



Program hösten 2023



Foto Inger Olsson

Månadsmöten hösten 2023



Vår tillfälliga möteslokal hösten 2023
Equmeniakyrkan, Citrusgatan 16 i
Fiskebäck!

Parkering finns utanför kyrkan.
Kommer du med buss nr 90 är
närmaste hållplats Björnåsgatan.

Möten hålls normalt den första tisdagen
i månaden **kl 10:30 – c:a 13:00.**

Kaffe/te och smörgås serveras först, sedan fortsätter mötet med
föredrag/underhållning, information från Linje 9 respektive distriktet
och lotteri.

För att kunna beställa rätt antal smörgåsar behöver vi ha din **anmälan**
senast lördag kl 12:00 före mötet till Ulla Ulveskog
ulla.ulveskog@telia.com eller SMS till 070-349 12 08 eller till Eva
Åstrand eva.s.astrand@telia.com, SMS till 070-262 35 13.
Du måste avanmäla om du får förhinder!



Göteborgs
Stad

Tisdag 5 september

Detta finns för dig!

Göteborgs stad kan göra mycket för dig som senior – när
du behöver det! Du får information om Anhörigstöd,
Mötesplatser, Fixartjänst, Bibliotek m.m.

Det är Hälsofrämjande och förebyggande-enheten i Sydväst som
kommer till oss. Två äldre konsulenter och bibliotekarier från Frölunda
bibliotek berättar. Dags att ställa dina frågor!

Tisdag 3 oktober

Dubbla Kenneth sätter färg på mötet

Dubbla gitarrer och dubbla Kenneth flyttar oss tillbaka till 40-talet och framåt med musik du känner igen. Sång och show med svenskt, engelskt, modernt och någon schlager att nynna till.



Tisdag 7 november

De äldsta invånarna i Majorna/Sandarna

Arkeologen Petra Alden Rudd, har grävt i Göteborg under 25 år. Och gissa vad hon har hittat! Vi är tillbaka till stenåldern och de boplatser där våra förfäder först slog sig ner – Majorna, Sandarna och Masthuggskajen. Det blir en spännande resa.



Tisdag 5 december

Nya Zeeland – ett äventyr!

Ingrid och Sören Hansson berättar om sin fantastiska drömresa till Nya Zeeland. Detta underbara land har inte bara vackra vyer med vulkaner, regnskog och vatten utan också en spännande historia, både urbefolkningens och från filmvärlden. Följ med på ett äventyr i ord och bild!

Resor



Dresden

Resa till Tyskland

Måndagen den 25 september reser vi med Komfort Resor på en 7-dagars trivselresa till Tyskland. Vi besöker Spreewald med Berlin, Dresden, kanaler, vinodlingar och pumpor.

SPF Linje 9 i samarbete med SPF Älvsborg och Västerträffen välkomnar alla medlemmar och vänmedlemmar på en trevlig och intressant resa till Tyskland med Berlin och det fascinerande Spreewald-området söder om Berlin. Med Berlin och Cottbus som utgångspunkt väntar många trevliga utflykter och upplevelser. Fler och fler upptäcker denna härliga idyll söder om Berlin, med milslånga vattenleder genom ett nästan orört landskap. Vi bor på centrala förstklassiga hotell på vår resa. Det är dags att följa med och uppleva hösten i denna speciella del av Europa, en resa i lugnets tecken. En utförlig information om resan fanns med som bilaga till Månadsblad April 2023.

Pris: 11.950 kr

Enkelrumstillägg: 2.750 kr

Anmälan till Barbro Engbom e-post b.engbom@gmail.com

Övriga aktiviteter under hösten 2023

Höstfest

i Flottans mäns Marinstuga, Örlogsvägen 6, Nya Varvet.

Fredag 10 november kl 17:00. Det blir mat, kaffe och något till kaffet, quiz, lotteri och trevlig samvaro!



Kostnad: 200 kr som betalas kontant senast 3 oktober på månadsmötet eller via swish till Eva Åstrand 070 262 35 13 senast 1 november. Ange namn och datum.

Ytterligare information får du på månadsmöte och i oktobers och novembers Månadsblad.

Anmälan till Eva Åstrand, tel. 070-262 35 13 eller e-post eva.s.astrand@telia.com



Vinkunskap

Vid tre fredagseftermiddagar under hösten fortsätter vi att gå igenom vad som kan göra ett vin gott, druva, jordmån m.m. Olika tema vid varje tillfälle.

Det finns ingen ledig plats för tillfället, men **kontakta Eva Åstrand**, tel. 070-262 35 13 eller e-post eva.s.astrand@telia.com om du är intresserad.

FRISKVÅRD

Gymnastik till musik

i samarbete med SPF Älvsborg.

Vi startar den 6 september och håller på t.o.m. den 29 november i Önneredshallen, Påvelunds Motionscenter.

