



SPF Seniorerna Karlaplan

www.spfseniorerna.se/karlaplan

Besök gärna vår hemsida för senaste information.

**PROGRAM
Våren 2019**

Våra månadsmöten äger rum

**i Historiska Museet på Narvavägen
tisdagar, kl. 13.00.**

Mötesavgift 120 kronor (smörgås och kaffe ingår).

Årsavgift 300 kronor

**VÄLKOMMEN TILL VÅRA MÅNADSMÖTEN,
STUDIEBESÖK OCH ÖVRIGA AKTIVITETER**
Anmälan på e-post, telefon eller sms till

Lillebil Björkman lillebullen@gmail.com
070-884 87 80

Birgitta Agazzi birgitta.agazzi@gmail.com
073-037 39 91

Den som vill kan förhandsbetala våra månadsmöten till vårt konto i Handelsbanken 6144-504 308 971. Ange ditt namn och vilket möte det gäller. Sista betalningsdag är samma som sista anmälningsdag.

Har du anmält dig och fått förhinder, lämna återbud senast sista anmälningsdag, annars debiteras du för mötet.

15 januari Tisdag 13.00
Månadsmöte

**”Mina 7 år i Bryssel”. Utrikeskorrespondenten
Rolf Fredriksson berättar.**

Bindande anmälan senast 10 januari.

30 januari Onsdag 09.00
Studiebesök

**Per Ahldén berättar i Tesalongen
på Svenskt Tenn, Strandvägen 5.
Kostnad 150 kronor. En kopp te ingår.**

Bindande anmälan senast 28 januari.

12 februari Tisdag 13.00
Frågesport, aktivitet för hjärnan.

Vi tävlar i lag, dricker kaffe och har roligt.
Valhallavägen 148, rum 1. Kostnad 50 kronor.

**Bindande anmälan senast 8 februari till
Birgitta Agazzi, birgitta.agazzi@gmail.com,
073-037 39 91, helst sms.**

19 februari Tisdag 13.00

ÅRSMÖTE

”Från sluss till sluss på franska kanaler”.

Catharina och Tommy Grünbaum berättar.

Anmälan senast 14 februari.

6 mars Onsdag 13.45

Studiebesök

Guidad visning av Stockholms Stadsbibliotek.

Sveavägen 73, huvudentrén. Kostnad 150 kronor.

Bindande anmälan senast 4 mars.

19 mars Tisdag 13.00

Månadsmöte

”45 år med kungen”. Journalisten och författaren

Barbro Hultman berättar.

Bindande anmälan senast 14 mars.

2 april Tisdag 10.30

Studiebesök. Visning av Pressbyråns Museum.

Strandbergsgatan 61, Pressbyrån

T-bana, blå linjen mot Hjulsta till Stadshagen.

Gå upp mot Hornsberg sedan vänster ner mot

Essingeleden. Kostnad 50 kronor.

Bindande anmälan senast 29 mars.

4 april Torsdag 13.00

Musikfrågesport under ledning av Eva Malmros

och Jurgen Wahlberg. Valhallavägen 148, rum 1.

Kostnad 50 kr.

Bindande anmälan senast 29 mars till

Birgitta Agazzi, birgitta.agazzi@gmail.com,

073-037 39 91, helst sms.

23 april **Tisdag 13.00**

Månadsmöte

”Svenska Akademien i vardag och fest”.

Odd Zschiedrich, tidigare kanslichef vid Svenska Akademien, numera ceremonimästare på Stockholms slott berättar.

Bindande anmälan senast 18 april.

8 maj **Onsdag 09.30**

Vårlunchkryssning med M/S Rosella

Kostnad 290 kronor att betalas till Handelsbanken 6144-504 308 971 senast 3 april. Ange ditt födelsedatum. Avresa Stockholm, plats meddelas senare. Hemkomst ca 19.15.

Bindande anmälan senast 1 april.

9 maj **Torsdag 15.00-17.00**

Café Opera

Stockholmsdistriktet bjuder in till underhållning och vin. Kostnad 100 kronor. **Ingen anmälan.**

14 maj **Tisdag 13.45**

Studiebesök

Visning av **Bonnierska Porträttsamlingen** på Nedre Manilla. Djurgårdsvägen 230-232. Kostnad 150 kronor.

Bindande anmälan senast 6 maj.

21 maj **Tisdag 13.00**

Månadsmöte

”Tanto 1917”. **Stella Fare**, författare, tidigare borgarråd berättar.

Bindande anmälan senast 16 maj.

**Vi tar gärna emot tips och synpunkter på
programinnehåll.**

**Vårt första månadsmöte i höst äger rum
tisdagen 27 augusti 2019 på Historiska Museet.**

**Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan
gällande kulturprogram på månadsmöten,
studiebesök och studiecirklar.**



ÖVRIGA AKTIVITETER

RESOR se separat program och hemsidan.

