Alltid mer och aktuell info på www.spfseniorerna.se/skovdeelin

## Studiecirklar forts.

**Tai Chi Bas – för bättre balans**
Långsamma, flyttande qigongrörelser som ger oss bättre balans vid regelbunden träning. **OBS**! Det går även att träna sittandes för de som har problem med att stå. Vi träffas vid 8 tillfällen, onsdagar på Galathea kl.10.00-10.45, start 9 sept. Även torsdagar på distans via Zoom kl.11.00-11.45, start 10 sept. Anmälan till Myra Lehmann, 070 549 36 02 eller myralehmann@outlook.com. På sommaren träffas vi och tränar i Rhododendrondalen.

**Tai Chi fortsättning – för bättre balans**
För den som tidigare tränat tai chi och vill lära sig nya avslappnande och lugna tilläggsrörelser. Vi träffas vid 8 tillfällen, torsdagar på distans via Zoom kl. 09.30 -10.45, start 10 sept. Anmälan till Myra Lehmann, 070 549 36 02 eller myralehmann@outlook.com. På sommaren träffas vi och tränar i Rhododendrondalen.

**Nytt! Balansgång**
För den som vill träna balans utan att lära sig tai chi. Med långsamma steg där betoning läggs på kroppsöverföring som ger bättre balans. Vi träffas vid 8 tillfällen, onsdagar på Galathea kl.11.00-11.45, start 9 sept. Anmälan till Myra Lehmann, 070 549 36 02 eller myralehmann@outlook.com.

## Kommunala pensionärsrådet i Skövde (KPR)

Elin's representant är Wivianne Johansson 070 259 44 55.

**Äldrepolitiska gruppen**
Göra kommunala äldrepolitiska frågor synliga för politiker
Ledare Wivianne Johansson, 070 259 44 55.

## SPF Seniorerna Elins styrelse och vissa funktionärer

| | | | |
|---|---|---|---|
| Ordförande | Wivianne Johansson | 070 259 44 55 | johansson.wivianne@gmail.com |
| Kassör | Kerstin Johansson | 070 226 35 41 | kjohan22@live.se |
| Sekreterare, vice ordförande | Gunnar Hedberg | 070 653 27 77 | toguhed@gmail.com |
| Ledamot | Erna Jangenfelt | 070 215 44 05 | ernajangenfelt@gmail.com |
| Ledamot | Ewa Wettergren Westh | 070 947 28 28 | ewa@aw-konsult.se |
| Ledamot | Gunnel Johansson | 073 427 02 56 | gunnlub@gmail.com |
| Ledamot, vice sekreterare | Elisabeth Carlbo | 070 815 49 31 | elisabeth.carlbo@gmail.com |

| | | |
|---|---|---|
| Aktivitets-kommitté | Ann Beutler 073 022 20 61 | bessie_80@hotmail.com |
| | Brittmarie Ödman 073 325 46 55 | bri.odm@hotmail.se |
| | Gunnar Levin 076 185 45 51 | gunnar.c.levin@gmail.com |
| | Kent Gustavsson 076 812 70 45 | kengu49@hotmail.com |
| | Chatarina Samuelsson 070 642 56 45 | chatsam75@gmail.com |
| | Inger Levin 072 336 31 70 | inger.levin@gmail.com |
| Hälsoombud | ? | |
| Försäkringsrådgivare | Rune Eriksson 070 848 85 40 | eriksbri@telia.com |

| | | |
|---|---|---|
| Ledare arbetslag 1 | Eva Brodén 070 482 28 25 | eva.broden@outlook.com |
| Ledare arbetslag 2 | Ewa Johansson 070 744 70 01 | ewamljohansson@gmail.com |
| Ledare arbetslag 3 | Elvy Bladh 070 956 23 96 | elvy.bladh@bahnhof.se |
| Ledare arbetslag 4 | Ann-Kristin Andersson 070 549 98 19 | annkristinandersson58@gmail.com |

| | | |
|---|---|---|
| Ordf. valberedning | Rune Kjernald 073 396 01 30 | rune@kjernald.se |

