



Kärnan
Helsingborg

programblad våren 2024

Kära medlemmar i SPF Kärnan,

Tiden rusar iväg och det är åter dags att distribuera ett nytt program, denna gång för våren 2024. Vi, styrelsen i föreningen och Programgruppen, hoppas att du ska tycka programmet är intressant och att du hittar en aktivitet som passar just dig. Vi kommer att hålla till i lite olika lokaler, ha därför lite koll på var våra möten går av stapeln.

Under hösten som gått har vi bl a fått berättat för oss om "Änglamakerskan", en mörk del av Helsingborgs historia, vi har lärt känna familjen Trapp som gett helsingborgarna en plats för rekreation genom Fredriksdals Museer och Trädgårdar och vi har fått höra om en krönikörs irrfärder! Dessutom har Tullen informerat oss om sitt arbete vid gränsen i Skåne och vi har fått information om volontärsarbete både inom rättsväsendet och kriminalvården. Spännande! Under våren var vi "Ut i det blå" och efter sommaren arrangerades en mycket uppskattad resa till Värmland. Vi har också gjort en mycket trevlig teaterresa till Kristianstad och "My fair lady".

Vi har också startat några nya aktiviteter i föreningen. Bl a "Tennis på studs" i samarbete med Helsingborgs Tennisklubb och Olympiahallen, en aktivitet som uppskattas av deltagarna och som säkert kan locka fler medlemmar. Vi har också lanserat vår "Väntjänst", där medlemmar som är pigga hjälper dem som inte är lika pigga. Tack till alla er som engagerar er!

Tack också till alla fantastiska funktionärer i föreningen, den står och faller med er! Ni som oförtrutet ställer upp för att andra ska få komma "till dukat bord", utan någon annan belöning än just ett tack! Som framgår av programmet du håller i din hand, har vi ett nytt årsmöte den 16 februari. Ett antal nya förtroendevalda ska väljas och Valberedningen har startat sitt arbete. Om du vill göra en insats för föreningens verksamhet och utveckling är du välkommen att ta kontakt med Valberedningen, du finner deras kontaktuppgifter på föreningens hemsida spfkarnan.se. Det är ett grundläggande mänskligt behov att få höra till, bli sedd, få finnas och bidra!

Vi närmar oss vinterns stora helger och styrelsen vill önska er alla en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År. Väl mött 2024!

Med vänliga hälsningar
Elisabeth Armandt
Ordförande, SPF Kärnan

medlemsmöten

Möteslokal: Ringstorpsgården, Kurirgatan 1 eller på **Öresundslinjen** som Tycho Brahe eller Aurora från Helsingborg C. **Idrottsmuseet** på Olympia Park.

Aktuella busslinjer till Olympia: Stadsbuss 26 Regionbussar, hållplats Olympia Park.

Aktuella busslinjer till Ringstorp: stadsbuss 2, hållplats S:a Anna Kyrka.

18 januari "Maria Zoega"

Torsdagen den 18 januari på Ringstorpsgården kl.13:30

Anja Petersén från Kulturförvaltningen på Dunkers Kulturhus föreläser om Maria Zoega.

Pris 75 kr för kaffe och bakelse.



16 februari "ÅRSMÖTE"

Fredagen den 16 februari i Pingstkyrkan kl. 13:30

Föreningen bjuder på kaffe med semla.



21 mars "Musikquiz med Krister Wrambjer"

Torsdagen den 21 mars på Idrottsmuseet kl.13:30

Musikern Krister Wrambjer quizmusicerar.

Kaffe med kakor Pris 100 kr.



25 april "TURA på Aurora"

Torsdagen den 25 april med Aurora kl. 12:00

Pris 135 kr för lunchbuffé, dessert, kaffe och biljett. Dryck tillkommer.



23 maj "Jane Horney"

Torsdagen den 23 maj på Ringstorpsgården kl.13:30

Föreläsning av Conny Palmkvist om Jane Horney. "En hälsning från motståndsrörelsen – mordet på Jane Horney"

"Smått och gott" öl, vin eller vatten. Pris 125 kr.



temamöten

26 februari Inger Tollsved-Rosenkvist informerar om det nya sjukhuset i Helsingborg. Idrottsmuseet kl. 15:00. Föreningen bjuder på kaffe med kaka!

2 april Rikard Lind informerar om NSR (Nordvästra Skånes Renhållning) Ringstorpsgården kl.14:00. Föreningen bjuder på kaffe med kaka!

VÄLKOMNA!

Med reservation för ändringar!

Bindande anmälan till medlemsmötena sker på tel. 0709 45 44 75 eller på e-postadressen medlemsmote@spfkarnan.se senast en vecka före mötet.

Se även annons i HD, digitalt medlemsblad och information på vår hemsida www.spfkarnan.se.

Betala med Swish till 123 349 70 70 eller till BankGiro 5806-1904.

aktiviteter

Nya Aktiviteter!

Vi kan genom vårt samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan starta nya aktiviteter. Starta t ex en studiecirkel om ett resmål och res dit eller få hjälp med din smarta telefon eller padda!



Föreningen söker medlemmar som är intresserade av att starta nya aktiviteter eller ta upp nedlagda, ta kontakt med föreningen.

