

Aktivitetsplan 2026

Årets andra utgåva av aktivitetsplan bifogas i detta nyhetsbrev. När nya aktiviteter tillkommer uppdateras planen – se version i övre högra hörn.

Reseprogram

Distriktets resegrupp inbjuder till flera resor under året. Vilka som är aktuella i dagsläget ser du i aktivitetsplanen – fler resor tillkommer.

SV stämma 25 mars

Studieförbundet Vuxenskolan Kronoberg inbjuder till avdelningsstämma i Växjö – se information i bifogad inbjudan.

Kurs valberedningen

8 april är det dags för valberedningarna i föreningarna en kurs och en bra start i deras arbete – se information i bifogad inbjudan.

Erbjudande orange västar

Synlighet och uppmärksamhet är viktigt vid publika evenemang. Se mer om distriktets erbjudande om orangea västar i bifogad pdf.

Hänt i föreningen

Har din förening något nytt och spännande att berätta för andra föreningar? Skicka text och gärna en bild till distriktet via:

kronoberg@spfseniorerna.se



Besök av civilministern

SPF Seniorerna Kronoberg fick för en tid sedan ett förslag av Regionrådet via Anna Zelvin om att arrangera ett dialogmöte med civilminister Erik Slottnér (KD). I slutet av januari ägde detta möte rum på ett mycket trevligt, givande och informerande sätt. Ministern började med en information om sitt arbete och aktuella frågor och projekt. Här följer några exempel på vad han tog upp:

- Exempel på hur AI kan användas för att förebygga fallolyckor.
- Statlig e-leg och digitala fullmakter för att förhindra och förebygga osäkerhet och bedrägerier.
- Projekt för att förhindra och stoppa bluff sms.
- Arbete med att ev. förbjuda telefonförsäljning.
- Möjlighet för äldre att finnas kvar i arbetslivet så länge man vill/orkar.
- Information om tandvårdsstödet som trädde i kraft den 1 januari.
- Projekt som pågår för att minska ensamhet.
- Möjligheten att välja man eller kvinna som hjälp i hemtjänsten.
- Ökade språkkrav för arbete inom hemtjänsten och på SÄBO.

Vid efterföljande frågestund kom bland annat följande frågeställningar upp: Egenmonitorering, ensamhet, mötesplatser, seniorbostäder med gemensamma aktiviteter, den höga hyran på SÄBO, avsaknaden av fast läkarkontakt, satsningar på primärvården.

Gunilla Holmström Bokor, distriktsstyrelsen Kronoberg

HEMSIDA

Besök vår hemsida för senaste nytt!

[Hemsida SPF Seniorerna Kronobergsdistrikt](https://www.spfseniorerna.se/kronobergsdistrikt)



Aktivitetsplan 2026

<i>Datum</i>	<i>Aktivitet</i>	<i>Ansvarig</i>
Januari		
10	Resa till Falkenbergsrevyn (fullbokad)	Gunnar Andersson
18	Resa till Falkenbergsrevyn (fullbokad)	Gunnar Andersson
23	Bouletävling Ljungby	Gunnar Andersson
28	Dialogmöte med civilministern, Växjö	Jan Johansson
Februari		
28	Bouletävling Växjö	Gunnar Andersson
Mars		
1	Resa till Falkenbergsrevyn (fullbokad)	Gunnar Andersson
6	Årsmöte Boule, Växjö	Gunnar Andersson
15	Resa till Falkenbergsrevyn	Gunnar Andersson
27	Bouletävling Ljungby	Gunnar Andersson
April		
8	Kurs för Valberedningen, Växjö	Agneta Nordlund G-son Ingvar Gustavsson
22	DM Bowling, Ljungby	Egon Ståhlros
24	Distriktsstämma, plats ej fastställd	Jan Johansson
Maj		
18-22	Folkhälsoveckan	Förbundet
Juni		
1-4	Resa till Östergötland, 4 dagar	Gunnar Andersson
?	Resa till Blekinge	Gunnar Andersson
Juli		
12	Resa till Krusenstiernska, Kalmar	Gunnar Andersson
25	Resa till Eksjö International Tattoo	Gunnar Andersson
Augusti		
20	Resa till 4-länsträff, Gränsö slott, Västervik	SPF Seniorerna Kalmar län
?	Resa till Vallarnas friluftsteater, Falkenberg	Gunnar Andersson
September		
22	Gröna dagen (fria resor med Länstrafiken)	Region Kronoberg
Oktober		
1	Internationella dagen för äldre	FN



