

PROGRAM

VÄLKOMMEN till våra arrangemang.

Förutom här på hemsidan annonseras de också i Östanfläkten.

Månadsmöten och andra arrangemang genomförs i samarbete med



2016-01-12

Månadsmöte - EU

Referat



På årets första månadsmöte får vi besök av Sophia El Masry, EU-samordnare, från Europa Direkt. Vi får höra om EU:s födelse, utvidgning, politiska områden, institutioner och fram till vad dagens EU sysslar med.

Europa Direkt ingår i ett informations- och kommunikationsnätverk som drivs av Europeiska kommissionen. I Jönköpings län är Region Jönköpings län värdorganisation.

Tid Tisdagen den 12 januari kl. 14.30

Plats: Lindgården (handikappanpassat)

Pris 60:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

Månadsmötet genomförs i samarbete med 

2016-01-19

Vinprovning

Referat

Välkommen till vinprovning med Vinklubben Tre Kronor.

Vi provar minst 8 olika viner och till det har vi en rad olika smakbitar som illustrerar vinets möjligheter.

Det behövs inga förkunskaper



utom ditt sinne för det goda i livet

Tid tisdagen den 19 januari

Plats: Grand Hotel

Pris 350:-

Betalas in på plusgirokonto
358576-7 i samband med anmälan

Anmälan Lilian Mattsson, 0702-701716

lilian-mattsson@hotmail.com

senast den 9 januari

Därefter är anmälan bindande.

Begränsat antal deltagare.

2016-01-28

Studiebesök på Spira och gemensam lunch

Referat

Vi gör en rundvandring i Spira, då vi också får se hur det ser ut bakom scener och i verkstäder.

Därefter äter vi gemensam lunch i restaurangen på Spira.

Tid torsdagen den 28 januari kl. 11.50

Plats: Samling i Spiras foajé.

Pris 120:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

Anmälan Lilian Mattsson, 0702-701716

lilian-mattsson@hotmail.com

senast den 21 januari



Begränsat antal deltagare.

2016-02-03

Referat

Temamöte om din ekonomi



Du är välkommen till temamöte om din ekonomi. Forex och Länsförsäkringar kommer att berätta om sina tjänster när det gäller kontanthantering, spara och låna, och andra bank- och försäkringstjänster.

Tid onsdagen den 3 februari kl. 14.00

Plats: Länsförsäkringar, Barnarpsgatan 22,
Jönköping

Anmälan Bengt-Åke Gustafsson,
mb.gustafsson@gmail.com eller
 076-2558555

senast den 28 januari,
 därefter är anmälan bindande.

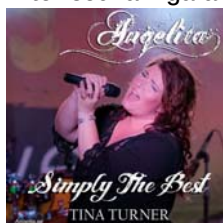
Begränsat antal deltagare.

2016-02-09

Välkommen till årsmöte

Referat

Efter sedvanliga årsmöteshandlingar underhåller Angelita Noon.



Tid Tisdagen den 9 februari kl. 14.30
Plats: Lindgården (handikappanpassat)
Pris 60:-
 Kontant betalning, gärna jämna pengar

Månadsmötet genomförs i samarbete med  Studieförbundet
 Vuxenskolan

2016-02-18

Guidad visning av Miliseum samt lunch

Referat

Miliseum Skillingaryd ingår i nätverket Sveriges
 Militärhistoriska arv och verksamheten drivs av
 Stiftelsen Regementsheden Skillingaryd.

Miliseum är beläget inom Skillingaryds Västra läger.
 Uppbyggnad av museiverksamheten skedde under 2010
 - 2013.

Vi får en inblick i de indelta
 soldaternas och deras familjers
 levnadsvillkor både hemma på
 torpet och under övningar på
 regementsheden. Heden i
 Skillingaryd gick under namnet
 "Slätten".

Miliseum är också det nationella
 museet för Ingenjörtrupperna.
 Efter en guidad visning av
 Museet åker vi en kort bit och



äter traditionell ärtsoppa och pannkakor.

Tid torsdagen den 18 februari kl. 10.00

Plats: Samling vid Lindgården för samåkning.

Ange vid anmälan om du har plats i bilen eller vill samåka.

