

## Cirklar

### Bangolf

Måndagar kl. 15.00 vintertid.  
Bangolföreningens lokal på  
S:t Göransvägen 31.  
Maj-Britt Karlsson,  
070-509 36 16, eller bara kom.

### Bowling

Onsdagar udda veckor kl. 10.00 i  
Bowling Arena (bortom Elmia).  
Birgit Runhager, 036-17 63 10 eller 070-357 63 10

### Fika och frivillig stavgång

Torsdagar ca 10.00 på Rosariet eller  
Lindgården efter stavgången. Du är  
välkommen utan att delta i stavgången.  
Dagmar Kronstrand, 036-71 33 96

### Friskvårdsqigong

Onsdagar kl. 14.30-16.00.  
Studieförbundet Vuxenskolan,  
Huskvarnavägen 40, Industrihuset, ingång 11.  
Lena Andersson, 0730-239 205

### Litteratursirkel

Måndagar udda veckor kl. 10-12 i  
Studieförbundet Vuxenskolan  
Inger Norrlin, 036-12 95 42 alt. 070-558 38 10

### Läs och res

Lokal Studieförbundet Vuxenskolan,  
Huskvarnavägen 40  
Göran Viklander, 036-10 02 75 alt. 073-814 07 13

### Matlagning för damer

Lokal Studieförbundet Vuxenskolan,  
Huskvarnavägen 40  
Lilian Mattsson, 070-270 17 16

### Matlagning för herrar

Lokal Studieförbundet Vuxenskolan,  
Huskvarnavägen 40  
Göran Viklander, 036-10 02 75 alt 073-814 07

### Styrka och balans

Tisdagar 9.30-10.45 eller onsdagar 14.30-15.45.  
Professionell instruktör.  
Jönköpings Hotell- & Konferensanläggning, A6.  
Birgitta Dele, 070-332 04 60

### Världen nu

Vi träffas och diskuterar aktuella händelser  
Onsdagar jämna veckor kl. 10.00-1200  
Lindgården  
Göran Viklander, 036-10 02 75 alt. 073-814 07 13

### Friskvård med senioryoga

Måndagar kl. 10-11.30  
Lokal Studieförbundet Vuxenskolan,  
Huskvarnavägen 40  
Elisabeth Lindberg, 073-159 74 79

### Kontaktpersoner

Lilian Mattsson  
Göran Viklander  
Jan-Olof Svensson  
Bengt Åke Gustafsson  
Olle Burström  
Mari-Ann Josefsson

### Tel

070-270 17 16  
073-814 07 13.  
0735-32 67 20  
036-37 81 92  
070-220 54 77  
070-518 03 13

### Mejl

[lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)  
[jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)  
[mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)  
[olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com)  
[mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)

# Programblad våren 2018

## Din trivsel - vårt fokus

I samarbete med

## Januari

### Tisdag den 9 januari - Månadsmöte – Äldre i samhället

Vår distriktsordförande Kjell Lindström berättar om SPF Seniorernas arbete för att förbättra villkoren för oss äldre i samhället. Fanny Djurström, Rosenhälsan, berättar om deras äldreomsorg. Vi får också veta vad kommunens "Service Ellen" kan göra för oss. Vi fortsätter också vår serie om äldre i trafiken.



**Tid:** Tisdag den 9 januari kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården,  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

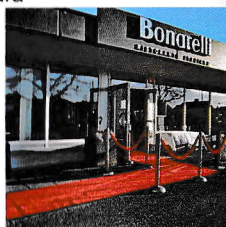
### Fredag den 19 januari - Afterwork på Bonarelli

Vi samlas för en stunds trevlig samvaro på restaurang Bonarelli.

Vi äter en bit mat och dricker det vi önskar samt inte minst umgås med andra trevliga seniorer.

