

| Klockslag            | Måndag                                                                                                                                                               | Tisdag                                                                                                                               | Onsdag                                                                                                                                                                                                                                 | Torsdag                                                                                                                                                                   | Fredag                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9.00 – 10.00         | Linedance,<br>nybörjare<br>kl 09.30 – 11.00<br>7/9, 14/9, 21/9,<br>28/9, 5/10, 12/10,<br>19/10, 26/10, 2/11,<br>9/11, 16/11, 23/11<br>PRO-lokalen,<br>Ö Storgatan 12 |                                                                                                                                      | Vandringar långa<br>9.00 – ca 12.00<br>Start 19/8<br>Se Vandringslista                                                                                                                                                                 | Linedance,<br>fortsättning<br>kl 09.30 – 11.00<br>10/9, 17/9, 24/9,<br>1/10, 8/10, 15/10,<br>22/10, 29/10, 5/11,<br>12/11, 19/11, 26/11<br>PRO-lokalen,<br>Ö Storgatan 12 |                                                                                                                                                                                                                              |
| 10.00 – 14.00        | Vattengympa<br>kl 10.30 – 11.30<br>14/9, 21/9, 28/9,<br>5/10, 12/10, 19/10,<br>2/11, 9/11, 16/11,<br>23/11<br>(lov V44 26/10)<br>Holjebadet                          | Boule<br>kl 10.00 – 12.00<br>Pågår under hela<br>året i Växtverkets<br>lokaler vintertid<br>och<br>Bakom gamla<br>Hotellet sommartid | Vandringar korta<br>kl 10.00 – ca 11.30<br>Start 19/8<br>Blåsegylet                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                              |
| 14.00 – 16.00        | Canasta<br>kl 14.00 – 16.00<br>SPF-lokalen<br>Pågår under hela<br>året                                                                                               | Bokcirkel<br>kl 14.00 – 16.00<br>Start 22/9<br>Vuxenskolas<br>lokaler<br><br>Tiderna hösten<br>2024                                  | Luftgevärsskjutning<br>minst 4 deltagare<br>kl 14.00-15.00<br>9/9, 16/9, 23/9,<br>30/9, 7/10<br>Skyttefören lokal<br>Idrottsvägen 6<br><br>Körsång<br>kl 16.00-17.30<br>Start 16/9<br>varannan vecka<br>10 ggr<br>Högavångs-<br>skolan | Medlemsmöte<br>kl 14.00 –<br>6/8, 27/8, 24/9,<br>22/10, 19/11, 11/12<br>Lokal: Se inbjudan                                                                                | Övrigt<br><br>Besök gärna vår<br>hemsida<br>och/eller följ oss<br>på vår<br>Faceboksida<br>SPF Seniorerna<br>Olofströmsbygden<br>Vi har också en<br>app SPF<br>Seniorerna sök<br>därefter på<br>Förening<br>Olofströmsbygden |
| 16.00 – 19.30        |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                      | Matlagningskurs<br>för herrar<br>kl 16.30 – 18.00<br>23/9, 7/10, 21/10,<br>4/11, 18/11<br>Högavångsskolans<br>hemkunskapslokal                                                                                                         |                                                                                                                                                                           | Företagsbesök<br>planerat till<br>september/<br>oktober månad                                                                                                                                                                |
| Sponsorer/<br>bidrag |  OLOFSTRÖMS<br>KOMMUN                                                             | Sparbanken<br>i Karlshamn                         |  Studieförbundet<br>Vuxenskolan                                                                                                                     |  www.olofstromshus.se                                                                |  OLOFSTRÖMS<br>KRAFT AB<br>Vi ger livskvalitet                                                                                          |

**Företagsbesök 1-2 ggr/år.** För att deltaga i aktiviteterna krävs medlemskap i SPF Seniorerna Olofströmsbygden.

Kontakta [n.arne.larsson@gmail.com](mailto:n.arne.larsson@gmail.com) för att bli medlem. Anmälan till aktiviteterna se inbjudan.

VÄLKOMMEN TILL GEMENSKAPEN MED ANDRA SENIORER!