



Kalmar

Värt att Veta ...

Nr 1 2024



Vi ser fram mot våren

Välkommen att delta i SPF Seniorerna Kalmars aktiviteter Våren 2024

Kallelse till Årsmöte 20 februari 2024

SPF Seniorerna Kalmars medlemmar kallas härmed till Ordinarie Årsmöte tisdag 20 februari 2024 kl. 13.00 i Lilla Kalmarsalen, S:t Kristoffers väg 3, Kalmar. Årsmötet kommer att ske som ett hybridmöte dvs. om du hellre vill delta via datorn meddelar du detta vid anmälan senast torsdagen den 15 februari.

Sedvanliga årsmötesförhandlingar i enlighet med kap 1. §5 i Gemensamma stadgar. Efter förhandlingarna kommer företrädare för Länsförsäkringar Kalmar att informera bl.a.om sin bankverksamhet. -Vi bjuder på kaffe.

Årsmöteshandlingarna finns tillgängliga på hemsidan www.spfseniorerna.se/kalmar och på föreningens expedition fr.o.m. måndag 5 februari 2024, kl. 10.00--12.00.

Motionsrätt har alla medlemmar enligt stadgarna §3, mom 1. Motionen ska vara skriftlig och ha inkommit till föreningens expedition senast fyra veckor innan årsmötet för att kunna behandlas av ordinarie årsmöte efter yttrande av föreningsstyrelsen.

Hjärtligt Välkomna!
Styrelsen

Ordförande har ordet

Under 2023 har i stort sett alla planerade aktiviteter genomförts på ett förträffligt sätt tack vare engagerade ledare.

Föreläsningsserien Bli vän med din mobil lockade många under våren, medan höstens teman inte drog lika många besökare. Under 2024 gör vi ett uppehåll i mobilutbildningen, men den kan återkomma vid behov. Projektet Se mig! nyckeln i låset heter meningsfullhet lockade drygt 50 personer till höstens olika teman, vilket överträffade våra förväntningar. Projektet fortsätter 15 januari på Stensberg. Ytterligare fyra träffar är inplanerade.

Nytt för i år är att tidningen Vårt att Veta kommer att distribueras digitalt. De som inte kan ta emot via nätet kan komma till vår expedition när den är öppen eller in på TIC-huset för att hämta ett ex. Vi känner oss tvingade att göra den förändringen p.g.a. höjda portokostnader, pengar som vi hellre lägger på verksamhet som kommer alla till del.

TACK TILL ALLA!

Jag vill också passa på att tacka alla styrelseledamöter, medlemmar och många, många fler för fem intressanta år som ordförande och vill hälsa den nya ordföranden varmt välkommen i samband med vårt årsmöte 20 februari!

Jag önskar alla en härlig vår i sann SPF-anda!

SPF Seniorerna Kalmars verksamhet.

Kulturarrangemang och studiecirklar sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, Kalmar och med stöd från LF Kalmar.

PROJEKT SE MIG!

Må 15 jan 2024 klockan 14.00

**Stensbergshemmets samlingslokal,
Stensbergsvägen (nära lasarettet)**

Vårstart för kursen "Se Mig"-
meningsfullhet, mindre ensam och ett
friskt åldrande! Föreläsning/samtal om
mental&psykisk träning, sittgympa,
Är Kalmar tryggt, törs vi gå ut på kvällen?
Hör Anna Flink, säkerhetschef i Kalmar.

Vi bjuder på fika. Nya deltagare är
välkomna! Nya anmäl er till Ann Lindén
070 73 13 204, senast 11 jan!

MEDLEMSTRÄFFAR

Utöver information i Vårt att Veta, på
hemsidan, i Appen/Facebook och vårt
nyhetsbrev annonserar vi i SPF
Seniorens distriktsannons sista lördagen
i månaden.

Tisdag 23 jan 2024 kl. 13.00

Lilla Kalmarsalen, S:t Kristoffers v. 3

Musikquiz och underhållning med Harald
Fahle.

Information om "Alert Senior" i Kalmar".

Kaffe och smörgås.

Kostnad: 75 kr.

Anmälan senast 22/1

Tisdag 20 febr. 2024 kl. 13.00

Lilla Kalmarsalen, S:t Kristoffers v. 3

Årsmötesförhandlingar.

LF Kalmar informerar.

Vi bjuder på kaffe.

Anmälan senast 15/2

Om du hellre vill delta digitalt hemma vid
datorn meddelar du detta vid anmälan.

Övriga medlemsträffar i vår blir

tisdagarna 26/3, 23/4 och 21/5.

Program meddelas i nyhetsbrev och på
hemsidan/app och på facebook.

STUDIEBESÖK/ FÖRELÄSNGAR och aktiviteter

Information kommer i nyhetsbrev,
hemsida/ app och på Facebook under
våren.

STUDIECIRKLAR och annan folkbildning

Anmälan till vår expedition om ej annat anges.