Pris 150:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

Anmälan Bengt-Åke Gustafsson, 076-2558555

mb.gustafsson@gmail.com

eller

Lilian Mattsson, 0702-701716

lilian-mattsson@hotmail.com

Anmälan är bindande efter den 11 februari.

2016-02-25

Studiebesök på I.Ö. Mekaniska AB och gemensam lunch

Vi gör ett studiebesök på I.Ö. Mekaniska AB som tillverkar fågelringar.

Varje år tillverkar det lilla företaget flera miljoner ringar för fågelmärkning.

Man exporterar till Europa, liksom till märkningscentra i Asien, Afrika, Nord- och

Sydamerika, Australien och Nya Zeeland.

Före studiebesöket äter vi lunch på Lillgården.



(Foto: Ottenby Fågelstation)

Tid: torsdagen den 25 februari

Plats: Samling vid Lindgården kl. 12.30 för samåkning. Om du vill samåka eller har plats i bilen, ange det vid anmälan

Vägbeskrivning I.Ö. Mekaniska AB finns på Fabriksvägen 6, Bankeryd

Pris: 120:- inkl. lunch

kontant betalning, gärna jämna pengar

Anmälan: till

Lilian Mattsson, 0702-701716,

lilian-mattsson@hotmail.com

senast den 18 februari

Därefter är anmälan bindande.

Deltagarantalet är begränsat.

2016-03-08

Månadsmöte - Modevisning

Referat

Seniorshopen presenterar vårens och sommarens dam- och herrmode

Tid Tisdagen den 8 mars kl. 14.30

Plats: Lindgården (handikappanpassat)

Pris 60:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

Ingen anmälan

Månadsmötet genomförs i samarbete med



2016-03-15

Lev friskare med SPF!

Referat



Nu handlar det om dina läkemedel.

Kjell Lindström, läkare och distriktsordförande i SPF

Seniorerna, informerar och svarar på frågor om läkemedel. Du får

också med ett litet kort med 2 frågor, som du ska använda som hjälp nästa gång du pratar med din doktor.



Välkommen!

Tid tisdagen den 15 mars kl. 14.00

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan,
Huskvarnavägen 40, Jönköping
busshållplats: Rosenlunds torg

Pris 30:- inkluderar pausfika
kontant betalning och gärna jämna
pengar

Anmälan senast den 8 mars
till Birgitta Dele
0703-320460, b.dehle@netatonce.net

Anmälan är bindande efter sista
anmälningsdatum

2016-03-18

Nu är det dags igen för

Referat

After Work på Bonarelli



Tid fredagen den 18 mars
kl. 17.00

Plats: Restaurang Bonarelli, Huskvarnavägen

Pris Pris: 100:- inkl. ett glas alkoholhaltig dryck
95:- inkl. ett glas lättdryck
betalas direkt till restaurangen

Anmälan till Lilian Mattsson,
e-post lilian-mattsson@hotmail.com
Senast den 14 mars
Anmälan är bindande.

2016-03-31

Referat

Norrahammars Industrimuseum och gemensam lunch

Efter en gemensam lunch gör vi ett besök på Norrahammars Industrimuseum, ett industri- och bygdemuseum som speglar bygdens industriella utveckling från mitten av 1800-talet fram till nutid. Museet visar bredden på Brukets tillverkning från enkla köksredskap till tekniskt avancerade fastighetspannor.



Tid: torsdagen den 31 mars kl 12.00

Plats: Samling vid Lindgården för samåkning. Ange vid anmälan om du vill samåka eller har plats i bilen.
Vi äter lunch på Spånhults Herrgård ca kl. 12.30

Pris: 120:- inkl. lunch
kontant betalning, gärna jämna pengar
Samåkning 5:-/mil

Anmälan: till
Lilian Mattsson, 0702-701716,
lilian-mattsson@hotmail.com

Anmälan senast den 24 mars. Därefter är anmälan bindande.

Deltagarantalet är begränsat.

2016-04-07

REFERAT

Kom och prova på boule!

som spelas genom att kulor av stål kastas mot en liten tråkula, kallad "lillen".



Tid torsdagen den 7 april
kl. 15.45

Plats: I ´ Stan Boule
Barrsättragatan 22, Hovslätt
hitta dit - [klicka här](#)

Pris Pris: 100:- inkl. räksmörgås och lättöl/
vatten, kaffe, kaka samt
bouleklot

Anmälan till Lilian Mattsson, 0702-701716,
e-post lilian-mattsson@hotmail.com
Senast den 24 mars
Anmälan är bindande.

