



Mötes- och aktivitetsprogram

Nr 1 / 2020

För nyheter och uppdateringar,
besök vår hemsida:
spf.se/kamraterna-orebro

Styrelse

Vice ordf	Christer Johanson	019-24 61 30	chyl.johanson@hotmail.se
Sekr	Christina Hjorth Aronsson	070-870 16 18	christina.hjorth-aronsson@telia.com
Vice sekr	Gunilla Hedqvist	070-576 41 35	hedqvist.gunilla@telia.com
Kassör	Vakant		
Ledamot	Gösta Jedberger	070-595 03 44	jedberger@telia.com
Ledamot	Lars Göran Bergman	073-360 14 35	bolars74@gmail.com
Ledamot	Hans Emanuelsson	070-598 46 46	hans.c.emanuelsson@gmail.com

Ombud

Resor	Lars Göran Bergman	073-360 14 35	bolars74@gmail.com
Arrangemang och studiebesök	Hans Emanuelsson	070-598 46 46	hans.c.emanuelsson@gmail.com
Medl.reg	Mats Otterström	070-607 47 21	mats.otterstrom@telia.com
Hemsida	Vakant		

Övrigt

Hemsidesadress	spf.se/kamraterna-orebro
Föreningens adress	SPF Seniorerna, Kamraterna Örebro c/o Christer Johanson Magister Nilssons Väg 2B, 702 30 Örebro
Bank	Nordea, Plusgirokonto: 484 32 56-1
Organisationsnummer	802421-8474
Distriktsförbund	SPF Seniorerna, Örebrodistriktet
Distriktsexpedition	Klostergatan 7-9, 70361 Örebro Telefon 019-611 30 55 info@spforebrodistriktet.se spfseniorerna.se/distrikt/orebrodistriktet



Sammankomster

Månadsmöten

Vi har i regel våra möten sista måndagen i månaden klockan 13.30 enligt datum nedan. Mötesplats är Adolfsbergsgården, bakom ICA Parken, om ej annat anges. Program för mötena, som arrangeras i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, annonseras i NA under Föreningsnytt samt via mejl till alla medlemmar.

27 januari Musikunderhållning

Rolf-Kristerz underhåller oss med 60-talsmusik och framåt.

24 februari Årsmöte

Efter det formella mötet blir det underhållning av Hans Erik Hägg från Örebro. Han berättar om Elvis Presley, sjunger hans låtar och kompar till gitarr.

30 mars Per Bürger: Odlä lätt på äldre dar

Per Bürger från Bürgers Växtgård i Köping pratar om att "Odlä lätt på äldre dar". Han ger odlingstips och förslag på bra växter för trädgård, uteplats/balkong och fönsterbräda.

27 april Kost och motion för äldre

Erik Hellmén, sakkunnig nutrition (kostvanor) och Tina Modin, sakkunnig fysisk aktivitet, Örebro läns Idrottsförbund besöker oss.

31 aug Höstupptakt, Café Skogen

Vi träffas för att starta höstverksamheten. Som vanligt fixar Kula & Co ett trevligt arrangemang – med eller utan Kula själv.



Cirklar, kurser och träffar

Träslöjd. Svarvning och annat slöjdarbete. Start onsdag 15/1, kl 8.30, en gång i veckan. Plats: Café Skogen. Ledare: *Leif Johansson*, 070-657 41 96.

Klassisk musiklyssning. Kom och lyssna på klassisk musik med inslag av opera. Cirkeln leds av *Katarina Pilotti*. Det blir två grupper: en på tisdagar och en på onsdagar varannan vecka:

Tisdagar klockan 12.45 - 14.45 (11/2, 25/2, 10/3, 24/3, 14/4 och 28/4)

Onsdagar klockan 10.00 - 12.00 (12/2, 26/2, 11/3, 25/3, 15/4 och 29/4)

Plats: Kulturhuset Örebro, foajén, Järnvägsgatan 8.

Kostnad: 200 kronor.

Anmälan till Studieförbundet Vuxenskolan på 019-611 94 80 eller orebrolan@sv.se senast 27 januari.

