senast den 3 febr till Birgitta Dehle, 0703-320 460 eller [b.dele@outlook.com](mailto:b.dele@outlook.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum



## Tisdag den 14 februari - Årsmöte

Vi börjar med sedvanliga årsmötesförhandlingar och därefter blir det underhållning av **Klavertrampet**  
Vi avrundar så klart med lottdragning och gemensam fika.



**Tid:** Tisdag 14 febr kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika. Kontant betalning, gärna jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

---

## Onsdag den 22 februari - After Work

Vi samlas på någon av stadens mindre pubar för att umgås, dricka och äta en bit mat. Finns möjlighet så tar vi kanske en omgång Dart eller Shuffleboard.

**Tid:** Onsdag den 22 febr kl. 16.00  
**Plats:** Information kommer  
**Pris:** Självkostnad, var och en betalar för sig

**Anmälan:** senast den 17 febr till  
Olle Burström, 070-220 54 77 eller  
[olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter 16 februari



---

## Torsdag den 23 februari - Räddningstjänsten lunch och studiebesök

Vi börjar med lunch på Bonarelli kl. 13.00. Sedan tar vi en kort promenad till Räddningstjänsten strax intill. Studiebesöket kommer inte bara att handla om brandsäkerhet och operativa insatser vid bränder och olyckor. En viktig del i verksamheten är förebyggande arbete t ex suicidprevention och risksäkerhet i fysisk planering, IVPA (= i väntan på ambulans), Räddsam F och samverkan med sjukvård, polis och Länsstyrelse vid risk för eller inträffad allvarlig händelse här eller utanför vårt område



**Tid:** Torsdag 23 febr kl. 13.00  
**Plats:** Samling utanför restaurang Bonarelli, Huskvarnavägen  
**Pris:** 120 kr inkl. lunch. Kontant betalning, jämna pengar!

**Anmälan:** senast den 16 febr till Ulla Ekvall, [ulla.ekvall@telia.com](mailto:ulla.ekvall@telia.com).  
Anmälan är bindande efter 16 februari  
OBS! Begränsat antal deltagare!!

## Mars

### **Fredag den 3 mars - Kvällsfest – Partytime!**

Denna kväll ska vi förlusta oss och ha trevligt. Vi serveras en god maträtt inklusive ett glas öl/vin. Senare på kvällen får vi storartad underhållning av en komplett orkester som spelar upp till dans om vi så vill eller om vi bara vill sitta och njuta av det härliga ljudet från en Hammond orgel.



**Tid:** Fredag den 3 mars kl. 18.00  
**Plats:** Senioreernas Hus  
**Pris:** Entré 200 kr inkl. mat och underhållning

**Anmälan:** senast den 27 februari till Olle Burström,  
070-220 54 77 eller [olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter 27 februari

---

### **Onsdag den 8 mars - Temamöte - Det du trodde du visste ...**

#### **Vad händer i kroppen efter femtio?**

Marie Ernsth Bravell, docent vid institutet för gerontologi vid Hälsohögskolan berättar och vi får naturligtvis möjlighet att ställa alla frågor kring detta ämne. Välkommen till vårens andra temamöte.

Kommande temamöte den 5 april tema Äldre frågor ur olika perspektiv

**Tid:** Onsdag den 8 mars kl. 14.00  
**Plats:** Studieförbundet Vuxenskolan,  
Huskvarnavägen 40.  
Busshållplats, Rosenlunds Torg  
**Pris:** 30 kr inkl. pausfika.  
Kontant betalning med jämna pengar

**Anmälan:** senast den 3 mars till Birgitta Dehle,  
0703-320 460 eller [b.dele@outlook.com](mailto:b.dele@outlook.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum



---

### **Tisdag den 14 mars - Månadsmöte – Vision Södra Jönköping**

Nu byggs en helt ny stadsdel i Jönköping – inte i utkanten utan mitt i stan. Grunden är en bortglömd strandremsa och en 150-årig industrihistoria, vars röda tegelstenar fylls på med nytt liv och ny arkitektur. Det gamla bruket tas i bruk på riktigt. Man både kastar loss och lägger till på samma gång. Jenny Lagström, marknadskommunikatör vid Södra Munksjön Utvecklings AB, berättar om den kommande utvecklingen.