2016-04-09

Referat

Veterantåg till Galenskaparna After Shave

Vi stiger på veterantåget från Nässjö Järnvägmuseum och reser till Göteborg och Lorensbergsteatern, där vi ser

Spargrisarna kan rädda världen - en väldigt ny revy där fyra herrar i ord, toner, hopp och steg, tillsammans med en ofattbart stor tiomannaorkester tar sig an samtidens samtliga samtalsämnen i en halsbrytande quickmix.



Tid: Lördagen den 9 april

Plats: från Jönköping C

Pris: 1.495:- i 1 klass

I resan ingår frukost och supé i restaurangvagnen samt revybiljett

Anmälan: till

Lilian Mattsson, 0702-701716,

lilian-mattsson@hotmail.com

Anmälan senast den 30 januari.

Därefter är anmälan bindande.

Begränsat antal platser

2016-04-12

REFERAT

Månadsmöte - Hätta, kubb och dragspel - Hattens historia

Birgitta Hansen, välkänd i Jönköping för bl.a. sina hattluncher och med sitt stora intresse för huvudbonader tar oss med på en hattresa från slutet av 1800-talet fram till nutid. Hattens och huvudbonadens betydelse, mode och flera roliga historier på vägen.



Hattens historia kompas av dragspelsorkestern Klavertrampet, som i takt med hattens mode och utveckling spelar och berättar om musik, dans och trender.



Tid Tisdagen den 12 april kl. 14.30

Plats: Lindgården (handikappanpassat)

Pris 60:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

Månadsmötet genomförs i samarbete med  Studieförbundet Vuxenskolan

2016-04-27

Storbandskväll på Guvernören

Referat

Välkommen till

en plats vid vårt gemensamma långbord med räkmacka och bordsvatten/lättöl samt en storbandskväll på Guvernören med "vår" musik.



Tid onsdagen den 27 april
insläpp från kl 18.15, Storbandet
börjar spela 19.30

Plats: Restaurang Guvernören, Vallgatan,
Jönköping

Pris 100:- inträde, betalas till restaurangen
125:- räkmacka, bordsvatten/lättöl
samt
kaffe/kaka. Betalas till Lilian
Kompletterande drycker köps
direkt
av restaurangen.

Anmälan till Lilian Mattsson,
e-post lilian-mattsson@hotmail.com
Senast den 20 april
Anmälan är därefter bindande.

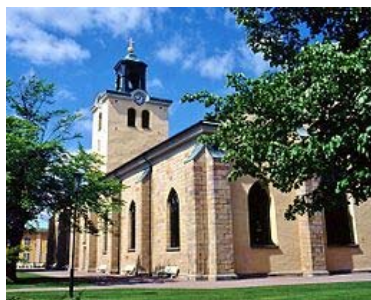
2016-04-28

Referat

Studiebesök i Kristine kyrka

Efter en gemensam lunch gör vi ett studiebesök i Kristine kyrka, som grundades på Kristinadagen den 24 juli 1649 och invigdes den 20 april 1673. Vi får en guidad visning av kyrkans historia och utsmyckning.

Under årens lopp har kyrkan genomgått ett antal renoveringar, senast i slutet av 1900-talet.



Tid: torsdagen den 28 april kl 13.00
Plats: vi börjar med lunch och återkommer med information om var
Pris: 120:- inkl. lunch
 kontant betalning, gärna jämna pengar
Anmälan: till
 Lilian Mattsson, 0702-701716,
lilian-mattsson@hotmail.com
 Anmälan senast den 21 april. Därefter är
 anmälan bindande.

Deltagarantalet är begränsat.

2016-05-02

Referat

Påskliljorna i Fagerås

Vi gör en utflykt med egna bilar till Fagerås och strövar omkring och tittar på de fantastiska påsk- och pingstliljorna.

1978 planterades de första lökarna, ca 500 stycken, vid den gamla smedjan. Sedan dess har över en miljon lökar planterats på de gamla slåtterängarna runt huse

Efter promenaden fikar vi. Ta med egen kaffekorg eller köp fika där.



