

Styrelsen för SPF KARLAPLAN

Ordförande Henry Haskel	663 37 63
Vice ordförande Katharina Svensson	665 90 90
Styrelsesekreterare Märith Jäderberg	660 79 15
Föreningssekreterare Kerstin Selin	662 13 76
Kassaförvaltare Stig Trossö	663 91 14
Väntjänst Ulla Löfberg	661 01 82
Pensionärspolitik Nils Orrling	667 34 36
Program, resor och studier Birgit Emerot	664 69 59
Trafik- och friskvårdsombud Bo Haufman	663 74 95
Klubbvärdinna Inga-Lill Haskel	663 37 63

Lämna tips och synpunkter till styrelsen!

Behöver Du hjälp med hämtning, ring någon av oss i styrelsen.

SPF KARLAPLAN SVERIGES PENSIONÄRSFÖRBUND Box 10102, 100 55 Stockholm

Medlemsavgift 2003 160 kronor
Postgiro 440 22 74-7

Ordförande Henry Haskel

PROGRAM

HÖSTEN 2003



MÅNADSMÖTEN

Rigagatan 3 om ej annat anges.
Mötesavgift 30 kr (kaffe och bröd ingår).
Ett glas vin 20 kronor.

OBS

**Anmälan till studiebesök, konserter,
utflykter och resor är bindande.**

RESOR

Se separata reseprogram.

ÖVRIGA AKTIVITETER

VÄNTJÄNST

Kontakt med gamla och ensamma.

VI GÖR EN INSATS! Är du intresserad, ring

Ulla Löfberg 661 01 82

Barbro Axelsson 667 41 48

PUB-träffar onsdagar 15.00

16.9. 15.10, 19.11.

Belvéns Restaurang/Ramboden,
Kommendörsgatan 7.

BRIDGE höstterminen börjar

28.8 kl.12.30, Oscarshemmet, Rigagatan 3.

Upplysningar och anmälan — även till
reservlistan — mottages av

Henry Haskel 663 37 63

Ulla-Britt Sundman 612 53 54

TÄVLINGSBRIDGE, fasta par torsdagar,

börjar 28.8 kl. 10.00 Östermalms

Föreningsråds lokaler, Valhallavägen 148.

Anmälan till Nils Orrling 667 34 36

Harry Strand 758 29 98

PROMENADER — Ett led i friskvården —
med **SPF Gärdet** och **SPF Engelbrekt**.

Se separata program.

MOTIONSGYMNASTIK, Karlavägen
100, för seniorer torsdagar kl. 10.00-11.00 från
4 september. Ledare: Margot Odö, 653 01 17.
Pris: 350 kronor.

SÄLLSKAPSDANS

fredagar från 5.9-19.12 13.00-16.00

(obs. ej 31.10) kom, umgås och dansa.

Östermalms Föreningsråds Lokaler

Valhallavägen 148.

Entré 40:- Kaffe med bröd 10:-.

SENIOR NET måndagar och onsdagar

8.9-10.12 16.00-18.00

Gärdesskolan, Datasalen, plan 1. Årsavgift 200

kronor, Pg 43 60 403-2 SENIOR NET

SWEDEN. Skriv: Senior Net Östermalm på

delen för övriga meddelanden. Upplysningar:

Rutger Carlheim-Gyllenskiöld tel. 662 80 85.

ADVOKATJOUREN

Kostnadsfri rådgivning av advokat under cirka

15 minuter. Måndagar 17.00-19.00.

Medborgarkontoret Karlavägen 104.

Nummerlapp kan hämtas från kl.16.30.

26 augusti tisdag 14.00

Månadsmöte.

DUKE takes the Train.

Bo Haufman kåserar om en sida av Duke Ellingtons liv och musik.

Anmälan senast den 23 augusti.

Märit Jäderberg 660 79 15
Birgit Ernerot 664 69 59

27 augusti onsdag 13.00

Besök hos konstnären Evert

Lindfors på Djurö (se bilaga).