PENSIONÄRSRÅDET (SPR)

Margareta Thörnblom 073-741 64 35
Jan Mårdh 073-951 10 65

FÖRENINGENS STÖDPERSON

Stödperson för hjälp vid kontakter inom
äldreomsorgen.

Margareta Thörnblom 073-741 64 35

VÄNTJÄNST

Kontakt med gamla och ensamma.

Vi gör en insats! Är du intresserad, ring

Kaisa Nord 08-783 67 65

SYN- OCH HÖRSELOMBUD

(gemensam för Östermalmsföreningarna)

Yvonne Wendt 08-755 21 31

Hörsellinjen www.horsellinjen.se.

TRAFIKSÄKERHETSOMBUD

(gemensam för Östermalmsföreningarna)

Viveka Friberger 070-826 42 65

PROMENADER/STAVGÅNG (ca 1 timme)

Tisdagar 10.00, från 19 februari, Östra Station.

Torsdagar 10.00, från 21 februari, Djurgårdsbron.

Ingegerd Wernersson 070-736 57 00

VANDRINGAR med Hedvig Eleonora Seniorerna.

Samling vid Flygarmonumentet på Karlaplan.

Ta med matsäck och dryck. Åter ca 15.00.

Ledare: Lillemor Lindberg 08-660 94 18

Pian Sköld 08-660 60 51

Onsdag 3 april 09.50

Södermalm runt.

Onsdag 8 maj 09.50

Nyckelvikens naturreservat.

MOTIONSGYMNASTIK

för seniorer, även herrar.

Torsdagar 09.00 – 10.00

17 januari – 2 maj, ej skärtorsdag.

Garnisonen, Karlavägen 100.

Ledare: Lilian Roslund 076-599 44 55

Kostnad 500 kronor.

DATASUPPORT, digitala första hjälpen.

Östermalms bibliotek, Valhallavägen 146, 1 tr.

Drop in, vardagar 12.30 – 16.30.

ADVOKATJOURN

Måndagar 17.00 – 19.00

Kostnadsfri rådgivning under max 15 minuter. Ring

och boka 08-508 307 30 från kl 10.00 aktuell dag.

Östermalms bibliotek, Valhallavägen 146, 1tr.

MINGEL

Torsdagar 15.00

Scandic Park, Karlavägen 43.

Förmånligt pris.

MINGEL

Tisdagar 16.00 – 18.00

Clarion Hotel, Jungfrugatan 57.

Förmånligt pris.

PUB-TRÄFFAR

Onsdagar 15.00

The Londoner, Karlavägen 52-54.

16 januari, 13 februari, 6 mars, 10 april.

Förmånligt pris.

DANSTRÄFFEN

Fredagar 13.00 – 16.00

18 januari – 24 maj, ej långfredag.

Dansträffen ordnar eftermiddagsdans

i Fältöversten, ingång Valhallavägen 148,

vid busshållplatsen ”Värtavägen”.

Levande musik, se Karlaplans hemsida.

Kaffe/te och bröd ingår i priset. Kostnad 100 kr.

Annika Strandell 070-523 94 14

TÄVLINGSBRIDGE

Tisdagar 10.15

Från 8 januari. Fasta par. Platser lediga.

Östermalms Föreningsråd, Valhallavägen 148.

Anmälan till

Leif Persson 070-517 50 99

RABATTER OCH AVTAL

Lokalt på Östermalm har vi ett antal attraktiva rabatter. Vi har också ett antal erbjudanden, som förmedlas genom såväl SPF-Distriktet som SPF-Förbundet. Se hemsidan

www.spfseniorerna.se/karlaplan.

STYRELSEN SPF SENIORERNA KARLAPLAN

fram till årsmötet 19 februari.

Ordförande

Inger Öhman 070-231 16 92
inger.oehman@anates.se

Vice ordförande och Medlemsansvarig

Anders Rickardsson 073-619 83 51
anders.rickardsson@comhem.se

Styrelsesekreterare och Rabatter

Elisabeth Starby 070-884 81 35
lisastarby@gmail.com

Kassör

Margareta Östlind 070-831 01 89
margareta.ostlind@gmail.com

Program och Vuxenskolan

Lillebil Björkman 070-884 87 80
lillebullar@gmail.com

Hemsida, Frågesport och Program

Birgitta Agazzi 073-037 39 91
birgitta.agazzi@gmail.com

Rabatter

Birgitta Hagström 070-292 57 47
birgitta@hagstrommgmt.com

VALBEREDNING

Kerstin Danielsson 070-884 78 02
kerran.danielsson@gmail.com
Sammankallande

Hans Lindberg 073-022 14 62
hans.r.lindberg@gmail.com