

## Styrelsen för SPF KARLAPLAN

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

**Lämna tips och synpunkter till programkommittén!**  
(Birgit Ernerot, Inga-Lill Haskel, Märit Jäderberg, Ulla Löfberg)

Behöver Du hjälp att komma till våra månadsmöten, ring någon av oss i styrelsen.

## SPF KARLAPLAN SVERIGES PENSIONÄRSFÖRBUND Box 10102, 100 55 Stockholm

Medlemsavgift 2004 160 kronor  
Postgiro 440 22 74-7

### PROGRAM

### VÅREN 2004



### 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.

18 maj                      tisdag    14.00

**Månadsmöte.**

Susan Lanefelt.

**Ditt liv – Ditt val – Din möjlighet.**

Förfriskningar serveras.

**Anmälan senast den 14 maj.**

Märit Jäderberg        660 79 15

Kerstin Selin            662 13 76

26 maj

**Utflykt skärgården .**

(se separat program)

26 maj

onsdag

**Promenad (se separat program).**

**ÖVRIGA AKTIVITETER**

**RESOR**

se separata reseprogram.

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

(se separata program).

**VÄNTJÄNST**

Kontakt med gamla och ensamma.

**VI GÖR EN INSATS!** Är du intresserad, ring

Kaisa Nord                783 67 65

**PUB-träffar**

onsdagar 15.00

21.1, 11.2, 17.3, 21.4.

Belvéns Restaurang/Ramboden,

Kommendörsgatan 7.

**BRIDGE** vårterminen börjar den 15 januari

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 8 januari kl. 10.00 Östermalms

Föreningsråds lokaler, Valhallavägen 148.

Anmälan till

Nils Orrling              667 34 36

Harry Strand             758 29 98

**MOTIONSGYMNASTIK**, för seniorer

torsdagar kl. 10.00-11.00 från 15 januari på

Karlavägen 100. Ledare: Margot Odö,

tel. 653 01 17.

Pris: 350 kronor.

**SÄLLSKAPSDANS**

fredagar från 16 januari                      13.00-16.00

Kom, umgås och dansa.

Östermalms Föreningsråds Lokaler

Valhallavägen 148.

Entré 40:- Kaffe med bröd 10:-.

**SENIOR NET** onsdagar och fredagar

Start 14 januari.                                      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.

## Välkommen

**20 januari** tisdag 14.00

**Månadsmöte.**

**Bror Stefenson, Amiral och f d**

**Chef för Konungens Stab.**

**Äldre frågor och Tjänst vid Hovet.**

**Anmälan senast den 16 januari.**

Märit Jäderberg 660 79 15

Ulla Löfberg 661 01 82

**21 januari** onsdag

**Promenader (se separat program).**

**29 januari** torsdag 18.00

**Berwaldhallen**

**Sveriges Radios Symfoniorkester.**

**Dirigent Mats Rondin.**

Dvorák: Karneval

Haydn: Sinfonia Concertante

Dvorák: Slaviska danser

Biljettpris 50-220 kronor ./ 10%

Fritt program.

**Anmälan senast den 9 januari.**

Inga-Lill Haskel 663 37 63

**4 februari** onsdag 16.30

**Studiebesök Sveriges Television.**

(Hallåstudio, kontrollrum, kostymförråd etc.)

Samling i Radihusets stora hall.

Begränsat antal.

**Anmälan senast den 29 januari.**

Katharina Svensson 665 90 90

Inga-Lill Haskel 663 37 63

**4 februari** onsdag

**Promenad (se separat program).**

**17 februari** tisdag 14.00

**Årsmöte.**

**Ulla Nordström, Ostindiska Kompaniet.**

**Kinesiskt Porslin och dess Historia.**

(Ulla värderar gärna ett begränsat antal av deltagarnas medhavda objekt.)

**Anmälan senast den 13 februari.**

Märit Jäderberg 660 79 15

Ulla Löfberg 661 01 82

**18 februari** onsdag

**Promenad (se separat program).**

**2 mars** tisdag 14.00

**Synagogan, Wahrendorffsgatan 3.**

Kostnad: 30 kronor.

Begränsat antal.

**Anmälan senast den 27 februari.**

Kerstin Selin 662 13 76

Katharina Svensson 665 90 90

**3 mars** onsdag

**Promenad (se separat program).**

**10 mars** onsdag

**Promenad (se separat program).**

**16 mars** tisdag 14.00

**Månadsmöte.**

**Gert Karnberger, VD Claes Ohlson.**

**I går, i dag och i morgon.**

**Anmälan senast den 12 mars.**

Märit Jäderberg 660 79 15

Birgit Ernerot 664 69 59

**17 mars** onsdag

**Promenad (se separat program).**

**30 mars**                      **tisdag 18.30**

**Brott mot äldre.**

Valhallavägen 148

**Närpolis Tommy Pettersson och**

**Brottsofferjouren**

Gemensam aktivitet för

SPF-föreningarna på Östermalm.

**31 mars**                      **onsdag 13.00**

**Almgrens Sidenväveri & Museum**

Repslagargatan 15, T-bana Slussen.

Kostnad: 65 kronor. Kulturavskottet  
gäller.

Begränsat antal.

**Anmälan senast den 24 mars.**

Birgit Ernerot                664 69 59

Ulla Löfberg                 661 01 82

**31 mars**                      **onsdag**

**Promenader (se separat program).**

**3 april**                      **lördag 15.00**

**Sveriges Radios Symfoniorkester**

**Berwaldhallen**

**Dirigent Manfred Honeck**

**Mezzo Randi Stene**

Respighi: Vetrare di Chiesa

Mahler: Kindertorlieder

Strauss: Also sprach Zarathustra

Biljettpris 65-320 kronor ./ 10%

Fritt program.

**Anmälan senast den 10 mars.**

Ulla Löfberg                 661 01 82

**14 april**                      **onsdag**

**Promenad (se separat program).**

**19-25 april**

**Resa till Berlin (se separat program).**

**20 april**                      **tisdag 14.00**

**Månadsmöte.**

**Drottning Lovisa Ulrika och hennes son**

**Gustav III – en ödesdiger relation.**

**Hardy Lindgren.**

**Anmälan senast den 16 april.**

Inga-Lill Haskel            663 37 63

Märit Jäderberg            660 79 15

**21 april**                      **onsdag**

**Promenad (se separat program).**

**27 april**                      **tisdag 14.00**

**Besök i skulptörerna Christian och Liss**

**Erikssons ateljéer. Guide: Liss maka Britta**

**Reich Eriksson.**

Maria Prästgårdsgata 4.

Begränsat antal. Kostnad 60 kronor.

**Anmälan senast den 22 april.**

Märit Jäderberg            660 79 15

Kerstin Selin                662 13 76

**28 april**                      **onsdag**

**Promenad (se separat program).**

**12 maj**                      **onsdag**

**Promenader (se separat program).**