Vi klär om hemma och tar med liggunderlag. Kaffestund i caféet efteråt om man så önskar. Ledare är Elisabet Eng och vi gymnastiserar onsdagar kl 11:30-12:30 .

Anmälan till Karin Arwidsson tel. 070-849 15 13 eller e-post k.arwidsson@gmail.com



Stavgång

i samarbete med SPF Älvsborg. Det behövs ingen föranmälan, inte heller stavar om man inte vill.



Måndagar

Vi möts utanför ÖHK-hallen, Påvelunds Motionscenter kl 10:00 fr.o.m. den 4 september.

Vi går slingan och om man vill dricker vi kaffe i caféet efteråt.

Torsdagar

Vi möts vid Mötesplats Trädgård i Långedrag kl 11:00 fr.o.m. den 7 september. Vi går 2 varv runt i hamnen. Först ett varv och sedan kaffe i blomsteraffären Mötesplats Trädgård och sedan ett varv till.

Kontaktperson: Mona Holmstrand tel. 072-329 14 42, e-post mona.holmstrand@gmail.com



Promenad

Torsdag 14 september promenerar vi. Besked om var och när får du i september Månadsblad.

Kontaktpersoner:

Ulla Nelson se sidan 11 eller **Margaretha Grahn** se sidan 11 eller **Eva Åstrand**, 070-262 35 13, eva.s.astrand@telia.com

Bridge

Våra medlemmar erbjuds som tidigare möjlighet att spela bridge på onsdagar och torsdagar i

Västerträffens lokaler Östra Skärvallsgatan 1.

Bridgen arrangeras av Västerträffen och startar onsdagen den 6 september med en Kom-i-Gång-grupp kl 13:00 och torsdagen den 7 september kl 14:15 (endast den första torsdagen i månaden,

övriga torsdagar kl 13:15) med Trivselbridge för mer erfarna spelare. Eget kaffe och dopp tas med.



Ingen föransmälan krävs om du kommer tillsammans med spelpartner. Är du ensam försöker vi hjälpa dig att finna spelpartner, men då måste du ringa i förväg.

Vi har även nybörjar/fortsättningskurs med början måndagen den 11 september kl 11:00-14:00. Ingen kafferast.

Kostnaden för att spela och för kurser är 20 kr/gång plus årsavgift 150 kr (medlemskap i Västerträffen).

Det finns gratis bilparkering utanför lokalen och busshållplats Linje 97 utanför.

För mer information ring vår **kontaktperson** för bridge onsdag-torsdag **Kent Pervik**, tel. 073-677 15 33.

För måndagar **Jarl Zackrisson**, tel. 070-978 87 65.

Boule

Vi spelar boule med **Långedrag's Boule och Friskvård**, som är en fristående bouleklubb med egna bouleplaner, som finns vid Påvelunds Motionscenter.



Långedrag's Boule samverkar med SPF-föreningarna Linje 9 och Älvsborg.

Sommartid (april - september) spelar vi i april månad tisdagar och torsdagar kl 10:45 - 13:00. Maj - september spelar vi tisdagar och torsdagar kl 9:45 - 12:00. Sista torsdagen i månaden har vi tävling med grillning och prisutdelning mellan kl 9:45 - 13:00.

Vintertid spelar vi i Boulecenter Majvallen under januari - mars samt oktober - december, tisdagar och torsdagar kl 14:00 - 18:00.

Fikar gemensamt i hallens cafeteria kl 16:00.

Du är välkommen att prova på att spela boule, eller bli medlem i klubben.

Kontaktperson Sixten Ankargren e-post ankargren.sixten@telia.com eller tel. 070-602 48 78.

Studieverksamhet



Kurs i Hjärt-Lungräddning

Tid: Tisdag den 10 oktober kl 9:30-13:00
inkl 30 minuters rast.

Lokal: VIP-lokal i Önneredshallen, Påvelund Montionscenter

Kostnad: ca 250,-

Kursledare från Riksförbundet HjärtLung i Göteborg.

Anmälan till: Eva Ljung, ewa.ljung@yahoo.se eller tel. 070-598 56 59
senast den 6 september.

Ange namn, telefonnummer och e-postadress vid anmälan.

OBS! Anmäl er nu "på riktigt" även om ni tidigare skrivit på
intresseanmälan.

Max 7 personer/utbildningstillfälle, så om det blir fler anmälda kan det
eventuellt bli två kurstillfällen.

Kursen hålls i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Litteraturcirkel 1 träffas en gång i månaden
(måndagar), kl 11:00 – 12:30.

Kontakta Ewa Erikson, tel. 070-767 22 95 eller
e-post ewa.a.erikson@gmail.com

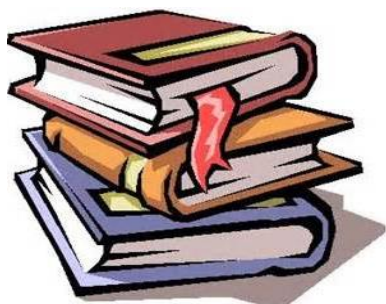


Litteraturcirkel 2 träffas hemma hos varandra i rullande schema en
gång i månaden (torsdagar), kl 13:30 – 15:30.