Nyborjargrupp i Spanska

fortsätter. Kontakta Yvonne Klintheim på tel. 070-380 42 03 för mer information.

Litteraturcirkel

Varannan onsdag med start 6 mars kl. 13.00.

Vi väljer en bok som vi läser och diskuterar.

Plats: TIC-huset

Ansvarig: Lene Polteg

Biogruppen fortsätter

Kontakta Yvonne Klintheim för mer information.

Fredagsluncher kl. 13.00

Vi äter, samtalar och trivs.

Den 15 mars träffas vi på Restaurang Zegel, Ölandskajen.

Kommande luncher 12 april, 17 maj och 14 juni.

Anmälan till expeditionen senast tisdag före resp. lunch.

Kulturcirkel

Vi fortsätter att ägna oss åt olika kulturaktiviteter så som föreläsningar, utställningar, guidade turer mm.

Vi träffs för att planera vårens aktiviteter

Onsdag 13 mars kl. 13.00.

Plats meddelas senare.

Ansvarig: Karin Hjort

Max: 12 deltagare.

Canasta-måndagsgruppen

Start: 8 jan. kl. 13.00--15.45

Lokal: TIC-huset vån. 2

Max 24 deltagare

Väntelista finns, men hör av dig till Sonja 073-975 09 44 eller Ulla 070-313 03 74 om du har frågor om ev. alternativ.

Canasta-torsdagsgruppen

Nyborjar-och fortsättningsgrupp

Start 11 jan kl. 13.00--15.30 Lokal: Salen, TIC-huset vån 2

Ansvariga Gun och Maggan

AKTIVITETER

Boule

Plats: Inomhushallen på Skälby

Start onsdag 3 januari kl. 13.00 fram till 24/4. Därefter utomhusbanorna.

Kostnad: 20 kr/gång

Ansvarig: Hans Olsson 076-287 94 49

Luftgevärsskytte

Start onsdag 10/1 kl. 10-12.

Ingen anmälan krävs.

Plats: Skälby, Stora Ladan.

Kostnad: 50 kr/gång inkl. fika.

Efter tre prova-på-gångar inträde i föreningen Kalmar-Läckeby skytteklubb.

Årsavgift 250 kr inkl. försäkring.

Ansvarig Peter Sander 070-552 57 03

petersander@hotmail.com

Vattengymnastik

Tisdagar med start 9/1 kl. 11:00

Plats: Äventyrsbadet

Kostnad 55 kr/gång. Actic-kort gäller ej.

Anmälan till ansvarig ledare:

Elsa Nylund 070-565 13 68

Assisterande ledare:

Lena Leivald 070-719 27 81

Stavgång i Norrliden

Varannan tisdag kl. 11.00 med start 16/1 och fortsättning ojämna veckor.

Startplats: Två Systrars Kapell

Ansvariga: Gun Larsson 070-529 71 85

och Kerstin Bergman 070-684 32 19

Kan avslutas med sopplunch och kaffe med våffla på Café Kärleksängeln.

Kostnad 70 kr.

KalmarTravet med lunchtrav

Fredag 19 april kl. 12.00

Lunch kan avnjutas på Restaurang

Spiken. Max 30 deltagare.

Mer info kommer senare

Aktiviteter i samarbete med andra föreningar

Bordtennis – J-O Waldnerhallen

Info: Björn Gustavsson 0480-25308,

bjorn25308@telia.com

Bowling – Bowlinghallen Giraffen

Info: Karl-Gunnar Ämtvall 070-226 24 54,

kgamtvall@gmail.com

Under **folkhälsoveckan 2024** väljer vi att inte planera in något program utöver de aktiviteter som pågår löpande under veckan.

TIC-Huset

Här kan du vara med på många olika aktiviteter och verksamheter.

TIC-Huset har öppettid måndag – torsdag kl. 08.00--15.30

Här finns manopeder och vikter för dig som vill gympa lite på egen hand.

Biljardbord för dig/er som vill tävla lite.

Vill du bara ta en fika, så får du kaffe med fralla för 20:-

TIC-huset arrangerar många olika föreläsningar, informationer och trivselstunder

Aktuellt program finns alltid i cafeét.

SPF Seniorerna Kalmar

Expeditionstid:

måndag och torsdag kl. 10--12

Tfn 0480-185 43

Adress: TIC-huset, Trädgårdsgatan 20, 392 49 Kalmar

e-post: kalmar.forening.spf@telia.com

hemsida: www.spfseniorerna.se/kalmar

SPF Seniorernas app hittar du som har Iphone via App store och med en Androidtelefon via Play butik. Skriv i sökfältet SPF Seniorerna Kalmar, ladda ner appen, välj distrikt Kalmar län och förening Kalmar.

Vi finns också på Facebook, sök på SPF SENIORERNA KALMAR

Ansvarig utgivare: Karin Hjort.

Lay out: Gunilla J-berg Winkler

