



**SPF Seniorerna Karlaplan**

**[www.spfseniorerna.se/karlaplan](http://www.spfseniorerna.se/karlaplan)**

**Besök gärna vår hemsida för senaste information.**

**Vi skickar också information till  
den som anmält e-postadress.**

**PROGRAM  
Hösten 2023**

**Våra månadsmöten äger rum  
i Historiska museets hörsal på Narvavägen.**

**OBS Hiss finns till höger om entrén!**

**Vi börjar med smörgås och kaffe från 12.30.  
Föredraget börjar ca 13.30.**

**Mötesavgift 150 kronor (smörgås och kaffe ingår).**

**Ta gärna med en vän som gäst –  
som vi hoppas vill bli medlem senare.  
Årsavgift 325 kronor**

## VÄLKOMMEN TILL VÅRA MÅNADSMÖTEN, STUDIEBESÖK OCH ÖVRIGA AKTIVITETER

Se vid varje enskild aktivitet vem du ska anmäla dig till:

**Lillebil Björkman**, lillebullan@gmail.com,  
tfn 070-884 87 80 (helst SMS) eller

**Elisabeth Starby**, lisastarby@gmail,  
tfn 070-884 81 35, (helst SMS) eller

**Birgitta Agazzi**, birgitta.agazzi@gmail.com,  
tfn 073-037 39 91 (helst SMS), som tar emot  
anmälningarna till frågesporter. OBS! Detta är  
tyvärr sista säsongen med frågesport, p.g.a.  
det låga antalet deltagare.

### **Betala på förhand!**

Betala när du har anmält dig och fått svar att du  
har fått plats, dock senast sista anmälningdagen,  
helst till Swish 123 009 71 62 (ange datum) eller  
bankgiro 5850-7674 (ange namn och datum).

Har du anmält dig och fått förhinder, lämna återbud  
senast sista anmälningdag, så återbetalar vi avgiften.

**29 augusti**                      **Tisdag 12.30**

**Månadsmöte**

**”Emma och Anders Zorn – livet,  
konsten, sanningar och lögner.”**

Journalisten **Ola Gäverth** berättar.

**Bindande anmälan senast 24 augusti till Lillebil.**

**7 september**                      **Torsdag**

**Studiebesök**                      **Samling 10.45**

**Konst-och kulturvandring runt Katarinaberget  
med Marie Andersson.** Ca 90 min.

Samling Mosebacke torg vid skulpturen ”Systrarna”.

Trappor, pigga ben. Kostnad 125 kronor.

**Bindande anmälan senast 3 september**  
till Elisabeth.

**19 september**                      **Tisdag 12.30**  
**Månadsmöte**  
**”Mina år på scenen, i studio och med facket”.**  
Skådespelaren **Tomas Bolme** berättar.  
**Bindande anmälan senast 14 september** till Lillebil.

**20 september**                      **Onsdag 14.00**  
**Frågesport, aktivitet för hjärnan.**  
Frågesport under ledning av **Birgitta Agazzi** och  
**Inga-Lisa Sellvall**. Vi tävlar i lag. Enkel förtäring  
ingår. Oscarshemmet, Rigagatan 3. Kostnad 70 kr.  
**Bindande anmälan senast 17 september** till Birgitta.

**21 september**                      **Torsdag 14.00-16.00**  
**”Dagens och morgondagens äldreomsorg.”**  
Gemensamt seminarium med  
Östermalms fyra SPF-föreningar.  
**Mats Olsson**, pionjärsenior.se, och **Bengt  
Simonsson**, användareföreningen KTH talar om  
framtidens teknik och digitalisering  
inom äldreomsorgen.  
**Lokal: Historiska museets hörsal, Narvavägen 13.**  
Fri entré. Anmälan till Kerstin Ehn bom senast den  
12 september, kerstin.ehnbom@gmail.com eller tfn  
070-275 02 20 (helst SMS). **Avboka** vid förhinder!

**5 oktober**                              **Torsdag**  
**Studiebesök**                      **Samling 10.45**  
**Guidad promenad i Filmstaden.**  
Greta Garbos väg 3, T-banan mot Akalla  
till Näckrosen. Ca 1 tim. Kostnad 100 kr.  
**Bindande anmälan senast 1 oktober** till Elisabeth.

