



Lilla Paris
Vänersborg

Hösten 2017



KONTAKTEN är vår expedition.

Öppet: måndag och onsdag 10 - 12.

Öppnar den 4 september efter sommaruppehållet.

Telefon: 0521-633 70.

Adress: Vallgatan 28 A, 462 31 Vänersborg

E-post: brev@spflillaparis.se

Hemsida: www.spf.se/lillaparis

Vi hälsar alla välkomna till hösten 2017

Ordförande: Gunnar Henriksson 0521-661 73

Kassör: Gunnel Jende 0521-129 41

Sekreterare: Bibbi Aspmark Henriksson 0521-661 73

Övriga styrelseledamöter: Sven Ingvar Eriksson, Annika Ahnfeldt, Ann-Margreth Stenström, Kjell Gustavsson, Ausma Pavulans, Britt-Marie Andreasson, Ingvar Kleinert och Barbro Weber.

Medlemsförteckning

För att spara kostnader har vi inte skickat ut matrikeln för 2016-2017 till alla medlemmar. Den som önskar kan hämta ett exemplar på en tisdagsträff eller på Kontakten 0521-633 70.

E-post

Vi har e-postadress till drygt en fjärdedel av medlemmarna. För att snabbt och billigt kunna informera om ev programändringar och nya aktiviteter vore det bra om vi hade fler e-postadresser. Skicka ett mail med ditt namn och din adress till brev@spflillaparis.se.

Medlemsavgift

Lilla Paris har numera betalning av medlemsavgift centralt till förbundet. Till nästa år - alltså avgift för 2018 - ber vi Dig därför avvakta faktura från förbundet. Om Du betalar på Internet ber vi Dig att kontrollera att betalning sker till rätt bankgiro.

Program

Välkommen till en rolig och spännande höst

- 5 sep **Upptaktsmöte.** Information om höstens aktiviteter. Musikunderhållning Ingemar och Gunnar samt av Ukulelegruppen
- 19 sep **Lägret på Backamo.** John Olsson från Trollhättan, berättar om tiden från sin militärtjänstgöring, då han vaktade fångar där. Helena Pettersson, kommunens frivillighetssamordnare, informerar
- 3 okt **När lanthandeln var centrum i världen.** Sören Eklund berättar, spelar dragspel och visar film om den tiden.
- 17 okt **Alena Novak** tar oss med, genom ord och bild, på en resa i Sri Lanka. Vi möter landskap och människor.
- 31 okt **Höstkonsert** som inte går i moll, tralla och sjung med kören.
- 14 nov **Ausma Pavulans** ger oss en inblick i Lettlands historia och nutid med bilder och ord.
- 28 nov **Svärdet - Batongen - Korset.** Den lättsamme och humoristiske prästen, Kurt Olsson, berättar om sitt liv och alla sina yrken.
- 12 dec **Lucia- och adventskonsert.** Vänersborgs lucia och Lilla Pariskören medverkar.

Träffarna börjar kl 14.00 och äger rum på IOGT-NTO-gården Stjärnan, Vallgatan 29.

Annonsering på www.spf.se/lillaparis och i lokalpressen.

Entréavgift 40 kronor utom den 12 december. Kaffe med dopp ingår.

Studiecirklar

Ämne	Ledare	Tid
Aktier – diskussionsgrupp	{ Pähr Holmgren Kjell Gustavsson	tor** 14.00
Blir berörd, mina tankar behöver en röst	Marie-Louise Höglund	mån*** 10.00
Gemensam promenad med hund	Bibbi Henriksson	mån 13.00
Händelser förr och nu	Agneta Elliot	tis 10.00
Konversationsspanska	Ann-Marie Karlsson	tor 14.00
Kvinnor som vågar	Siv Gustavsson	mån* 13.30
Körsång	Ingemar Stenström	tor 10.00
Läsecirkel	Lena Hallberg	ons* 10.00
Privatekonomi	Bengt Ramberg	tor** 14.00
Ukulele	Gunnar Henriksson	fre 10.00

* Varannan vecka. ** Var fjärde vecka. *** Alternera

Information och anmälningar på upptaktsmötet den 5 september. Efter upptaktsmötet sker anmälan till Vuxenskolan tfn 010-330 09 17.

Studiebesök

- 12 sept kl. 14 **Velanda säteri.** Tullie Alin berättar om gårdens museum, som främst innehåller redskap och allmogemöbler. Museet är inrymt i gårdens gamla magasin, där vi också får intaga vår medhavda fika. Stärkta av detta ger vi oss i kast med en poängpromenad i gårdens park (vid ev. regn inne i museet). Ca. 4 mil ToR
- 7 nov kl. 14 **Insikten i Trollhättan.** Historik och film om kraftverkets historia. Visning av den stora maskinhallen i Olidans kraftstation. Den innehåller 13 generatorer (10 i drift). Ca. 2 mil ToR

Anmälan till Kontakten 0521-633 70.

Enl. styrelsebeslut den 2 maj 2016, finns en rekommendation att medåkande bör ersätta bilägaren med 5 kr per mil.

Nästa års val

19 okt kl 15 **Politikerutfrågning** i Folkets Hus. Moderator Lars Harte-lius.

