

## Styrelsen för SPF KARLAPLAN

Ordförande Henry Haskel <a href="mailto:haskels@tele2.se">haskels@tele2.se</a>	663 37 63
Vice ordförande Katharina Svensson	665 90 90
Styrelsesekreterare Märit Jäderberg <a href="mailto:marit.jaderberg@compaqnet.se">marit.jaderberg@compaqnet.se</a>	660 79 15
Föreningssekreterare Kerstin Selin <a href="mailto:kerstinselin@swipnet.se">kerstinselin@swipnet.se</a>	662 13 76
Kassaförvaltare Stig Trossö <a href="mailto:stig.trosso@chello.se">stig.trosso@chello.se</a>	663 91 14
Väntjänst Bo Haufman <a href="mailto:bo.haufman@telia.com">bo.haufman@telia.com</a>	663 74 95
Pensionärssociala frågor Margareta Thörnblom	663 95 56
Program, resor och studier Birgit Ernerot <a href="mailto:birgit.ernerot@chello.se">birgit.ernerot@chello.se</a>	664 69 59
Trafik- och friskvårdsombud Ulla Löfberg <a href="mailto:ul.loefberg@ebox.tninet.se">ul.loefberg@ebox.tninet.se</a>	661 01 82
Ledamot Hardy Lindgren <a href="mailto:hardykina@yahoo.se">hardykina@yahoo.se</a>	661 37 98
Klubbvärdinna Inga-Lill Haskel	663 37 63

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

Medlemsavgift 2005 160 kronor  
Postgiro 440 22 74-7

### PROGRAM

### VÅREN 2005



### 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.



## ÖVRIGA AKTIVITETER

### RESOR

(se separat reseprogram).

**TEATER – med Monica Dahlin.**

[exmid@swipnet.se](mailto:exmid@swipnet.se). – se bilaga.

**PROMENADER** – Ett led i friskvården – som specificerats i programmet sker tillsammans med **SPF Gärdet**. Ledare Siv Lindell.

**Glöm inte matsäck med dryck.**

**Använd gärna stavar.**

### NY BOULESEKTION

Anmäl Dig snarast. Begränsat antal.

Är Du intresserad, ring

Ulla Löfberg 661 01 82

### VÄNTJÄNST

Kontakt med gamla och ensamma.

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

Kaisa Nord 783 67 65

**PUB-träffar** onsdagar 15.00

9 februari, 9 mars och 13 april.

Belvéns Restaurang/Ramboden,

Kommendörsgatan 7.

**BRIDGE** vårterminen börjar den 13 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 13 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 20 januari,

Karlavägen 100. Ledare: Margot Odö,

tel. 653 01 17.

Pris 350 kronor.

### SÄLLSKAPSDANS

fredagar från 14 januari 13.00-16.00

Kom, umgås och dansa.

Östermalms Föreningsråds Lokaler

Valhallavägen 148.

Entré 40:- Kaffe med bröd 10:-.

**SENIOR NET** måndagar och onsdagar

Start 10 januari 16.00-18.00

Gårdesskolan, 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

**18 januari**                      **tisdag 14.00**

**Månadsmöte.**

**Mitt liv med Indiska.**

**Grundaren Åke Thambert kåserar.**

**Anmälan senast den 14 januari**

Inga-Lill Haskel      663 37 63

Ulla Löfberg              661 01 82

**1 februari**                      **tisdag 13.00**

**Storkyrkan.**

**Från bykyrka till domkyrka.**

**Claes Engblom är vår ciceron.**

**Samling vid entrén.**

Kostnad 30 kronor.

**Anmälan senast den 28 januari**

Birgit Ernerot              664 69 59

Märit Jäderberg          660 79 15

**15 februari**                      **tisdag 14.00**

**ÅRSMÖTE.**

**Tsar Alexander II:s barnbarn och**

**Lennart Bernadottes moster –**

**Prinsessan Irina Romanoff –**

**ett livsöde.**

**Gunnel Wahlström berättar.**

**Anmälan senast den 11 februari**

Märit Jäderberg          660 79 15

Ulla Löfberg              661 01 82

**1 mars**                              **tisdag 14.00**

**Strindbergsmuseet.**

Drottninggatan 85.

**Samling utanför porten 13.45.**

Kostnad 50 kronor inkl. kaffe.

**Anmälan senast den 23 februari**

Inga-Lill Haskel      663 37 63

Katharina Svensson 665 90 90

**8 mars**                              **tisdag 13.30**

**Stormöte.**

Gemensamt för 5 SPF-föreningar på

Östermalm.

**Första hjälpen.**

Föreningsrådets lokaler

Valhallavägen 148.

**15 mars**                              **tisdag 14.00**

**Månadsmöte.**

**Bengt Feldreich: "Personliga**

**perspektiv på 40 år vid**

**Sveriges Radio/Televisionen".**

**Anmälan senast den 11 mars**

Katharina Svensson 665 90 90

Märit Jäderberg          660 79 15

**23 mars**                              **onsdag 10.00**

**Promenad, samling Flygarmonumentet.**

Hälsans stig – Lötsjön och Råstasjön,

Sundbyberg – Solna, 7 km.



**5 april**                      **tisdag 13.00**  
**De bortglömda prinsessorna i vår historia.**

Livrustkammaren  
Slottsbacken 3.  
Kostnad 30 kronor.

**Anmälan senast den 30 mars**

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

**13 april**                      **onsdag 9.30**

**Promenad, samling Flygarmonumentet.**  
Stadsvandring: Hornstull – Söders höjder –  
Norra Hammarbyhamnen, 7 km. Fortsatt  
vandring till Hornstull ytterligare 3 km.

**18 april**                      **måndag 15.00**

**Herman Bergmans Konstgjuteri,**  
Sandborgsgatan 44C.

**Samling Flygarmonumentet kl. 14.00.**

Begränsat antal. Kostnad 55 kronor.

Anmälan senast den 13 april

Märit Jäderberg    660 79 15  
Kerstin Selin        662 13 76

**26 april**                      **tisdag 14.00**

**Vår lunch på Restaurang Amiralen**

Galärvarvsvägen 10.

Kostnad 145 kronor inkl. 1 glas vin eller öl  
(subventionerad).

**Anmälan, som är bindande, senast  
den 12 april.**

Ulla Löfberg        661 01 82  
Märit Jäderberg    660 79 15

**4 maj**                              **onsdag 10.00**

**Promenad, samling Flygarmonumentet.**  
Altorpskogen, Djursholm. 7-8 km.

**18 maj**                              **onsdag 9.25**

**Promenad, samling Flygarmonumentet.**  
Lidingö – från Skärsåtra till Kvarnen,  
10 km.

**24 maj**                              **tisdag 14.00**

**Månadsmöte.**

**Harry och Moa – ett författaräktenskap**  
**Marianne Harry berättar.**

**Anmälan senast den 20 maj.**

Birgit Ernerot        664 69 59  
Kerstin Selin        662 13 76

**23 augusti – höstens första månadsmöte.**

---

**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.

**OBS Berwaldhallens program som  
sändes med höstens utskick gäller även i  
vår.**