# SPF SENIORERNA Elin Skövde

# Höstprogram 2026



SPF Seniorerna ELIN:s program erbjuder gemenskap, underhållning, nya kunskaper och insikter samt motionsaktiviteter - ofta i kombination. I ELIN lägger vi särskild vikt vid att göra det möjligt att lära känna nya vänner och skapa en gemenskap som stärker vår trygghet. Vid våra träffar äter vi en måltid tillsammans som ger tid för samtal och umgänge. I våra motionsaktiviteter är prat och diskussioner lika viktiga som den fysiska aktiviteten. Kunskaper ska ge nytta och nöje och hjälpa oss att följa med i det samhälle som ständigt utvecklas och förändras.

Studieförbundet Vuxenskolan

## Medlemsmöten

Medlemsmöten hålles i Finnhovi, Skåningstorpsvägen 2 och börjar normalt kl 13.00.

**Bindande anmälan senast söndagen före mötet. Avanmälan kan göras senast söndag.** Om anmälan inte bekräftas, ring! Entré 120 kr om inte annat anges.

Alltid lunchmat, underhållning/föreläsning, föreningsinformation och populärt lotteri.

Onsdag 12 aug. **Monica Robertson – Robertson tolkar Robertson**
Anmälan till Inger Levin
inger.levin@gmail.com / 072 336 31 70 (AL1)

Onsdag 2 sept. **Specialistläkare Edzia Koch – Att möta åldrandets utmaningar**
Anmälan till Ann Beutler
bessie_80@hotmail.com / 073 022 20 61 (AL 2)

Onsdag 23 sept. **Peder Sveder och sonen Henrik spelar Eddie Meduza för oss**
Anmälan till Inger Levin
inger.levin@gmail.com / 072 336 31 70 (AL 3)

Onsdag 14 okt. **Anna Jett – Klassiska hits och country-favoriter- en nostalgiresa**
Anmälan till Kent Gustavsson
kengu49@hotmail.com / 076 812 70 45 (AL 4)

Onsdag 4 nov. **Förre stadsarkitekten Claes Waxberg – om Skövde förr och nu**
Anmälan till Brittmarie Ödman
bri.odm@hotmail.se / 073 325 46 55 (AL 3)

Postadress: c/o Wivianne Johansson, Helenius Gata 67, 549 51 Skövde
Tel. 070 259 44 55. E-post: elinskovde@spfseniorerna.se
Hemsida:spfseniorerna.se/skovdeelin
Bankgiro 496-6636 (OBS! Ej medlemsavgift!) Swish-nr:123 520 86 65

**Utg. 03 260920**

Onsdag 25 nov. **Ramondo Trollkonstnär – Ett gott skratt förlänger livet**
Anmälan till Kent Gustavsson
kengu49@hotmail.com / 076 812 70 45 (AL 2)

Onsdag 16 dec. **Lasse Lee Eriksson – Skövdes okrönte rockkung**
Anmälan till Ann Beutler
bessie_80@hotmail.com / 073 022 20 61 (AL 1)

## Motion mm

**Cykelturer med kultur** Info Gunnar Hedberg 070 653 27 77
**Promenader (lite längre)** Info Ulla Larsson 070 540 17 52
Gunnel Lindvall 070 272 26 01
**Promenader (kortare)** Info Rigmor Jernström 070 303 95 02
**Bowling** Info Jan Eric Fasth 070 824 99 23 (SPF Skövde)
**Boule** Info Ann-Lis Svensson 070 635 25 64

## Kortspel

**Sambacanasta**
Du som önskar spela sambacanasta är välkommen att göra detta hos SPF Seniorerna Skövde som spelar på Galathea onsdagar kl 13.30 – 17.00. Kontaktperson Carin Hilmersson 070-609 53 97.

**Bridge**
Du som önskar spela bridge är välkommen att göra detta hos SPF Seniorerna Skövde som spelar på Galathea fredagar kl 13.30 – 17.00.Kontaktperson Annica Lätt 070 846 18 76.

## Veteranvetar-tävling

ELIN har xx lag i säsongens tävling 26/27.
Info Gunnar Hedberg 070 653 27 77.