Övriga aktiviteter

Boule. Måndag 14.00, torsdag 14.00, söndag 11.00. Plats: Fregatten Boulehall ingång bakom Erikshjälpen. Sommarspel på Sjövallen i maj och sept. måndagar och torsdagar kl 10.00 och söndagar kl. 11.00. I juni, juli och augusti måndagar kl 16.00, torsdagar kl 10.00 och söndagar kl. 11.00. Kontakt: Lise-Lotte Brennelid 0521-609 12 mobilnr 0703-38 74 38.

Golf. Plats: Onsjö golfbana. Kontakt: Kerstin Andolf 0521-71 12 27.

Lunchtest. Vi testar stadens lunchrestauranger. Tid: Kl 13.00 första mötesfria tisdagen i varje månad med början den 12 september. Kontakt: Pähr Holmgren 0521-57 77 77.

Resor

Information om resor på tisdagsmöten, på www.spf.se/lillaparis och med mail. Kontakten 0521 - 63370 kan också informera.

Trygghetsringningen

Många av oss som blivit äldre kanske upptäcker att vi inte dagligen har kontakt med vänner, bekanta, släktingar eller andra. Då kan det kännas tryggt att få ringa ett samtal till en svarstelefon (man lämnar endast namn och telefonnummer) och veta att någon sedan avlyssnar och prickar av på en lista.

Om du glömmer att ringa en morgon, så kontaktar vi dig per telefon och ringer sedan vidare till din kontaktperson om vi inte når dig hemma.

Mer information på Kontakten 0521-633 70. Är du intresserad att hjälpa till, kontakta oss på SPF Seniorerna Lilla Paris.

Ideella aktiviteter

SPF Seniorerna Lilla Paris Vänersborg deltar i ideella aktiviteter, t ex caféverksamhet på Solängen och Träffpunkten på Edsgatan 37. Är du intresserad att hjälpa till, kontakta SPF Seniorerna Lilla Paris.

Pensionärsråd

Kommunala pensionärsrådet (KPR) är ett organ för överläggningar, samråd och ömsesidig information mellan företrädare för pensionärsorganisationerna, kommunens styrelser och nämnder. Ledamöter från SPF Seniorerna Lilla Paris: Siv Gustavsson och Bruno Thorson. Ersättare: Christina Lindegren och Gunnar Lund.

Protokoll och annan information på www.vanersborg.se. Sök kpr.

Pensionärsråden i Västra Götalandsregionen

Regionens pensionärsråd (RPR). SPF Seniorerna i Norra Älvsborgsdistriktet representeras av Ingrid Almén (ersättare). Tel. 0520-757 40, mobil 073-823 76 80.

Hälso- och sjukvårdsstyrelsen har ett övergripande ansvar för hälso- och sjukvård och tandvård i Västra Götaland.

Hälso- och sjukvårdsnämnden Norra (HSN). SPF Seniorerna i Norra Älvsborgsdistriktet representeras av Ann-Britt Danielsson (ordinarie) Tel. 0530-600 05 mobil 070-609 92 77 och Lennart Jansson (ersättare) Tel. 0528 -120 73 mobil 070-535 95 08

Norra hälso- och sjukvårdsnämnden ansvarar för tillgång till god hälso- och sjukvård.

Om du har några idéer så hör av dig till pensionärsrådets medlemmar.

Viktiga telefonnummer

112	Nödnummer. Polis, ambulans, brandkår mm.
1177	Sjukvårdsupplysning dygnet runt.
113 13	Informationsnummer för icke akuta händelser. För att varna, vägleda och informera vid händelser som innebär fara för människors liv, hälsa, egendom och miljö.
114 14	Polis. För situationer som inte är akuta, till exempel polisanmälan, lämna tips eller få upplysningar om passfrågor, tillståndsfrågor, adresser och öppettider.
010-435 00 00	Akutmottagningen. NU-sjukvårdens växel.
0521-72 10 00	Vänersborgs kommun. Växel.

OPTIKER LILJELOOD

Det Personliga Snälla Familjeföretaget

Vi är inte Nöjda förrän Du är Nöjd!



Optikerfamilj i över 100 år

Leg. Optiker • Kontaktlinsbehörighet • Arbetsmedicinskbehörighet • Synergonom

Sundsgatan 11, Vänersborg 0521 - 100 00

Swedbank



Välkommen till Smile!

Stora behandlingar kräver stor kunskap och erfarenhet. Vi har **30 års** erfarenhet av **tandimplantat**.



Kliniken är helt handikappanpassad.

Besök oss gärna för en **kostnadsfri** konsultation.

Ring o boka tid på telefon 711888, eller boka en tid på vår hemsida www.smile.se och klicka på Vänersborg.

VÄLKOMMEN!



B

Dagsresor, Teaterresor, Bussresor, Flygresor

ReseMakar'n

www.resemakarn.nu

0521 - 695 35

Något att längta till sedan 1992

Vi gör er gruppresa, ring Thomas Karlsson för offert!

Aktiv på äldre dar

Välkommen till våra studiecirklar!

Som SPF-pensionär har du stora möjligheter att utnyttja det stora utbudet som Studieförbundet Vuxenskolan har att erbjuda.

Ta kontakt med din förenings studiekontakt eller direkt med Studieförbundet Vuxenskolan.

Telefon: 010-33 00 900. E-post: monica.rodriquez@sv.se.

Vid överenskommelse träffas vi i SPF Seniorerna Lilla Paris lokal på Vallgatan 28 A, Vänersborg



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

Välkommen!