**Tid:** Tisdag 14 mars kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården.  
**Pris:** 60 kr inkl. fika. Kontant betalning, gärna jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs



## **Torsdag den 23 mars - IKEAS s lager i Torsvik**

Byggnaden rymmer Ikeas Distributionslager och är den största sammanhängande av bolagets logistiktor. Vi får en spännande guidning i den automatiserade hanteringen av allt som kommer ut och in i detta gigantiska lager. Vi börjar resan med en gemensam lunch på Hotell Taberg.

- Tid:** Torsdag den 23 mars kl. 11.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården för samåkning med egna bilar (5kr/mil och passagerare)  
**Pris:** 120 kr inkl. lunch. Kontant betalning.
- Anmälan:** senast den 15 mars till Bengan, 036-37 81 92 eller [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningdatum



## **Tisdag den 28 mars - Teater La Paloma**

Succéföreställningen från 2015 är tillbaka! Tage (spelas av Hans Mosesson, ICA-Stig) är 84 år gammal och bor på ett äldreboende. En dag bryts det invanda vardagsmönstret när han inte längre väcks av Eva-Britt, utan Yasmina. Hon står där, insvept i sjal och ögonblickligen inlindad i Tages främlingsfientlighet.



- Tid:** Tisdag den 28 mars kl. 19.00  
**Plats:** Kulturhuset Spira  
**Pris:** 180 kr

- Anmälan:** senast den 10 januari till Lilian Mattsson, 0702-701 716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
**OBS!** Betalning ska ha inkommit till SPF Seniorerna Jönköping Öster senast 11 jan 2017. Plusgiro 358576-7. Glöm inte ange ditt namn!

## **Fredag den 31 mars - Öppen repetition på Spira**

En symfonikonsert föregås av många timmars övningar och repetitioner. Detta arbete kan du som besökare ta del av. Kom och var med när Jönköpings Sinfonietta repeterar. Ett annorlunda och nära sätt att möta musiker och dirigent. Under repetitionen kan du smyga in och ut som du vill när dörrarna till Konsertsalen står öppna! Man repeterar inför konserten Fem S i leken, Sinfoniettan under ledning av dirigenten Samuli Örnströmer spelar klassiska verk av Sibelius, Staern och Stravinsky. I samband med repetitionen äter vi gemensam lunch i restaurangen.

- Tid:** Fredag den 31 mars kl. 11.30  
**Plats:** Kulturhuset Spira  
**Pris:** Fri entré. Pris för gemensam lunch 95 kr som betalas direkt till restaurangen

- Anmälan:** För deltagande i gemensam lunch senast den 24 mars till Lilian Mattsson, 0702-701 716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)



## April

### **Onsdag den 5 april - Temamöte - Det du trodde du visste....**

Välkommen till vårens tredje temamöte som handlar om Äldre frågor ur olika perspektiv.



- Tid:** Onsdag den 5 april kl. 14.00  
**Plats:** Studieförbundet Vuxenskolan,  
Huskvarnavägen 40. Rosenlunds Torg  
**Pris:** 30 kr inkl. pausfika. Kontant betalning och gärna med jämna pengar  
**Anmälan:** senast 31 mars till Birgitta Dehle, 0703-320 460 eller [b.dele@outlook.com](mailto:b.dele@outlook.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum

---

### **Tisdag den 11 april - Månadsmöte – seniorshoppen**

Vårens och sommarens dam- och herrmode visas av våra egna eleganta modeller.

- Tid:** Tisdag 11 april kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården.  
**Pris:** 60 kr inkl. fika. Kontant betalning, gärna jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs



---

### **Torsdag den 20 april - Afternoon Tea - Café Lustfyllt**

Vi samåker till Café Lustfyllt i Habo för att avnjuta Afternoon Tea. Miljön är fantastisk och man kan från första parkett följa sjön och årstidernas skiftningar.



- Tid:** Torsdag den 20 april kl. 14.00 för samåkning med egna bilar  
**Plats:** Samling vid Lindgården.  
**Pris:** Självkostnad. Betalning direkt till Lustfyllt. Kort eller kontant betalning, 5kr/mil och passagerare betalas till förare.  
**Anmälan:** senast den 13 april till Ulla Ekvall, [ulla.ekvall@telia.com](mailto:ulla.ekvall@telia.com)  
Anmälan är bindande efter 18 april

**OBS!** Tiderna är preliminära. Besked efter 17 januari.

## **Torsdag den 27 april - Husqvarna museum**

Vi besöker Husqvarna Museum som öppnades den 27 april 1993. Vi börjar med lunch på Stockmakaren kl. 13.00. Sedan tar vi oss till Fabriksmuseet för en visning med Lennart Lindberg som vår guide. Han kommer att berätta om Husqvarnas tillverkning genom tiderna från bössor till dagens avancerade produkter.