Tid måndagen den 2 maj kl. 11.00
Plats Samling vid Lindgården för samåkning
 Ange vid anmälan om du har plats i bilen eller vill samåka
Pris inträde 60:-, endast kontant betalning
 Samåkning 5:-/mil

Anmälan senast den 25 april
till Bengt-Åke Gustafsson, 076-2558555
mb.gustafsson@gmail.com

Efter den 25 april är anmälan bindande

2016-05-03

Ölprovning



Vi träffas i Systembolagets butik i Atollen. Vi får en teoretisk genomgång av olika ölsorter, hur de tillverkas och hur de smakar och vad de kan användas till



samt lite ölhistoria med Sverige som utgångspunkt. Så är det dags för provning, ca fem sorters öl till en tapastallrik med våra grundsmaker som gemensam nämnare. Alltså sött, salt, surt, beskt och umami. Den kan innehålla t.ex. salta ostar, het salami, smakrik skinka, söt chokladfudge.
Inga förkunskaper krävs.

Tid tisdagen den 3 maj
kl. 19.30 - ca 21.30

Plats: Systembolagets butik, Fiskargränd 5,
Jönköping (Atollen)

Pris Pris: 350 kr, betalas på plats

Anmälan till Lilian Mattsson,
e-post lilian-mattsson@hotmail.com
Senast den 25 april
Anmälan är bindande.

2016-05-10

Månadsmöte - maj

Referat

Välkommen till vår visning av Christer Möllers omtalade film om Calle Örnemark -
Mannen som gjorde det omöjliga möjligt.

Calle Örnemark är mest känd för sina träskulpturer i rivningstimmer, bland annat "Det indiska reptricket", som stod på Riddersberg, "Sju sekel" vid Hamnkanalen i Jönköping, och inte minst "Jätten Vist" vid E4:an i Huskvarna.



Tid Tisdagen den 10 maj kl. 14.30

Plats: Lindgården (handikappanpassat)

Pris 60:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

Månadsmötet genomförs i samarbete med



2016-05-17

Referat

Temamöte - Lev friskare med SPF!



Nu handlar det om Bara Fötter

Birgitta Dele, auktoriserad fotterapeut, föreläser om "Kroppens Doldisar".

Du får veta allt om hur foten är uppbyggd, Varför du får ont i ryggen och knän orsakat av fötterna mm. Egenvård med massor av tips.

Välkommen!

Tid tisdagen den 17 maj kl. 14.00

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan,
Huskvarnavägen 40, Jönköping
busshållplats: Rosenlunds torg

Pris 30:- inkluderar pausfika
kontant betalning och gärna jämna
pengar

Anmälan senast den 10 maj
till Lilian Mattsson
0702-701716,
lilian-mattsson@hotmail.com

Anmälan är bindande efter sista
anmälningsdatum

2016-05-17 -- 2016-05-24

Välkommen på resa till

De baltiska huvudstäderna och Hitlers Varglya



Tallinn



Riga



Vilnius



Varglyan

Resan går med buss från Jönköping, nattfärja från Stockholm till Tallinn, där vi bor en natt. Bussen går vidare via Pärnu till Riga med två övernattningar. Dag 5 åker vi vidare till Litauen och övernattar i Vilnius. Följande dag kommer vi in i Polen där vi kommer att besöka Hitlers högkvarter i Polen, den s.k. Varglyan, ett jättelikt bunkerkomplex och flera luftskyddsrum på en yta av 250 hektar. Övernattning i Mikolajki. Dag 7 fortsätter vi till Gdansk och Gdynia med ett stopp vid Westerplatte och så småningom tar vi båten till Karlskrona. Sista dagen, dag 8, kommer vi hem till Jönköping sent på eftermiddagen.

Tid tisdag 17 maj - tisdag 24 maj

Pris

Pris: 8.300 kr, enkelrumstillägg 2.180 kr

I priset ingår:

bussresa

båtresor

halvpension med del i dubbelrum

del i 2-bäddshytt insides med sängar på golvet

utflykter enligt programmet

7 middagar

1 lunch (hemresan)

7 frukostar

busskaffe på väg till Stockholm

entréavgifter och stadsrundturer med guidning (svensktalande)

Avbeställningsskydd 150 kr, betalas samtidigt med anmälningsavgiften

Övrigt Reseförsäkring ingår ej i resans pris.