**17 oktober**                      **Tisdag 12.30**

**Månadsmöte**

**”Böckerna – och meningen med världen.”**

**Svante Weyler**, tidigare förläggare, talar om sin nya bok, om böckerna som format honom och om varför man inte kan förstå meningen med världen utan romaner.

**Bindande anmälan senast 12 oktober** till Lillebil.

**29 oktober**                      **OBS Söndag**

**Studiebesök**                      **Samling 12.45**

**”Buss på stan”**. Med buss genom ett Stockholm, som växer. **Pontus Dahlstrand** guidar oss och berättar om byggnader och byggande.

Samling vid Karlaplan, Flygarmonumentet.

Ca 2 timmar. Kostnad 190 kronor.

**Bindande anmälan senast 23 oktober** till Elisabeth.

**8 november**                      **Onsdag**

**Studiebesök**                      **Samling 10.45**

Guidad visning av det nya **Spårvägmuseet** i Norra Djurgårdsstaden, Gasverkstorget 1.

Buss 6 eller 76 mot Ropsten, hållplats Drevergatan.

Ca 60 minuter. Kostnad 120 kronor.

**Bindande anmälan senast 4 november** till Elisabeth.

**15 november**                      **Onsdag**

**Studiebesök**                      **Samling 10.15**

En intressant föreläsning om

**Östermalmshallens spännande historia.**

Samling innanför huvudentrén.

Kostnad 170 kronor. **Bindande anmälan senast 12 november** till Elisabeth.

**21 november**                      **Tisdag 12.30**

**Månadsmöte**

Journalisten och författaren **Karin Thunberg** talar om **”Konsten att leva medan vi gör det”**.

**Bindande anmälan senast 16 november** till Lillebil.

**22 november                      Onsdag 14.00**

**Musikfrågesport** under ledning av **Eva Malmros och Jurgen Wahlberg**. Vi tävlar i lag.

Enkel förtäring ingår. Oscarshemmet, Rigagatan 3.

Kostnad 70 kronor.

**Bindande anmälan senast 19 november** till Birgitta.

**7 december                      Torsdag**

**Studiebesök                      Samling 11.45**

Besök på **Chokladfabriken med sopplunch, tårtbuffé och föredrag.**

Renstiernas gata 12. Buss 3 från Slussen.

Kostnad 275 kronor. Kom hungrig!

**Bindande anmälan senast 3 december** till Elisabeth.

**12 december                      Tisdag 12.30**

**Månadsmöte**

**”Ukrainas kamp för frihet”.**

**Bo Kragh**, bankman som levt och verkat både i Ryssland och Ukraina berättar om Ukrainas historia fram till Rysslands nu pågående fullskaliga invasion.

**Bindande anmälan senast 7 december** till Lillebil.

**Vårens första månadsmöte äger rum  
tisdagen den 16 januari 2024.**

.....

**Vi tar gärna emot tips och synpunkter  
på programinnehåll.**

**Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan  
för månadsmöten och studiebesök.**



## ÖVRIGA AKTIVITETER

**RESOR** se separat blad, hemsidan och via e-post.

### PENSIONÄRSRÅDET (SPR)

Anders Rickardsson 073-619 83 51

Christina Roman 076-019 15 50

### VÄNTJÄNST

Kontakt med gamla och ensamma.

Vi gör en insats! Är du intresserad, ring

Kaisa Nord 08-783 67 65

### ADVOKATJOUREN

Kostnadsfri juridisk rådgivning. Ring bibliotekets kundtjänst för bokning 10.00-10.15, 08-508 309 00.

**SENIOR I STOCKHOLM.** Ny webbplats för Stockholms stad. Info om bl.a. träffpunkter, fixartjänster, seniorrabatter, <https://senior.stockholm>.

**DIGITAL FIXARTJÄNST** för seniorer. Norra innerstadens stadsdelsförvaltning. Avgiftsfri hjälp med telefon, surfplatta och dator. Ring Elina eller David, måndag-fredag kl. 9.00-10.30, 08-508 10 252.