E-post: spfkarnan@telia.com eller på tel: 0708 48 75 57

Boule

Boule spelas inomhus torsdagar kl 09:30 – 11:30 på Jutan, Västra Sandgatan 15. Avgift: 40 kr per gång. *Kontaktperson:*



Boule spelas utomhus torsdagar kl 10:00 – 12:00 på Gröningen hela året, om vädret tillåter. *Kontaktperson: Elisabeth Lilja 0733 44 67 21*

Stick-café



Cirkeln träffas onsdagar kl 13:30 och fortsätter varannan vecka (utom då det är medlemsmöte) sammanlagt åtta gånger.

Vi träffas på Söders Lunchkafé på Nedre Holländaregatan 24. *Kontaktperson: Hjördis Pettersson, tel: 0706 12 06 80 och Britt Hagstrand, tel: 0703 06 88 82.*

Hjärnkoll är en studiecirkel för dig som gillar frågesport, måndagar udda veckor kl. 13:00-15:00 Vi träffas på Träffpunkt Sköldenborg, Hebsackersgatan 6.

Kontaktperson: Lennart Bengtsson. E-post: n2.lennart.bengtsson@gmail.com

Walk/Sit and Talk på engelska Tisdag udda veckor kl.11:00. För mötesplats se medlemsbrevet!

Kontaktperson: Elisabeth Armandt. E-post: earmandt@outlook.com, tel 0730 76 46 46

Lättgymna SPF Kärnan har en grupp som gympar på Ringstorpsgården onsdagar kl. 11:00.

Kontaktperson: Elisabeth Armandt. E-post: earmandt@outlook.com, tel 0730 76 46 46

På fredagscafétet Söders Lunchkafé, Nedre Holländaregatan 24, kan du träffa nya och gamla medlemmar och lösa världsproblemen mellan kl 10:00 och 11:30.

Gör även ett besök på vårt **måndagscafé på Backhaus** mitt emot Helsingborg C kl.14:00.

Sommarcafé juni – augusti, måndagar på Waynes Coffee på Rådhusstorget kl.14:00.

Tennis på Studs Måndagar i Olympiahallen kl. 14:00.

Söndagspromenader varannan söndag kl 13:00. Vi tar bussen!



Startdatum och mer information meddelas i medlemsbrevet.

Väntjänst Behöver du hjälp – tag kontakt med Väntjänstens samordnare, Ann Hildingsson, på telefon 0705 45 11 72 eller till vantjanst@spfkarnan.se!

fler aktiviteter

MUSIK OCH TEATER

RIKET
TYSTA MARIA
ROMEO och JULIA
BRÖDERNA LEJONHJÄRTA
SOPPTEATER
AFTER WORK med soppa på Konserthuset



Ett axplock från Stadsteaterns och Konserthusets utbud!

Vill ni gå på Teatern eller Konserthuset, *kontakta Anne Thunström på tel 0739 50 31 80 eller med e-post till a_thunstrom@hotmail.com*, Anne meddelar planerade teaterbesök i medlemsbrevet. ***Anne erbjuder förmånliga teaterbesök under säsongen!***

TURA på SUNDET, LUNCHA på STAN och AFTER WORK

Tura med Sundsbussen *Pernille* sista torsdagen varje månad kl 16:00.
Luncha på stan, andra tisdagen i månaden kl.13:00, se medlemsbrevet för plats.
Afterwork sista fredagen i månaden på Hamnkrogen kl. 16:00.



RESOR

- ***Vi planerar fler resor som annonseras i medlemsbrevet!***

Vårt digitala medlemsbrev utkommer på söndagar, läs det!

Har vi din e-postadress, så du kan ta del av medlemsbrevet?

Medlemsmöten:	Medlemsmötena äger rum på Ringstorpsgården, Kurirgatan 1 eller med Öresundslinjen, Idrottsmuseet på Olympia Park. Trevlig underhållning, en bit mat eller gott kaffe med kaka och lotteri med fina vinster utlovas. Lotteri på entrébiljetten.
Mötestider:	Se under respektive arrangemang. Vi träffas på Ringstorpsgården, Öresundslinjen eller Idrottsmuseet.
När, var, hur?	Medlemsmöten och aktiviteter annonseras i HD under rubriken "Föreningar" samt på hemsidan www.spfkarnan.se och med vårt digitala medlemsbrev till alla medlemmar med e-postadress (mejl).
Programblad:	SPF Kärnans tryckta programblad utkommer två gånger om året. Aktuellt program för SPF Kärnan finns tillgängligt utanför kansliet Kurirgatan1 och på hemsidan. Program från andra SPF-föreningar i Helsingborg finns på hemsidan!
Hitta oss:	Med E-post: spfkarnan@telia.com , Hemsida: www.spfkarnan.se , Facebook: spf seniorerna kärnan .
Kansli:	Ringstorpsgården, DHS, Kurirgatan1, kansliet är numera obemannat, tel: 0708 48 75 57.
Betala:	Betalning till föreningens aktiviteter med Swish till 123 349 70 70 eller BankGiro 5806–1904. Medlemsavgiften betalas till SPF Seniorernas Förbund på bankgiro 505–1743.
Caféer:	På fredagscaféet, Söders Lunchkafé på Nedre Holländaregatan 24, kan du träffa nya och gamla medlemmar mellan kl 10:00 och 11:30! Måndagscafé på Backhaus kl.14:00. Sommarcafé på Waynes Coffee kl.14:00.
Anmälan:	Föranmälan krävs till de aktiviteter som är förenade med avgift. Anmälan är bindande om inte återbud lämnats före anmälningstidens utgång