**Tid:** Fredag den 19 januari kl. 17.00  
**Plats:** Bonarelli  
**Pris:** Buffé inkl. dryck 100:-

**Anmälan:** senast den 12 januari till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningssdag



### Torsdag den 25 januari - Studiebesök Järnvägsmuseet i Nässjö

I utställningen får Du en inblick i järnvägens historia. Följ med till stinsens expedition eller se järnvägens betydelse för Nässjö. Lär Dig hur ett ångloksmaskineri fungerar, ta en titt på rallarens verktyg och beskåda vår unika samlingar uniformsmärken, signaler och lokskyltar. Utanför finns bangården med en stor del av föreningens rullande materiel i form av lok och vagnar från hela 1900-talet.



**Tid:** Torsdag den 25 januari kl. 08.45  
**Plats:** Samling resecentrum för transport med tåg  
**Pris:** 120:- inkl. entré och lunch exkl. resekostnader

**Anmälan:** senast den 17 januari till Mari-Ann Josefsson,  
070-518 03 13, [mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningssdag

## Februari

### Tisdag den 13 februari - Årsmöte

Vi börjar med sedvanliga årsmötesförhandlingar och därefter blir det underhållning av trubaduren Alec, som också berättar om hur musik kan hjälpa människor med minnesproblem. Vi avrundar så klart med lottdragning och gemensam fika.

**Tid:** Tisdag den 13 februari kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården,  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs



### Onsdag den 21 februari - Studiebesök Erikshjälpen

Genom försäljning av skänkta second handvaror genererar Erikshjälpen Second Handbutiker medel till sociala och humanitära insatser via Insamlingsstiftelsen Erikshjälpen eller samarbetspartners. Vi får en guidad visning av verksamheten i Huskvarnabutiken av platschefen Mia Sörman.



**Tid:** Onsdag den 21 februari kl. 14.00  
**Plats:** Samling Lindgården samåkning med bil  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** senast den 14 februari till Jan-Olof Svensson,  
Tel: 0735-32 67 20 eller [jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningssdag

### Onsdag den 28 februari - Edda Magnason och Norrbottens Big Band

Edda Magnason tog musikerverige med storm när hon i filmen porträttligt gestaltade Monica Z. Nu får vi möta henne i egen person som sångerska, musiker och kompositör. Hon backas upp av Norrbotten Big Band.

**Tid:** Onsdag den 28 februari kl. 18.30  
**Plats:** Konsertsalen Spira,  
**Pris:** 200:-/person vid minst 20 deltagare  
(300:-/person vid mindre än 20).

**Anmälan:** Anmälan senast 26 januari till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter 26 januari.  
Betalning ska ha inkommit senast 30 januari 2018  
på Plusgiro 358576-7. Glöm inte ange namn





## Mars

### Måndag den 5 mars – Promenad Västersjön

Vi tar en promenad kring denna vackra badsjö. Sträckan kommer att bli runt 4 km i ganska lättgången terräng.



**Tid:** Måndag den 5 mars kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samäkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 1 mars till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13.  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

### Torsdag den 8 mars – Dalénmuseet Stenstorp

Möt Nobelpristagaren Gustaf Dalén och hans uppfinningar i denna spännande miljö. Ljud och ljusspel möter oss.

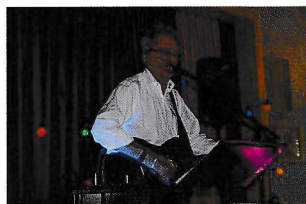
**Tid:** Torsdag den 8 mars kl. 09.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården för transport med buss  
**Pris:** 400 kr inkl. lunch  
Kontant betalning, gärna jämna pengar

**Anmälan:** senast den 20 februari till  
Lilian Mattsson, 0702-701716  
eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningdatum



### Tisdag den 13 mars – Månadsmöte med musikunderhållning

Kenneth Holmström har ett förlutet som musiker i dansbandet Drifters. Numera åker han runt med ett nostalgiprogram som innehåller gamla goa låtar som vi kommer ihåg. Kenneth spelar olika saxofoner, klarinett, elgitarr mm och sjunger till eget ackompanjement!