Kontakta Eva Åstrand, tel. 070-262 35 13 eller
e-post eva.s.astrand@telia.com

Litteraturcirkel 3 träffas hemma hos varandra i rullande schema en gång i månaden.

Kontakta Karola Olofsson, tel. 070-312 29 00,
e-post karola.olofsson@hotmail.com



Litteraturcirkel 4 träffas hemma hos varandra den andra tisdagen i månaden kl. 13:00 med början den 12 september.

Kontakta Mona Holmstrand tel. 072-329 14 42
eller e-post mona.holmstrand@gmail.com

Litteraturcirkel 5 träffas på onsdagar kl 13:00-15:00 en gång i månaden hemma hos varandra enligt rullande schema.

Kontakta Ingall Rosell Hedberg tel. 070-764 02 99, e-post
ingall.rosellhedberg@gmail.com

TEATER/MUSIK



Göteborgsoperan

Operasäsongen 2023/2024 bjuder på världspremiärer, nya uppsättningar och efterlängtade repriser.

Bl.a. kommer musikalen Wicked, succémusikalen som tagit världen med

storm, att sättas upp på Göteborgsoperan i höst. Handlingen utspelar sig i landet Oz, innan Dorothy kom dit. Det lär bli något alldeles extra och storslaget.

Mer information om detta, och andra föreställningar kommer i månadsbladen efter sommaren.

Teaterombud: Ulla Nelson

Anmälan till ulla.nelson1@gmail.com eller mobil 070-237 37 95

Betalningsinformation:

Handelsbanken: Clearing nr 6686

Bankkonto 511 414 951 Teater Linje

OBS! Ej bankgiro – betalning över Internetbanken görs som “överföring”.
Betalning kan också göras på månadsmöten.

Biljetter hämtas på månadsmöten!

INFORMATION

Fixartjänst

Du vet väl att Göteborgs Stad har en fixartjänst för oss äldre som är gratis. De kan bl.a. hjälpa till med att byta glödlampor, proppar, batterier, montera brandvarnare, ta ner och hänga upp gardiner och mycket mera. Fixartjänst Västra Göteborg når du på telefon 031-366 11 44 eller e-post fixartjanst.sydvast@aldrevardomsorg.goteborg.se

Rabatt

Medlemmar i SPF Linje 9 har 15 % rabatt på växter och blommor hos Kungstens Blommor och 10 % hos Mötesplats Trädgård.
Du måste visa ditt medlemskort för att få rabatten.

E-post

Anmäl din **e-postadress** till anders.hole@telia.com om du inte har anmält den till oss tidigare. Vi får då möjlighet att snabbt och enkelt nå dig för information.

Hemsidor

Du kan också finna information på vår **hemsida** www.spf.se/linje9

Distriktets hemsida: www.spf.se/goteborgsdistriktet eller

Förbundets: www.spf.se.

Styrelsen för SPF Seniorerna Linje 9

Pernilla Knutsson (<i>ordf.</i>)	070-696 02 44	pernilla_knutsson@hotmail.com
Ulla Ulveskog (<i>v. ordf.</i>)	070-349 12 08	ulla.ulveskog@telia.com
Margaretha Grahns (<i>sekr.</i>)	072-235 38 99	margarethagrahn47@gmail.com
Anders Hole (<i>kassör, medl.ansv.</i>)	070-300 53 06	anders.hole@telia.com
Arne Person (<i>webbred./IT</i>)	070-672 05 42	arne.person1@gmail.com
Ida Tunander (<i>folkhälsoinformatör</i>)	070-338 69 57	ida.tunander@gmail.com
Ulla Nelson (<i>teaterombud</i>)	070-237 37 95	ulla.nelson1@gmail.com
Kent Segesten (<i>programansv.</i>)	070-529 64 09	kent@segesten.se
Morgan Olsson	070-897 17 09	cptmorgan@telia.com



Bakre raden:

Anders Hole, Morgan Olsson, Ida Tunander, Arne Person, Pernilla Knutsson

Främre raden:

Ulla Ulveskog, Kent Segesten, Margaretha Grahns, Ulla Nelson



Varmt välkommen till höstens aktiviteter!

Vi hoppas att vi, utöver våra trogna besökare, även får se många nya ansikten i några av alla våra aktiviteter.

Har du förslag på aktiviteter hör av dig till någon i styrelsen eller till vår e-postadress linje9@spfseniorerna.se

OBS! Spara häftet, det gäller hela hösten!

Läs också Månadsbladet som kommer som gruppmejl inför varje månadsmöte.

Där finns intressant/aktuell information från föreningen samt även information från distriktet och förbundet.