Läsecirkel. Vi läser ett antal böcker och träffas för att diskutera. Vi hämtar litteratur ur olika genrer och läser en bok till varje tillfälle. Vårens träffar blir följande datum: 20/1, 10/2, 9/3, 20/4 och 11/5. Tiden är 13.30 - 15.30. Plats: Vuxenskolan, Fabriksgatan 8. Samordnare: *Gunnel Öst*

Kvinnofröjd. Vi träffas för att handarbета och/eller byta idéer om beskrivningar och teknik, lära oss av varandra, (t.ex. olika stickningsansatser), föra goda samtal och fika litet till självkostnadspris. Plats: Café Skogen varannan torsdag (udda veckor). Start torsdag 16/1, kl 10.00. Samordnare: *Kerstin Olsson*, 076-006 24 03.

Datakurser. I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan och Seniornet genomförs cirklar och datastugor. Ring Vuxenskolan för information, telefon 019-611 94 80.

Utförligt program publiceras på SeniorNets hemsida: orebro.seniornet.se/

Folkhälsa

Under denna rubrik samlar vi olika aktiviteter vilka har till syfte att stimulera fysisk aktivitet och social gemenskap. Det handlar om vandringar, bowling och golf. Anmälan görs till respektive kontaktperson.

Vandringar

Följande gäller: Samling vid ICA parken för samåkning klockan 10.00. Obs! Nära Kronblomstatyn. Vi ser helst att alla samlas där för samordning av transporten, även om startplatsen är välkänd. Använd vandringsskor eller stövlar. På vissa vandringar finns det grillplatser som vi kan använda för korvgrillning. På andra är inte detta möjligt och då får vi hålla oss till enbart fika. Vilken sorts vandring det gäller framgår av nedanstående program.

Vid samåkning betalar vi en liten avgift till den som står för bil. Beroende på avstånd varierar den mellan 30 och 50 kr per medpassagerare. Skulle ändringar inträffa meddelas detta på vår hemsida under veckan före vandringen. Föreningen skickar ett mejl som påminnelse några dagar före varje vandring.

Vandringar våren 2020

6 maj Tjälvesta ängar

Traditionell vandring Tjälvesta ängar. Vandring på lätta stigar. Svag kupering. 5-7 km. Kollar hur långt våren har kommit. Möjlighet till korvgrillning finns – fika gör vi också, förstås.

Transportavstånd ca 30 km.

Transportkostnad 40:-

Vandringsledare: Gunnar Olsson och någon till.

19 maj Vårfågelvandring i Oset

Vi upprepar förra vårens härliga fågelexkursion vid Oset.

Samåkning från ICA-parken kl 8.45. Kl 9.00 börjar vi vår vandring från Naturens Hus parkering och som förra våren hoppas vi få se och höra både kända och okända sångfåglar i buskar, träd och dammar.

Det blir många stopp för lyssning och fotografering innan vi tar förmiddagskaffe vid Rosenbergsstugan.

Tag med kikare, kamera, kaffe/te och mackor.

Björn Lorin blir åter vår ciceron med hopp om att dotter Annika kan slita sig från arbetslivet och ge pappa en hjälpende hand.

Bowling

Ledare: Inga och Lars Ekström, 076-0271322.

Spel i Kumla Bowlinghall, Villagatan 38, Kumla. Vi spelar varje torsdag med start den 9 januari kl 13.30.

Samling vid Parkhallen kl 12.55 för samåkning.

Golf

Ledare: Bertil Nilsson, 070-977 09 97

Under våren kommer vi som tidigare år att ha träning i Örebro Golfhall. Inbjudan kommer vid årsskiftet att gå ut till dem som jag har på min lista. Kursen startar i slutet av januari. En vårtävling kommer att genomföras. Se till att du finns med på min kontaktlista, så att du kan få inbjudningar till de aktiviteter som blir aktuella. Om du är osäker på om du är med men vill ha en inbjudan så skicka ett e-mail med e-postadress, namn, golf-ID och handikapp till ben.nilsson@telia.com.

Kulturevenemang

Evenemangstips

Digitalopera. Folkets hus i Kumla, sänder Metropolitans operor live. Det omfattande programmet finns på hemsidan, kumla.fh.se. Priset är 280 kr. Föreställningen börjar kl 19. Bokar och köper biljett gör man endera genom att ringa Kumla Folkets hus, 019-58 25 30 eller genom att använda hemsidan (här kan man välja stol m hj a en tablå).