## Fler aktiviteter under hösten:

**Elinresa** Musikresa till Sven Ingvars Värmland med Lilla Bandet den 7 sep. Sista anmälans- och betalningsdag är 7 aug. Mer information om resan finns under Aktiviteter – Resor på Elins hemsida.

**PUB-afton** PUB-quiz xx oktober kl. 17.00. Inbjudan kommer.

**Studiebesök/ resa** Resa till Vänerns pärla Mariestad med Västtrafik onsdag 16 sept.

## Studiecirklar hösten 2026

**Anmälan** till alla studiecirklar görs till respektive cirkelledare, om inte annat anges i beskrivningen av cirkeln. Lokal hos Studieförbundet Vuxenskolan, Rådmansgatan 24, 1 tr. i Skövde, om inte annat anges. Mer information om cirklarna finns på hemsidan och kan fås från cirkelledarna.
Har du frågor eller önskemål, kontakta studieombud Ewa Wettergren Westh 070 947 28 28.

**Bokcirkel 1**
Start: Torsdag 17 september kl.14.00
Datum och tid: Torsdagar 17 sept., 15 okt., 12 nov., 10 dec., kl.14.00
Cirkelledare och information:
Anna-Karin Hyltén, 079 313 40 01, annacarinhylten@gmail.com

**Bokcirkel 2**
Start: Tisdag 8 september kl.14.00.
Datum och tid: Tisdagar 8 sept., 13 okt., 10 nov., 8 dec. kl. 14.00
Cirkelledare och information:
Irenes Granberg, 076 878 49 66, irenes.granberg@gmail.com

**Kreativa kvinnor**
Textilt skapande i olika former.
Start: Onsdag 19 augusti kl. 09.30 – 12.00
Datum och tid: Onsdagar 19 aug., 26 aug., 9 sept., 16 sept., 30 sept., 7 okt., 21 okt., 28 okt., 11 nov., 18 nov. kl. 09.30 – 12.00
Cirkelledare och information:
Inger Ljungqvist, 070 364 56 10, ingerlj@live.se

**Aktiva herrar**
Deltagarna bestämmer själva, allt efter egna intressen, vilka aktiviteter som skall genomföras.
Start: Måndag 7 september och därefter första måndagen i varje månad, om inte annan tid eller dag bestämmes.
Samlingsplats: Lidl i Skövde. Tidpunkt, se inbjudan!
Cirkelledare och information;
Börje Reimertson, 070 260 00 47, borje.reimertson@telia.com
Kenth Brilkman, 076 201 63 76, kbrilkman@hotmail.com

**Hemberedskap**
Bli krisberedd och lär dig hemberedskap!
Start: Tisdag 20 oktober kl.14.00 -16.30.
Datum och tid: Tisdagar 20 okt., 27 okt., 3 nov., 17 nov., 24 nov. kl.14.00–16.30
Obs! Det är uppehåll tisdag 10 november!
Cirkelledare och anmälan:
Elisabeth Carlbo, 070 815 49 31, elisabeth.carlbo@gmail.com eller till
Karin Hult, 070 560 54 98, karin.maria.hult@gmail.com

**Vardagsjuridik med familjerätt**
Start: Måndag 28 september kl.09.30 – 12.00.
Datum och tid: Måndagar 28 sept., 5 okt., 19 okt., 26 okt. kl. 09.30 – 12.00
Cirkelledare och anmälan:
Gunnar Hedberg, 070 653 27 77, toguhed@gmail.com

**Lär dig använda AI i vardagen**
Start: Onsdag 9 september kl.13.00 – 15.30
Datum och tid: Onsdagar 9 sept., 16 sept., 7 okt., 21 okt. kl. 13.00 – 15.30
Ta med din dator, surfplatta eller smartphone!
Ingen deltagaravgift, men däremot fikakostnad 10 kr/tillfälle
Cirkelledare och anmälan:
Karl-Gustav Larsson, 073 920 77 16, karl-gustav.larsson@outlook.com

**Vinprovning** Info Guje Schneider 073 200 00 92. Cirkeln är fulltecknad! Fler ledare behövs! Guje bistår med råd och tips till nya ledare.

**Utg. 03 260920**