**Tid:** Torsdag den 27 april kl. 12.45  
**Plats:** Samling vid Lindgården för samåkning med egna bilar  
**Pris:** 120 kr inkl. lunch och guidning.  
Kontant betalning, gärna jämna pengar.  
5kr/mil och passagerare betalas till förare  
**Anmälan:** senast den 20 april till  
Mari-Ann Josefsson, 070-518 03 13 eller  
[mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter 20 april



## **Maj**

### **Torsdag den 4 maj - Flygvapenmuseet i Linköping**

Flygvapenmuseum är ett modernt teknik- och kulturhistoriskt museum med utställningar om militärflygets utveckling från det tidiga 1900-talets pionjärer fram till dagens JAS 39 Gripen. Här finns en unik samling flygplan, varav många enbart kan ses på Flygvapenmuseum. Det kanske mest spektakulära föremålet i samlingarna är den svenska DC-3:a som sköts ned av sovjetiskt jaktflyg 1952.



**Tid:** Torsdag den 4 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården för samåkning. Ange vid anmälan om du har plats i bilen eller vill samåka  
**Pris:** 120 kr/person inklusive lunch och audioguide. Kontant betalning, gärna jämna pengar.  
5kr/mil betalas till förare  
**Anmälan:** senast den 24 april till Olle Burström, 070-220 54 77 eller  
[olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter 24 april

## **PRELIMINÄRTT**

### **Måndag den 8 maj - Besök Riksdagshuset**

Vi gör en heldagsresa med buss till vår huvudstad Stockholm för ett intressant besök i Riksdagshuset. Vi får en visning av lokaliteterna och förhoppningsvis också en beskrivning av arbetet i riksdagen. En gemensam lunch kommer att ordnas antingen i riksdagshuset eller på annat ställe i närheten.



**Tid:** Måndag den 8 maj kl. 07.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården.  
**Pris:** **Vi återkommer med pris för detta!**  
Lunch betalas av var och en.  
Betalning av transport måste ske i förskott  
**Anmälan:** senast den 15 april till Bengan, 036-37 81 92  
eller [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum

## **Tisdag den 9 maj - Månadsmöte – Cantonerna sjunger för oss**

En SPF-kör från Anderstorp kommer upp för att glädja oss med skön körsång. Hoppas de "kan tonerna" då ☺

**Tid:** Tisdag den 9 maj | 14.30  
**Plats:** Lindgården.  
**Pris:** 60 kr inklusive fika. Kontant betalning, gärna jämna pengar.  
**Anmälan:** Ingen anmälan behövs



---

## **Söndag den 14 maj – Hyllningskonsert till Ella Fitzgerald**

Jönköpings Storband och Orkesterföreningens stråkar möts igen, nu tillsammans med gräddan av Jönköpings jazzsångerskor i en hyllningskonsert till Ella Fitzgerald, som skulle ha fyllt 100 år 2017.



**Tid:** Söndag 14 maj kl. 18.00  
**Plats:** Konsertsalen, Spira  
**Pris:** 200 kr/person vid minst 20 anmälda, annars 290 kr/person  
**Anmälan:** senast den 21 maj Lilian Mattsson, 0702-701 716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter 21 april  
**Betalning ska ha inkommit till SPF Seniorerna Jönköping Öster senast 25 april 2017.**  
**Plusgiro 358576-7. Glöm inte ange ditt namn!**

---

## **Torsdag den 18 maj - Stadsvandring**

Välkommen till en guidad stadsvandring i centrala Jönköping med SPF Seniorerna Öster och Lena Andersson. Vandringen avslutas med gemensam lunch.



**Tid:** Torsdag den 18 maj kl. 12.00  
**Plats:** Vi träffas på Hovrättstorget.  
**Pris:** 120 kr/person inklusive lunch och guide. Kontant betalning, gärna jämna pengar  
**Anmälan:** senast den 11 maj till Mari-Ann Josefsson, 070-518 03 13 eller [mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter 11 maj



## Tisdag den 23 maj - Vinprovning

Vet du vad bouquet, vinets ben och proveniens är för något? Vill du lära dig mer om hur du bäst avnjuter ett vin, eller vilka viner som passar till olika maträtter? Vi provar 4 ekologiska viner, två röda och två vita under ledning av vinkännaren Leif Wiberg från Munskänkarna. Efter provningen äter vi en bit mat tillsammans.