Vårsäsongen 2020

Datum	Klockan	Föreställning
11 januari	19.00	Wozzeck
1 februari	19.00	Porgy and Bess
29 februari	19.00	Agrippina
14 mars	19.00	Den flygande holländaren
11 april	19.00	Tosca
9 maj	19.00	Maria Stuarda

Livesändningar av operor från olika scener sker också på filmstaden i Örebro. Programmet finns på dess hemsida:

<https://www.filmstaden.se/biograf/NCG69298/filmstaden-orebro>.

Seniorbio på ROXY våren 2020

Datum	Klockan	Föreställning
28, 30 januari	14.00	Brevbäraren som byggde ett palats
25, 27 februari	14.00	Edie
24, 26 mars	14.00	Il postino
21, 23 april	14.00	Den sista gentlemanen

För mer information om Roxy's filmer se hemsidan, bioroxy.orebro.se.

Biljettpriset är 70 kr för pensionärer. Biljetter kan köpas i förväg direkt från deras hemsida. Klicka på "Köp biljett" vid den föreställning du är

intresserad av. Ett nytt fönster öppnas där du väljer platser och eventuella rabatter samt betalningssätt. Du får sedan via e-post en streckkod, som du tar med och visar upp i kassan på Roxy.

Kassan (019-21 60 85) öppnar kl. 13.30.

Brevbäraren som byggde ett palats

Den fantastiska och sanna historien om brevbäraren som byggde ett palats åt sin dotter. Slottet som nu är K-märkt ligger i södra Frankrike och kan besökas.

Edie

83-åriga Edie tycker att det inte finns något som heter ”för sent”. Hon packar sin ryggsäck och lämnar sitt gamla liv på ålderdomshemmet För att bestiga det mäktiga berget Mount Suliven i Skottland.

Il postino

En Oscarsvinnande klassiker. Brevbäraren som söker hjälp av den store poeten Pablo Neruda för att uppvakta byns vackraste flicka. Han behöver hjälp att hitta orden som kan vinna hennes hjärta.

Den sista gentlemanen

Robert Redford spelar den artige eleganten Forrest Tucker, som under sitt långa liv rånat ett otal banker, åkt in i finkan många gånger och lyckats rymma lika många. Han träffar den vackra änkan Jewel och börjar fundera på ett annat sorts liv.

Resor och arrangemang

En- och flerdagsresorna arrangeras inom den egna föreningen eller i samverkan med övriga föreningar inom distriktet. Externa researrangörer kommer att anlitas. Resorna kan snabbt fulltecknas, så vänta inte för länge med anmälan. Där inget annat anges förutsätts förläggning i dubbelrum vid övernattning. För alla resor gäller att anmälda resenärer får information om avresetider, påstigningsplats m.m.

Generellt gäller för våra resor och andra aktiviteter i vårt programutbud att medlemmar i SPF Seniorerna Kamraterna har förtur till dessa under de första 14 dagarna av anmälningsperioden. Därefter erbjuds deltagande till övriga SPF-föreningar i distriktet genom Hänt och Händer.

Obs! Om man av olika skäl måste avstå från sin resa måste detta anmälas så snart som möjligt. Våra kostnadsberäkningar bygger på antalet deltagare, vilket bestämmer priset för den enskilde.



Utflykt 2019 till Brixelgården. Ingvar Dawidsson framför sin forne elev Ronnie Peterson.

Endagsresor

10 mars Lena och Gösta Linderholm i Strängnäs

Välkomna hem till det färgstarka konstnärsparet Lena och Gösta Linderholm.

I det Gula Huset i Stallarholmen där Lena har sitt galleri, butik och lager, visas vi runt bland konst, textilier och keramik med stark doft av Provence. I butiken hittar du allt från konsttryck till fat, skålar och tvålar mm.

Gemensam lunch intas i Megs Kök i Malmby. Maten är inspirerad av Lena med smak från Provence. Till kaffet underhåller Gösta med sång och musik.

Dagen avslutas med ett besök i parets hem i Strängnäs där vi visas runt i ett levande konstnärshem. Här kommer det också att serveras rosévin med lite tilltugg. Om vädret är med oss kan det bli ett besök i deras trädgård.

Meddela var ni vill stiga på bussen och ev matallergi.

Tider. Vi åker från ICA-parken kl 8.00 och från Fredsgatan kl 8.15. Åter i Örebro ca kl 18.

Kostnader. 775 kronor som inkluderar helturistbuss, guidning, lunch och hemma hos besök i Strängnäs.