Valuta: euro och i Polen zloty.
Mastercard och Visakort gällere på de
flesta större varuhus.

Anmälan till

Bengt-Åke Gustafsson, 076-2558555

mb.gustafsson@gmail.com

Senast den 1 april

Anmälan är bindande.

För mer specificerad information om resan kontakta Bengt-Åke, se ovan

2016-05-26

Referat

Stadsvandring och lunch

Välkommen till en guidad stadsvandring i centrala Jönköping med SPF Öster och Lena Andersson.



Vandringen avslutas med lunch.

Tid torsdagen den 26 maj
kl. 12.00

Plats: Vi träffas vid fontänen i Rådhusparken

Pris Pris: 120:-

Anmälan till Lilian Mattsson,
e-post lilian-mattsson@hotmail.com
Senast den 19 maj
Anmälan är bindande.

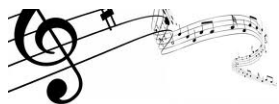
2016-06-14

Månadsmöte - juni



Musikquiz

Referat



En musikalisk lek

Vad minns du från 1900-talet ?

En blandning av musik och händelser på 1900-talet. Tjugo händelser i kombination med ett musikstycke leder dig till

rätt årtal. Ett Quiz där samarbete två och två kan vara en fördel.

Dessförinnan kommer Kristina Fritz och informerar om Studieförbundet Vuxenskolan och samarbetet med SPF Seniorerna.

Välkommen!

Tid Tisdagen den 14 juni kl. 14.30

Plats: Lindgården (handikappanpassat)

Pris 60:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

OBS! inga utgående sedlar

Månadsmötet genomförs i samarbete med  Studieförbundet Vuxenskolan

2016-06-16

Herrträff

UPPROP!

Vi vill komma i kontakt med fler herrar inom SPF Seniorerna Jönköping Öster för att kunna vaska fram fler idéer till aktiviteter som i huvudsak tilltalar herrar.

Vi tänker ha en brainstorming kring ämnet "manliga aktiviteter". Har du möjlighet, har du idéer och är du intresserad, så kom och hjälp oss med detta!

Tid Torsdagen den 16 juni kl. 14.00

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan

Huskvarnavägen 40

Jönköping

eller hör Olle Burström, 070-220 54 77

av dig till:

Ta nu det här tillfället för att påverka kommande aktiviteter!

2016-06-30

Se Jönköping från sjösidan!

Referat

I slutet av juni träffas vi för gemensam lunch och därefter går vi ombord på Flotten för en guddad tur på Munksjön. Vi får uppleva Jönköping från sjösidan med vackra vyer och underhållande berättelser om stadens dåtid, nutid och framtid. Och vi hoppas att vädrets makter är oss nådiga!

Tid: torsdagen 30 juni kl. 13.30
 Plats: vi samlas utanför Esters Kök & Bar
 Pris: 100:- för lunch och guidning
 Kontant betalning, gärna jämna pengar.
 OBS! inga utgående sedlar
 Anmälan: till Ulla Ekvall, 073-096 23 35
ulla.ekvall@telia.com



Senast den 23 juni.
 Anmälan är bindande efter sista
 anmälningsdatum.

Deltagarantalet är begränsat

2016-07-05

Referat

Jordgubbstårta i Bönared

Vi gör en utflykt med egna bilar till Bönared, där vi dricker kaffe och äter jordgubbstårta hos Bjurbäcks hembygdsförening.



Tid: tisdagen den 5 juli kl. 14.00
 Plats: Samling vid Lindgården för samåkning
 Ange vid anmälan om du har plats i bilen eller vill samåka
[här finns vägbeskrivning](#)
 Pris: var och betalar sin fika
 Samåkning 5:-/mil
 Anmälan senast den 28 juni
 till
 Lilian Mattsson, 0702-701716
lilian-mattsson@hotmail.com

Efter den 28 juni är anmälan bindande

2016-07-21

Referat

Siggarpsboden - Världsfotoutställningen: Mord, skandaler och några skratt



Vi börjar med gemensam lunch på Gränna Golfklubb. Därefter åker vi till Siggarpsboden och tittar på årets Världsfotoutställning: Mord, skandaler och några skratt. I år är det tioårsjubileum för Siggarpsboden och utställningar av Kai Rehns foton från ett långt och världsomspännande yrkesliv som fotograf på bland annat Aftonbladet. Bilder som får oss att minnas och bli berörda av stora och små händelser.