Kostnad 75 kronor exkl. resa.

Anmälan senast den 22 augusti.

Märit Jäderberg 660 79 15

3 september onsdag 18.00

Konsert i Berwaldhallen

Sveriges Radios Symfoniorkester och Radiokören. Dirigent: Esa-Pekka Salonen.

Piano: Heléne Grimaud. Beethoven:

Körfantasi o. Symfoni nr 1, Pärt: Credo

Se bifogade "Konsertprogram för 2003/2004".

Biljettpris: Netto 170-400:- (./15% rabatt).

Anmälan senast den 14 augusti.

Ulla Nyman 661 89 93 eller 0176-4421

9 september tisdag 14.00

Edvard Andersons Växthus i Bergianska

Inträde: 40 kronor – Kulturavskortet gäller.

SPF bjuder på guide.

Anmälan senast den 6 september.

Inga-Lill Haskel 663 37 63
Ulla Löfberg 661 01 82

10 september onsdag

Promenader (se separat program).

12 september

Resa till sagolika Tyrolen under 10 dagar.

Resa med buss. Se separat program.

Anmälan senast den 18 augusti.

Birgit Ernerot 664 69 59

23 september tisdag 14.00

Årsmöte och därefter

Mannekänguppvisning, Östermalms

Föreningsråd, Valhallavägen 148.

Dammode från Pagell och Wrenkler.

Ost och vin serveras 80 kronor.

Anmälan senast den 13 september.

Ulla Löfberg 661 01 82
Märit Jäderberg 660 79 15

24 september onsdag

Promenad (se separat program).

30 september tisdag 14.00

Ryska kyrkan,

OBS Birger Jarlsgatan 98.

Kostnad 20 kronor.

Anmälan senast den 23 september.

Birgit Ernerot 664 69 59
Märit Jäderberg 660 79 15

1 oktober onsdag

Promenad (se separat program).

8 oktober onsdag

Promenad (se separat program).

21 oktober tisdag 14.00

Månadsmöte.

Barbro Beck Friis, (se artikel
Veteranposten nr 4 2003)

Vågar jag bli gammal?

Anmälan senast den 17 oktober.

Ulla Löfberg 661 01 82

Birgit Ernerot 664 69 59

22 oktober onsdag

Promenader (se separat program).

28 oktober tisdag 14.00

Visning Nobelmuséet – Inträde: 40 kronor –
Kulturarvskortet gäller. SPF bjuder på guide.

Anmälan senast den 21 oktober.

Birgit Ernerot 664 69 59

Märit Jäderberg 660 79 15

5 november onsdag

Promenad (se separat program).

12 november onsdag

Promenad (se separat program).

18 november tisdag 14.00

Månadsmöte.

Om höstens nyutkomna böcker

talat Svante Weyler från Norstedts Förlag.

Anmälan senast den 14 november.

Birgit Ernerot 664 69 59

Inga-Lill Haskel 663 37 63

19 november onsdag

Promenad (se separat program).

23-25 november

Resa till Polen

under tre dagar med buss och båt.

(Se separat program) Pris: 1.995:-.

Anmälan senast 15 oktober.

Birgit Ernerot 664 69 59

26 november onsdag 14.00

Brännvinets historia

därefter Vinprovning (4 vinsorter) på

Systembolaget, Kungsträdgårdsgatan 14.

Kostnad 180 kronor.

Anmälan senast den 18 november.

Märit Jäderberg 660 79 15

Ulla Löfberg 661 01 82

3 december onsdag

Promenad (se separat program).

16 december tisdag 14.00

Månadsmöte.

Barbro Hjort af Ornäs.

Minns Ni Dramatens Poesihörna?

Vi firar Lucia med lussekatter

och pepparkakor.

Anmälan senast den 12 december.

Ulla Löfberg 661 01 82

Birgit Ernerot 664 69 59