Betalning till Plusgirokonto 484 32 56-1 senast 28 februari. Kom ihåg att skriva namn och resans namn: Linderholm. Betalar du för fler? Skriv allas namn.

Anmälan. Till Lars Göran Bergman senast 23 februari, 073-360 14 35 eller bolars74@gmail.com.

2 april Vinprovning och bryggeriguide i Grythyttan

Vi åker först till Herrgården i Grythyttan och tar en förmiddagsfika. Där får vi även information om Grythytte Qvarn som inte har öppet för säsongen, men de närodlade produkter som normalt säljs där finns till försäljning på Herrgården. Betalning kontant eller med Swish.

Sedan far vi till Grythyttan Vin för guidning och vinprovning. Här får du prova olika unika bärviner och i butiken kan du köpa deras alkoholfria produkter och även andra unika produkter som t.ex. hjortonvinäger mm.

Lunchbuffé intas på Måltidens Hus i Grythyttan. Där kan man välja mellan två varmrätter och ett vegetariskt alternativ. Dessutom serveras en stor salladsbuffé och kaffe och kaka.

Efter lunchen får vi en guidning i Hellefors Bryggeri. Där producerar man framförallt läsk, öl och cider. Bryggeriet är en del i Spendrupkoncernen. I Grythyttan producerar man över 83 000 000 liter per år.

Tider. Vi åker från ICA-parken kl 8.15 och från Fredsgatan kl 8.30. Vi återkommer till Örebro ca kl 18.

Kostnader. 480 kronor som inkluderar förmiddagsfika, guidningar, vinprovning, lunch och bussresa.

Betalning till Plusgirokonto 484 32 56-1 senast 20 mars. Kom ihåg att skriva namn och resans namn: Grythyttan. Betalar du för fler? Skriv alla namn.

Anmälan. Till Lars Göran Bergman senast 15 mars, 073-360 14 35 eller bolars74@gmail.com.

5 maj Nationalmuseum

Tisdagen de 5 maj far vi till Stockholm och Nationalmuseum för att se det ombyggda huset och våra konstskatter.

Eftersom det kommer att bli en lång dag tar vi en förmiddagssmörgås (räkmacka eller grillad macka med skinka och ost) och kaffe/te i Lasse Åbergs Museum i Bålsta. Vid anmälan ange önskad smörgås.

Efter ankomst till Stockholm får vi en visning av Museets samlingar på en timme. Det maximala antalet i varje grupp är 25 personer (vi har beställt för två grupper).

Efter visningen äter vi lunch (ca. kl 14) i Museets restaurang. Vid anmälan måste ni meddela vad ni vill äta: fisk/kött eller vegetariskt. Sallad, bröd och vatten kommer att finnas på våra reserverade bord.

När vi är mätta och belåtna är det fritt att göra vad ni själva önskar i Storstaden. Några kanske vill fortsätta en privat rundvandring i museet, andra kanske vill utforska andra delar av Stockholm innan hemresan. Hemresan avgår kl 17.00 från samma plats där vi klev av bussen vid Nationalmuseum.

Tillgänglighet på museet:

Hiss finns från gatunivå till Museets entré. Rullstolar och rullatorer kan lånas. Förvaringsskåp finns på entréplan för kläder, större väskor, stavar, paraplyer mm.

Du kan hyra besöksguide för 20:- eller ladda ner Nationalmuseets Visitor Guide App. Fotografering är tillåtet.

Tider. Vi åker från ICA-parken kl 7.15 och från Fredsgatan kl 7.30. Vi återkommer till Örebro ca kl 19.30 – 20.00.

Kostnader. 700 kronor som inkluderar fika hos Åbergs, guidning, lunch och bussresa.

Betalning till Plusgirokonto 484 32 56-1 senast 17 april. Kom ihåg att skriva namn och resans namn (Museet) och ditt namn . Betalar du för fler? Skriv allas namn.

Anmälan. Till Lars Göran Bergman senast 14 april,
073-360 14 35 eller bolars74@gmail.com.

För resans genomförande krävs minst 35 deltagare och högst 50 deltagare.

26 maj Våravslutning, Visingsö

Årets våravslutning går till Vätterns Pärla, Visingsö.

Vi åker direkt till Gränna där förmiddasfikat står framdukat, kaffe/te med räkmacka. Skaldjursallergiker får något liknande.