Här finns också en liten handelsbod med presentartiklar, hantverk mm.

Tid Torsdagen den 21 juli
kl. 12.00

Plats: Samling vid Lindgården kl. 12.00 för samåkning. 5:-/mil
Om du vill samåka eller har plats i bilen, ange det vid anmälan.

Pris 150:-
Kontant betalning, gärna jämna pengar

Anmälan senast den 14 juli
Bengt-Åke Gustafsson, 076-2558555
mb.gustafsson@gmail.com
eller
Lilian Mattsson, 0702-701716
lilian-mattsson@hotmail.com

Anmälan är bindande efter den 14 juli

2016-07-30

Referat

Vi samlas vid Lindgården för samåkning till Tranås. Vi går ombord på Boxholm II för en ångbåtstur till Torpön, där en måltid serveras. Ange vid anmälan om du vill äta lax eller rostbiff.

Tid: torsdagen den 30 juli kl. 8.00

Plats: Samling vid Lindgården. Samåkning till Tranås

Pris: 400:- för lunch och båttur
Samåkning 5:-/mil
Kontant betalning, gärna jämna pengar

Anmälan: Senast den 23 juli
Bengt-Åke Gustafsson, 076-2558555
mb.gustafsson@gmail.com
eller
Lilian Mattsson, 0702-701716
lilian-mattsson@hotmail.com

Anmälan är bindande.

Deltagarantalet är begränsat

2016-08-09

Indiern som cyklade till Borås

Referat

På månadsmötet i augusti får vi lyssna på P.K. Mahanandia, som berättar om sitt fängslade liv och om kärleken som drivkraft.



"Tidigt på morgonen den 28 maj 1977 såg han en vitsippa för första gången i sitt liv. Den långa cykelresan från New Delhi, över Hindukushs karga rygg, genom Irans heta öknar och längs Svarta havets klippiga kust var snart över. De blanka blåskimrande spårvagnarna gled ljudlöst förbi varandra framför Centralstationen i Göteborg, koltrasten sjöng, häggen blommade och vårhimlen var hög, luften klar och sval.

Han ringde ett telefonsamtal och nästa dag kom Lotta och hämtade honom, och de åkte i hennes bil längs riksväg 40 den allra sista biten av den långa resan; förbi Landvetter, Bollebygd och Borås, till Målsryd.

Han hade äntligen återförenats med sin kärlek och sitt öde.

Profetian i palmbladet hade slagit in.

För Pradyumna Kumar Mahanandia kändes det som om han kommit hem."

(hämtat från P.K. Mahanandias hemsida)

Tid Tisdagen den 9 augusti kl. 14.30

Plats: Lindgården (handikappanpassat)

Pris 60:-

Kontant betalning, gärna jämna pengar

Ingen anmälan

Månadsmötet genomförs i samarbete med



Studieförbundet
Vuxenskolan

2016-08-25

Vandring runt Rocksjön och lunch

Med Lennart Lindberg som ciceron går vi en promenad runt Rocksjön. Vi samlas vid restaurang Hasse på Sjökanten, där vi också avslutar med lunch.



Tid torsdagen den 25 augusti
kl. 12.00

Plats: Samling vid Hasse på Sjökanten

Pris Pris: 120:- inkl. guidning och lunch

Anmälan till Lilian Mattsson,
e-post lilian-mattsson@hotmail.com

Senast den 18 augusti

Anmälan är bindande.

2016-08-31

Räkfrossa

Välkommen till SPF Seniorerna Jönköping Östers
Augustifest med räkfrossa



Tid onsdagen den 31 augusti
kl. 18.00

Plats: Seniorernas Hus, Klostergatan 69
Buss linje 1, 3 m.fl.

Pris Pris: 150:- i priset ingår räkbuffé och 1
dryck - öl, vin, alkoholfritt
kontant betalning, gärna jämna
pengar.

För den som vill ha mer att dricka finns
bar med vin, öl och alkoholfritt

Anmälan Olle Burström, 070-220 54 77,
olleburstrom@gmail.com eller
Lilian Mattsson, 0702-70 17 16
e-post lilian-mattsson@hotmail.com
Senast den 24 augusti

Anmälan är bindande.