**Tid:** Tisdag den 13 februari kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** Entré 60 kr inkl. fika

**Anmälan:** Ingen anmälan

### Torsdag den 15 mars – Modevisning

Kristina Fritz kommer och visar oss vårens och sommarens dam- och herrmode från Seniorshop. Kläderna visas naturligtvis av våra egna eleganta modeller.

**Tid:** Torsdag den 15 mars kl. 16.00  
**Plats:** Seniorernas Hus  
**Pris:** 120 kr inkl. råkmacka och ett glas vin  
Kontant betalning med jämna pengar

**Anmälan:** senast den 5 mars till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningdatum



### Måndag den 19 mars – Promenad Rocksjön runt

Reservatet är beläget mitt i Jönköping. Förutom klarvattensjön Rocksjön finns här värdefulla våtmarker, sumpskogar och ett mycket rikt djur- och växtliv. Promenaden blir ungefär 4 km.



**Tid:** Måndag den 19 mars kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samäkning med egna bilar.  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 15 mars till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13.  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

### Torsdag den 22 mars – Studiebesök på Kabe husvagnar

På KABE, i småländska Tenhult, började tillverkning av husvagnar i början av 60-talet. Under 60 år har de utvecklat och producerat både husvagnar och husbilar. Vi gör ett intressant studiebesök på anläggningen i Tenhult.

**Tid:** Torsdag den 22 mars kl. 09.30  
**Plats:** Samling 09.00 vid Lindgården för samäkning med egna bilar.  
Ange om du har bil eller vill samåka.  
**Pris:** Ingen kostnad.  
Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 15 mars till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)



## April

### Tisdagen den 3 april – Promenad - Axamo

Vi tar en promenad vid Axamo motionsanläggning. Olika spårlängder finns att välja på.



**Tid:** Tisdag den 3 april kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samäkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 29 mars till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13.  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

### Tisdag den 10 april - Månadsmöte

Dagens gäst är Pelle Nyqvist, som kåserar om sitt liv inom radio- och tidningsvärlden och från tiden som Alf Svenssons pressekreterare.



**Tid:** Tisdag den 10 april kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

### Måndag den 16 april – Promenad IHKP

Vi går en promenad i ett naturskönt område inom Huskvarnabergens naturreservat. Vi väljer någon av lederna som utgår från IKHP stugan.

**Tid:** Måndag den 16 april kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samäkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 9 april till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)



### Torsdag den 26 april – Studiebesök Motala motormuseum

Här kommer alla motorintresserade att få sitt lystmäte tillgodosett. De uppbyggda miljöerna är inte bara några enkla kulisser, utan det är flera fullt fungerande miljöer. Det finns t.ex. en komplett fungerande bilverkstad från 20-30-talet, där "montörerna" pratar med varandra.



**Tid:** Torsdag den 26 april kl. 09.30  
**Plats:** Samling 09.30 vid Lindgården för samäkning med egna bilar.  
**Pris:** 120:-/person inkl. inträde och guidning.  
Var och en betalar sin egen lunch  
Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** senast den 19 april till Olle Burström,  
070-220 54 77 eller [olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter 19 april

### Fredag den 27 april – 30-års jubileum SPF Seniorerna Jönköping Öster

Boka in vårens stora begivenhet - VÅR STORA JUBILEUMSFEST. Det blir mat, dryck och levande musik och förhoppningsvis även lite annan underhållning. Dessutom hoppas vi få presentera våra tidigare ordföranden och lyssna på lite jubileumstal. Viktigast av allt är dock att vi blir många som ställer upp så att det blir en fest värd namnet.

**Tid:** Fredag den 27 april kl. 17.00  
**Plats:** Meddelas senare  
**Pris:** Meddelas senare

**Anmälan:** Senast den 20 april till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)



## Maj

### Onsdag den 2 maj – Promenad - Strömsberg

En bra tid att besöka Strömsberg är på våren när vitsippmattor breder ut sig och djuren är utsläppta i hagen. Om du väljer att gå en liten stig från de vältrampade stora kan du se djurspår vid sidan av bäcken.