Efter fikat hoppas vi kunna få en stund att strosa i Polkagrisstaden. Färjan över till Visingsö avgår kl 12.00.

Cirka 12.45 blir det lunch på restaurang Solbacken. Där serveras för fiskälskaren: Inkokt lax med dillkräm & mixad sallad. För köttätare: Fläskfilé, smörstekta champinjoner, bearnaisesås & primörer. Inkl. smör, bröd, sallad, dricka, kaffe och kaka. Meddela vid anmälan vad ni önskar äta och om ni har någon typ av matallergi.

13.45 antrar vi bussen igen för en cirka 2 timmars guidning på ön.
15.45 går färjan tillbaka till fastlandet och vi kan påbörja hemfärden.

Tider. Vi åker från Fredsgatan kl 7.00 och från ICA-parken kl 7.15. Vi återkommer till Örebro ca kl 18.30 – 19.00.

Kostnader. 725 kronor som inkluderar helturistbuss, förmiddagsfika, guidning, god lunch och trevligt sällskap.

Betalning till Plusgirokonto 484 32 56-1 senast 15 maj. Kom ihåg att skriva namn och resans namn: Visingsö. Betalar du för fler? Skriv allas namn.

Anmälan. Till Lars Göran Bergman senast 3 maj, 073-360 14 35 eller bolars74@gmail.com.

12 juni Försommarfest, Lindhult

Den nu nästan traditionella försommarfesten planeras till 12 juni. Tid och kostnad meddelas senare i vår.

20 augusti Sundborn

En resa till Carl Larsson-gården är under planering. Vi återkommer under våren med ytterligare detaljer. Information ges via massmejl. Nätversionen av programbladet kommer också att uppdateras.

Flerdagarsresor

Inga flerdagarsresor planeras under våren.

Undrar du vad din bostad är värd?

Funderar du på att flytta? Kontakta oss så får du en kostnadsfri värdering. Välkommen!

Fastighetsbyrån i Örebro, 019-21 70 00
fastighetsbyran.se



Arrangemang och studiebesök

18 februari Ishockeymatch Örebro – Färjestad BK

Passa på att uppleva en hockeymatch på plats och känn spänningen och den fantastiska glädjen man får på Behrn Arena.

Vi var 70 st SPF-are som var på match i höstas och det var många som ville ha en repris. Nu har vi fått 50 st biljetter till Örebro – Färjestad BK tisdagen den 18 februari. Vi träffas kl 16.45 med fika, en landgång och en liten chokladbiskvi på Konditori Bullvivan, Restalundsvägen 1, ett kvarter från arenan. Där får var och en sin sittplatsbiljett och vi får ladda för en trevlig kväll tillsammans. Sedan går vi till arenan kl 18 och ser matchen som börjar kl 19.

Kostnader. 460 kronor/person som inkluderar fika, entré och sittplatsbiljett. Betalning till Plusgirokonto 484 32 56-1 senast 6 februari. Kom ihåg att skriva namn och arrangemang: Hockey. Betalar du för fler? Skriv allas namn.

Anmälan. Till Hans Emanuelsson senast 18 januari, 070-598 46 46 eller hans.c.emmanuelsson@gmail.com.



Vårfågelvandring 2019

29 april Besök landshövding Maria Larsson

Landshövding Maria Larsson bjuder in till fika på slottet onsdagen 29 april. Först samlas vi kl 11.30 på stallbacken och äter lunch på restaurang Kungsgatan 1. Sedan kl 13 går vi till slottet där landshövdingen bjuder på kaffe/te och berättar om sitt arbete som landshövding samt om sitt arbete om mat i närområdet.

Max deltagande är 60 personer.

Kostnader. Lunch 108 kr. Det finns fisk, kött, vegetariskt eller en sallad att välja mellan.

Betalning till Plusgirokonto 484 32 56-1 senast 20 april. Kom ihåg att skriva namn och arrangemang: Slottet. Betalar du för fler? Skriv allas namn.

Anmälan. Till Hans Emanuelsson senast 9 april, 070-598 46 46 eller hans.c.emanuelsson@gmail.com.



Landshövding Maria Larsson

2 juni Speedwayresa till Sannahed

Följ med till Sannahed tisdagen den 2 juni och se speedwaymatchen mellan Indianerna och Piraterna. Vi får besöka Indianernas depå för en guidad tur, samt få en inblick i speedway; hur man räknar poäng och vilka regler som gäller. Efter depåbesöket börjar matchen. I pausen står det ett kaffe/te-bord uppdukat.