**Tid:** Tisdag den 23 maj kl. 16.00  
**Plats:** Seniorernas hus i lokalen "Gränna"  
**Pris:** 200 kr/person inkl. enklare förtäring  
Kontant betalning, gärna jämna pengar.

**Anmälan:** senast den 16 maj till  
Jan-Olof Svensson, 0735-32 67 20  
eller [jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)  
Anmälan är bindande efter den 21 maj  
**Obs!** Begränsat antal



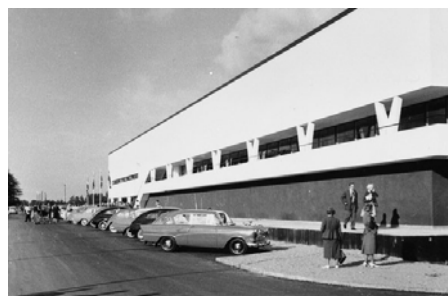
## Juni

### Torsdag den 8 juni - Besök IKEAS Museum i Älmhult

Vi gör en tidsresa från dåtid till nutid. Vi får uppleva berättelsen från starten i Älmhult och vidare ut i världen. En heldagsutflykt där vi åker gemensamt med buss

**Tid:** Torsdag den 8 juni kl. 09.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården  
**Pris:** **OBS!** Vi återkommer med pris för detta!  
Priset blir inkl. lunch och bussresa  
Betalning måste ske i förskott

**Anmälan:** senast den 25 maj till Bengan, 036-37 81 92  
eller [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum



### Tisdag den 13 juni - Månadsmöte - Hur känns det att störta med ett stridsflygplan?

En erfaren stridspilot i Svenska flygvapnet berättar om hur det känns att flyga ett stridsflygplan. Hur är det att flyga 5 meter från en kompis i överljuds fart och inte minst, hur känns det att krascha med ett stridsflygplan. Det här kan nog bli en av vårens mest intressanta och spännande föreläsningar.



**Tid:** Tisdag den 13 juni kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika. Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

## Juli

### Torsdag den 6 juli – Jordgubbstårta i Bönared

Vi gör en utflykt med egna bilar till Bönared, där vi dricker kaffe och äter jordgubbstårta hos Bjurbäcks hembygdsförening.

- Tid:** Torsdag den 6 juli kl. 14.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården för samåkning.  
Ange vid anmälan om du har plats i bilen eller vill samåka.  
**Pris:** Var och en betalar sin fika  
Samåkning 5kr/mil betalas till förare  
**Anmälan:** senast den 29 juni till Bengan, 036-37 81 92  
eller [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)  
Efter den 29 juni är anmälan bindande.



---

### Torsdag den 20 juli - Rosariet

Vi besöker rosariet, beläget i gammal kulturmiljö. Stadsträdgårdsmästare Lennart Angselius berättar om de mängder av vackra rosor, men också exotiska träd och planteringar med perenner som finns här. Det finns omkring 500 olika rossorter och med den nyligen renoverade Rosenlunds Herrgård utgör denna plats en verklig oas i Jönköping.



- Tid:** Torsdag den 20 juli kl. 10.00  
**Plats:** Samling vid entré till Rosenlunds Herrgård.  
**Pris:** 100 kr/person inkl. fika och guide. Kontant betalning, gärna jämna pengar.  
**Anmälan:** senast den 13 juli till  
Jan-Olof Svensson, 0735-32 67 20  
eller [jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)  
Anmälan är bindande efter 19 juli

---

### Arrangemangen genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

- Betalning:** kontant, om inte annat anges, och gärna med jämna pengar.  
**OBS!** Sedlar och mynt som blir ogiltiga efter den 30 juni 2017 tas inte emot efter den 31 maj
- Anmälan:** till samtliga programpunkter utom månadsmöten, kan alltid göras till Lilian Mattsson,  
0702-701 716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)
- Begränsning** På de flesta studiebesöken, utflykter samt temamöten är deltagarantalet begränsat
- Bindande** Anmälningar efter sista anmälningsdatum är bindande vilket innebär att betalning är obligatorisk

## Din trivsel - vårt

**SENIORERNA** Jönköping Öster