**Tid:** Onsdag den 2 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samäkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 27 april till Lilian Mattsson,  
0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13.  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)



### **Söndag den 6 maj – Evert Taube i våra hjärtan - Jönköpings storband på Spira**

Vi låter Jönköpings Storband och Jönköpings Kammarkör öppna dörren till sommaren med en kavalkad av Evert Taubes älskade visor. Rosa går på bal, Rönnerdahl valsar, Havet skimrar och tärnan dyker i sin vik medan Kalle Schewen fredligt blandar sitt kaffe med Kron.

**Tid:** Söndag den 6 maj kl. 18.00  
**Plats:** Konsertsalen SPIRA  
**Pris:** 200:-/person vid min 20 deltagare.

**Anmälan:** senast 26 mars till Lilian Mattsson, 0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com).  
Anmälan är bindande efter 26 mars  
Betaling ska ha inkommit senast 28 mars 2018  
på Plusgiro 358576-7. Glöm inte ange ditt namn.



### **Tisdag den 8 maj – Månadsmöte Jönköpings länstrafik (JLT) informerar**

Ruth Svensson-Andersson från JLT kommer att informera om verksamheten som Länstrafiken utövar i stort och smått. Dessutom får vi veta om olika biljettsystem och vilka möjligheter vi som pensionärer har att åka billigare på länstrafikens resor. Tid för frågor kommer att finnas.



**Tid:** Tisdag den 8 maj kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika

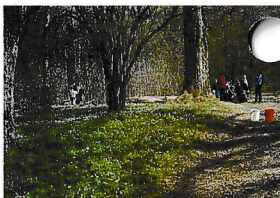
**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

### **Måndag den 14 maj – Promenad - Bondberget**

Motionsanläggningen är belägen vid det vackra naturreservatet Bondberget mellan Huskvama och Jönköping. Öxnegråden ägs och drivs av Friluftsförbundet.

**Tid:** Måndag den 14 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samäkning med egna bilar.  
**Pris:** Ingen kostnad.  
Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 11 maj till Lilian Mattsson, 0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13.  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)



### **Måndag den 21 maj till 23 maj – SPF gemensam resa till Rügen 3 dagar**

Ingår i resans pris: Bussresa Top Class, logi i dubbelrum, 2 st frukost, 2 st middag, Heldagsutflykt Rügen med svensktalande guide, Kap Arkona, lunch, tågresa, Bro-/ färjeavgifter samt vägskatter. Detaljerat program erhålls vid intresse.  
OBS! Max 50 personer!

**Tid:** 21 – 23 maj  
**Plats:** Meddelas senare  
**Pris:** 3 750:-/person (enkelrumstillägg 460:-)

**Anmälan:** senast den 15 mars till Bengan Gustafsson, 036-37 81 92 eller [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum



### **Fredag den 25 maj – Pubkväll Pipes of Scotland**

Vi samlas för att äta en bit mat, umgås och ha trevligt i en lugn miljö. Vi hinner säkert med ett glas öl eller vin också, men det viktiga är ändå Att träffas och umgås.



**Tid:** Fredag den 25 maj kl. 17:00  
**Plats:** Brunngatan 13  
**Pris:** Alla betalar var för sig

**Anmälan:** senast den 20 maj till Olle Burström, 070-220 54 77 eller [olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com) eller bara kom som du är

### **Fredag den 25 maj – Studiebesök Sofiakyrkan**

Följ med på guidad visning i Sofiakyrkan, församlingsskyrka för Sofia och Järstorps församlingar, uppförd under 1880-talet i nygotisk stil och återinvigd 2005 efter renovering. Om vi har tur får vi kanske också lyssna på orgelmusik innan vi efteråt går till närbelägna Sofiehof för lunch.

**Tid:** Fredag den 25 maj kl. 12.15  
**Plats:** Samling vid Sofiakyrkan kl: 12.00  
**Pris:** 120 kr inkl. lunch på Sofiehof  
**Anmälan:** Senast den 14 maj till Lilian Mattsson, 0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)



### Måndag den 28 maj – Promenad – Dumme Mosse

Dumme Mosse är ett naturreservat som har ett fantastiskt djur- och växtliv. På spångade leder kan du göra en härlig vandring på södra Sveriges sista vildmark.