Max deltagande är 50 personer.

Tider. Vi åker från Fredsgatan kl 16.15, från ICA-parken kl 16.25 och från Kumla järnvägsstation kl 16.45. Vi anländer till Sannahed kl 17.00. Återfärd till Örebro ca kl 21.15.

Kostnader. 310 kronor/person som inkluderar buss, fika, entré, guidad tur i depån och sittplatsbiljetter.

Betalning till Plusgirokonto 484 32 56-1 senast 22 maj. Kom ihåg att skriva namn och arrangemang: Speedway. Betalar du för fler? Skriv allas namn.

Anmälan. Till Hans Emanuelsson senast 15 maj, 070-598 46 46 eller hans.c.emmanuelsson@gmail.com.



UPPROP

Nya funktionärer/förtroendevalda behövs trots att vi fått vissa förstärkningar.

Studieombud och fler cirkelledare behövs.

Alltså, du ansvarskännande, pigga och nyfikna medlem i SPF
Kamraterna: ***Anmäl ditt intresse*** av att vara med till Christer
Johansson, chyl.johanson@hotmail.se, eller till någon annan i styrelsen.

Kaffegruppen

Gruppen är i stort behov av att bli förstärkt eftersom den hållit på länge och att flera i gruppen håller på att lägga av efter väl förrättat värv. På våra månadsmöten är den sociala kontakten viktig. Man lär känna varandra, kan sitta och småprata och framförallt lyssna till intressanta program. Men utan en kaffekopp med dopp är det något som saknas. Vi behöver därför hjälp från frivilliga medhjälpare till detta viktiga uppdrag. Anmäl dig till *Ylva Johansson*, 019-24 61 30, chyl.johanson@hotmail.se.

KEBE Cykel Motor & Hyrmaskiner AB
Robotgräsklippare
• **Försäljning**
• **Installation & Service**

Glomman Adolfsberg
Örebro 019-24 05 18



Vi hälsar följande nya medlemmar hjärtligt välkomna till SPF Kamraterna

Monica och Claes Andersson
Ebba Bang
Ann-Mari Jansson
Lars Thernell
Lisbeth Wiker
Berit och Björn Byström
Gunilla Lennström
Birgitta Andersson
Ewa Fritze
Ann-Katrin Jondelius
Carina och Ulf Holmström
Inger Högström Westerling och Bo Westerling
Lars Erik Hols
Monica Norberg
Jan Nordström
Jessika Edetun Falk
Maj-Britt Eriksson
Mats Stenman
Marie Wikner
Kent Nordqvist
Ronnie Robertsson
Karin Wendelheim-Brandt

GDPR (Dataskyddsförordningen)

Se <https://sv.wikipedia.org/wiki/Dataskyddsförordningen>

Uppgifter om namn, adress, e-postadress mm lagras i SPF-förbundets medlemsregister. Detta används när styrelsen skickar ut medlemsbrev digitalt och i pappersform. Endast styrelsen hanterar medlemsregistret.

Kalendarium

Januari

9	Start bowling
16	Start Kvinnofröjd, varannan vecka
20	Start läsecirkeln, särskilt schema
27	Månadsmöte: Musikunderhållning
28, 30	Bio Roxy, klockan 14.00

Februari

11	Start klassisk musiklyssning, tisdagar
12	Start klassisk musiklyssning, onsdagar
18	Ishockeymatch Örebro – Färjestad BK
25, 27	Bio Roxy, klockan 14.00
24	Årsmöte

Mars

10	Resa: Lena och Gösta Linderholm i Strängnäs
24, 26	Bio Roxy, klockan 14.00
30	Månadsmöte: Per Bürger: Odlä lätt på äldre dar

April

2	Vinprovning och bryggeriguidning i Grythyttan
21, 23	Bio Roxy, kl 14
27	Månadsmöte: Kost och motion för äldre
29	Besök landshövding Maria Larsson

Maj

5	Resa: Nationalmuseum
6	Vandring: Tjälvesta ängar
19	Vårfågelvandring i Oset
26	Resa: Våravslutning, Visingsö

Juni

2	Speewayresa till Sannahed
12	Försommarfest, Lindhult

Augusti

20	Resa: Sundborn
31	Höstupptakt, Café Skogen