

STYRELSEN SPF KARLAPLAN

Ordförande

Henry Haskel 663 37 63
haskels@tele2.se

Vice ordförande

Lars Erik Jernberg 663 87 07
larserik.jernberg@telia.com

Styrelsessekreterare och program

Märit Jäderberg 660 79 15
marit.jaderberg@comhem.se

Medlemssekreterare

Louise Wikström 663 41 83
louisewikstrom@privat.utfors.se

Kassaförvaltare och resor

Germund Olinder 667 54 93
bergelin.olinder@gmail.com

Väntjänst

Bo Haufman 663 74 95
bo.haufman@telia.com

Pensionärssociala frågor

Margareta Thörnblom 663 95 56

Program och studier

Birgit Ernerot 664 69 59
birgit@ernerot.se

Friskvård

Kerstin Melén 667 39 61
melen.kerstin@swipnet.se

Program

Katharina Svensson 665 90 90

PR, Program

Gunilla Trobäck 662 44 85
gunilla.trobacker@telia.com

**SPF KARLAPLAN
SVERIGES
PENSIONÄRSFÖRBUND**
Box 10102, 100 55 Stockholm
www.spfkarlaplan.se

Årsavgift 200 kronor
Plusgiro 440 22 74-7

PROGRAM

HÖSTEN 2008



MÅNADSMÖTEN

OSCARS FÖRSAMLINGSSAL

Fredrikshovsgatan 8

Mötesavgift 40 kronor (kaffe och bröd ingår).

Ett glas vin 20 kronor.

OBS!

Anmälan till studiebesök,
utflykter, måltider och resor är bindande.

TÄVLINGSBRIDGE **torsdagar 10.00**

Fasta par, från 28 augusti, Östermalms
Föreningsråds lokaler, Valhallavägen 148.

Anmälan till

Lennart Ek 33 33 68
Siv Tollemar 97 11 41

PROMENADER/STAVGÅNG

Tisdagar och torsdagar **10.00**

från 9 resp. 11 september

tisdagar Östra Station

torsdagar Djurgårdsbron/

För närmare upplysning kontakta

Viveca Sarman 662 99 75

PROMENADER med SPF Engelbrekt

3 september, 17 september, 1 oktober, 15
oktober, 9 oktober, 12 november och 26
november.

För vidare information ring

Siv Svensén 21 95 75

MOTIONSGYMNASTIK, för seniorer

Från vecka 36, torsdagar.

Klockslag och plats meddelas senare v g ring

Ledare: Margot Odö 653 01 17

Pris 400 kronor.

SÄLLSKAPSDANS

fredagar **13.00-16.00**

från 12 september **kom, umgås och dansa.**

Östermalms Föreningsråds lokaler,
Valhallavägen 148.

Entré 60 kronor inkl. kaffe och bröd.

SENIOR NET

måndag och onsdag **16.00-18.00**

från 1 september, 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 662 80 85.

ADVOKATJOURN.

Kostnadsfri rådgivning under cirka 15 minuter
varannan måndag från september

17.00-19.00

Biblioteket Fältöversten 508 30 731

Nummerlapp kan hämtas från kl. 16.30.

**Lämna tips och synpunkter till
programkommittén!**

Birgit Ernerot, Märith Jäderberg, Katharina

Svensson och Gunilla Trobäck.

VÄLKOMMEN

19 augusti tisdag 14.00

Månadsmöte.

"Ett O av trä som föreställer världen"

Om Henrikar – Shakespeare i Globen och ett kanonskott i Londons hjärta.

Jan Åke Ericstam berättar om den Elisabethanska teatern.

Anmälan senast den 15 augusti

Birgit Ernerot 664 69 59

Märit Jäderberg 660 79 15

2 september tisdag 14.00

Inte bara böcker utan också konst.

Besök på Gunnar Asplunds Stadsbibliotek.

Sveavägen 73

Begränsat antal – Pris 30 kronor.

Anmälan senast den 29 augusti

Birgit Ernerot 664 69 59

Katharina Svensson 665 90 90

16 september tisdag 14.00

Månadsmöte.

Så minns jag dem - Nacka, Sarah, Monica Z och Cornelis är några som TV-producenten Tom Alandh filmat

Anmälan senast den 12 september

Märit Jäderberg 660 79 15

Katharina Svensson 665 90 90

24 september onsdag

Vandring Brunnsviken till Bergshamra

ca 10 km. Medtag dryck, matsäck och stavar.

Om information önskas ring

Hans Holmberg 663 72 03

Samling Flygarmonumentet 10.00

6-8 oktober

"Det nya livet" Utställning på Cinderella, Viking Line, se bilaga.

7 oktober tisdag 14.00

Besök på Stadsmissionen.

Samling Bullkyrkan, Grilliska Huset, Stortorget.

Stefan Lindeborg berättar om aktuella

ännande aktiviteter.

Kaffe och kaka 60 kronor.

Anmälan senast den 3 oktober

Gunilla Trobäcker 662 44 85

Märit Jäderberg 660 79 15

15 oktober onsdag

Stockholmspromenad Rosendals Trädgårdar.

Samling Djurgårdsbron. 10.00

Ledare Arne Clevestam

21 oktober tisdag 14.00

Månadsmöte.

Stina Axelsson, projektledare PLIMSOLL,

berättar om brunnskultur från antikens dagar till våra dagars dryckestrend.

Anmälan senast den 17 oktober

Märit Jäderberg 660 79 15

Gunilla Trobäcker 662 44 85

4 november tisdag

Vandring Järvafältet

ca 10 km. Medtag dryck, matsäck och stavar.

Om information önskas ring

Hans Holmberg 663 72 03

Samling Flygarmonumentet 10.00