### VANDRINGAR med SPF Hedvig Eleonora:

**Tisdag 5 september, kl. 10.00.** Samling Karlaplan med resa till Liljeholmen, promenad Liljeholmen till Örnberg över Vinterviken där vi stannar för fika eller lunch. Frågor: Christina Johannisson, 073-388 81 94.

**Torsdag 14 september – Vandring längs Mälaren,** Nockeby till Alvik, ca 7 km. **Torsdag 5 oktober – Vandring i Hagaparken,** Brunnsvikens södra strand till Bergshamra, ca 7 km. Samling kl. 10.00 på Karlaplan (Flygarmonumentet), hemkomst ca 15.00. Ta med matsäck! Ledare Pian Skiöld, 079-074 44 04.

**Måndag 25 september, kl 10.00.** Samling Karlaplan för resa med T-banan till Sandsborg, promenad i Gamla Enskede, där vi stannar för fika eller lunch. Frågor: Eva Oberger, 070-660 41 49.

## **VANDRINGAR med SPF Engelbrekt.** Varannan

onsdag från 6 september till 29 november.

Se vår hemsida om starttider och samlingspunkter.

Frågor: Charlotte Chatillon Winbergh,  
070-660 52 29 eller Siv Swenzén, 070-687 05 66.

## **BOULE, med SPF Gärdet-Djurgården.**

Onsdagar kl. 13.00 vid Elverket på Styrmansgatan.

Frågor: Karin Linnstrand, 070-304 83 21.

## **MINGEL**

**Tisdagar 14.00**

Clarion Hotel, Jungfrugatan 57. Förmånligt pris.

**Torsdagar 16.00**

Scandic Park, Karlavägen 43. Förmånligt pris.

**Fredagar 14.00**

Klang Market i Fältöversten. Förmånligt pris.

## **PUB-TRÄFFAR Onsdagar 15.00**

The Londoner, Karlavägen 52-54.

**13 sept, 4 okt, 1 nov, 29 nov.** Förmånligt pris.

## **DANSTRÄFFEN Fredagar 13.00–16.00**

**8 sept till 8 dec, dock ej 29 sept.**

Dansträffen ordnar eftermiddagsdans i Hjorthagens Kulturhus, Artemisgatan 19. T-bana till Ropsten, uppgång Hjorthagen. Levande musik, se Karlaplans hemsida. Kaffe/te och bröd ingår i priset. Kostnad 120 kr. Annika Strandell, 070-523 94 14.

## **TÄVLINGSBRIDGE**

**Torsdagar 10.00–15.00**

**7 sept till 14 dec.** Fasta par. Platser lediga.

Oscarshemmet, Rigagatan 3.

**Kontakta** Leif Persson 070-517 50 99.

Terminsavgift 100 kr, bordsavgift/gång 150 kr.

## **RABATTER OCH AVTAL**

På Östermalm har vi ett antal attraktiva rabatter. Se också erbjudanden via SPF-Distriktet och SPF-Förbundet. Se vår hemsida.

## **STYRELSEN SPF SENIORERNA KARLAPLAN**

### **Ordförande**

Inger Öhman 070-231 16 92  
inger@bjornhuvud.se

### **Vice ordförande och Medlemsansvarig**

Anders Rickardsson 073-619 83 51  
n.anders.rickardsson@gmail.com

### **Styrelsesekreterare och Väntjänsten**

Eva Sederholm 073-159 07 20  
eva.e.sederholm@gmail.com

### **Kassör**

Helga Lundin 070-297 15 26  
helga.lundin@gmail.com

### **Program och Vuxenskolan**

Lillebil Björkman 070-884 87 80  
lillebullan@gmail.com

### **Hemsida, Frågesport och Program**

Birgitta Agazzi 073-037 39 91  
birgitta.agazzi@gmail.com

### **Program och Medlemsregistret**

Elisabeth Starby 070-884 81 35  
lisastarby@gmail.com

### **VALBEREDNING**

Katarina Lundblad, sammankallande,  
070-884 77 11, k.lundblad@telia.com

Christina Roman 076-019 15 50  
christina.roman@gmail.com

Krister Schram 070-756 87 37  
kschram88@gmail.com