**Tid:** Måndag den 28 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samäkning  
**Pris:** Ingen kostnad.  
Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 25 maj till Lilian Mattsson, 0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
alt. Göran Viklander 073-814 07 13.  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)



### Torsdag den 31 maj – Lars Lerin

Vi åker buss till Karlstad för att besöka det gamla danspalatset Sandgrund som numera är Lars Lerins permanenta konsthall. Här får vi en guidning runt Lars Lerins fantastiska utställning. Vi får även besöka gästutställningsrummet där det finns utställningar av speciellt inbjudna konstnärer inom olika former. OBS! Begränsat antal platser (29 st)



**Tid:** Torsdag den 31 maj kl. 07.00  
**Plats:** Samling Lindgården för gemensam färd med buss.  
**Pris:** 500 kr inkl. lunch och guidning  
**Anmälan:** Senast den 11 maj till Lilian Mattsson, 0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)

### Juni

#### Tisdag den 12 juni – Månadsmöte, en flygvapenpilot berättar

En erfaren stridspilot i Svenska flygvapnet berättar om hur det känns att flyga ett stridsflygplan (Viggen). Hur är det är att flyga 5 meter från en kompis i överljudsfart och inte minst, hur känns det att krascha med ett stridsflygplan. Det här kan nog bli en av vårens mest intressanta och spännande föreläsningar.

**Tid:** Tisdag den 12 juni kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

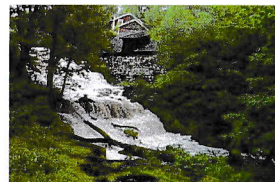


### Tisdag den 19 juni – Röttle by

Byns karaktär kommer från de industrier som har utnyttjat Röttleåns vattenkraft. Flera kvarnar har funnits längs ån. Idag finns två stycken bevarade, Rasmus kvarn och Jerusalems kvarn. I byn har även Smålands äldsta pappersbruk legat. Vi börjar besöket med en gemensam lunch för att sedan få en intressant guidning.

**Tid:** Tisdag den 19 juni kl. 11.45  
**Plats:** Samling vid Lindgården för samäkning med egna bilar. Ange om du har bil eller vill samåka.  
**Pris:** 160:-/person inkl. guidning och lunch  
Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** senast den 12 juni till Lilian Mattsson, 0702-701716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningdag



### Juli

#### Torsdag den 5 juli – Jordgubbstårta i Bönared

Den numera traditionella utflykten Bjurbäck hembygdsgård för att återigen avnjuta deras underbara jordgubbstårta. Vi åker med egna bilar till Bönared.

**Tid:** Torsdag den 5 juli kl. 14.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården för samäkning med bil.  
Ange vid anmälan om du vill samåka.  
**Pris:** Var och en betalar sin fika  
Samäkning 5kr/mil betalas till förare

**Anmälan:** senast den 28 juni till Bengan, 036-37 81 92  
eller [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)



#### Arrangemangen genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

- Betalning:** kontant, om inte annat anges, och gärna med jämna pengar.  
I vissa fall kan betalning ske via Plusgiro 358 576-7
- Anmälan:** till samtliga programpunkter utom månadsmöten, kan alltid göras på föreningens hemsida, eller till Lilian Mattsson 0702-701 716 eller [lilian-mattsson@hotmail.com](mailto:lilian-mattsson@hotmail.com)  
Anmälan är alltid bindande efter den sista anmälningdagen.  
**Vid utebliven närvaro på aktivitet utan giltigt förfall utgår full avgift.**
- Begränsning** På de flesta studiebesöken, utflykter samt temamöten är deltagarantalet begränsat
- Ändringar** Det kan förekomma ändringar i programmen under pågående säsong. Detta meddelas via månadsmöte, SPF:s hemsida, e- post eller telefon till anmälda. Det är dock den enskilde deltagarens ansvar att känna till vad som gäller för respektive aktivitet