Aktivitetsplan 2026

November

December

<i>Datum</i>	<i>Aktivitet</i>	<i>Ansvarig</i>
Hjärnkoll		
23 mars	Alvesta	Sigurd Karlsson, Jan Johansson
20 april	Agunnaryd	Sigurd Karlsson, Jan Johansson
11 maj	Tjureda	Sigurd Karlsson, Jan Johansson
Boule		
23 januari	Bouletävling Ljungby	Gunnar Andersson
28 februari	Bouletävling Växjö	Gunnar Andersson
6 mars	Årsmöte Boule, Växjö	Gunnar Andersson
27 mars	Bouletävling Ljungby	Gunnar Andersson
Bowling		
22 april	DM Bowling, Ljungby	Egon Ståhlros
Bridge		
Golf		
Resor		
10 januari	Resa till Falkenbergsrevyn (fullbokad)	Gunnar Andersson
18 januari	Resa till Falkenbergsrevyn (fullbokad)	Gunnar Andersson
1 mars	Resa till Falkenbergsrevyn (fullbokad)	Gunnar Andersson
15 mars	Resa till Falkenbergsrevyn	Gunnar Andersson
1-4 juni	Resa till Östergötland, 4 dagar	Gunnar Andersson
? juni	Resa till Blekinge	Gunnar Andersson
12 juli	Resa till Krusenstiernska, Kalmar	Gunnar Andersson
25 juli	Resa till Eksjö International Tattoo	Gunnar Andersson
? augusti	Resa till Vallarnas friluftsteater, Falkenberg	Gunnar Andersson
20 augusti	Resa till 4-länsträff, Gränsö slott, Västervik	SPF Seniorerna Kalmar län



Alla seniorer från olika
organisationer är välkomna att
hånga med till Kalmar!
**Tveka inte anmäl dig, begränsat
antal platser!**
Sista anmälningssdag 29 mars

**SOMMAREN 2026
PREMIÄR 25 JUNI**

FÅNGAD PÅ NÄTET



KRUSENSTIERNSKA
TEATERN

Resan anordnas genom Kronobergsdistriktet i samarbete med Ryssbybygdens buss!

Sommaren **2026** ger **Krusenstiernska Teatern** en hysteriskt rolig fars som bjuder på skratt, förväxlingar och full fart när två världar krockar – bokstavligen!

Söndagen den 12 juli blir garanterat en dag med många glada skratt & ett härligt umgänge!

Avresa/körschema:

- ✚ 09.00 Ljungby busstation
- ✚ 09.15 Ryssbybygdens garage (Lunnagårdsvägen 14)
- ✚ 09.35 Alvesta Folketshus
- ✚ 10.00 Växjö Samarkand (parkeringen vid Mac Donalds)

Påstigningsplatser kan ändras efter anmälan vid väg 25!

12.00 (ca) Stannar vi bussen vid Rasta i Kalmar för en lunchpaus.

15.00 Går ridån upp för "Revygänget".

✚ *Efter teatern är det hemresa och bussen stannar för fika på Rasta i Kalmar*

För en kostnad på 950 kronor/person får du bussresan & entrébiljetten.

Obs! Lunch och fika ingår ej utan betalas av var och en själva!

Anmäl dig till: Gunnar Andersson telefon 070 – 568 38 07 eller på mail till gunnar@ryssbybygdensbuss.se senast den **29 mars 2026**.

Boka in dig och häng med till Eksjö och upplev en oförglömlig dag med Eksjö Tattoo den 25 juli!



Under Eksjö International Tattoo kommer Stora Torget i Eksjö åter att förvandlas till en arena för unika musikupplevelser som inte lämnar någon oberörd.

- ✚ 11.30 underhållning av vaktparader
- ✚ 15.00 Underhållning av orkestrar från olika nationer

Avresa/körschema:

- ✚ 08.30 Ljungby busstation
- ✚ 08.45 Ryssbybygdens garage (Lunnagårdsvägen 14)
- ✚ 09.15 Alvesta Folketshus
- ✚ 09.30 Växjö Blockvägen 8, Vuxenskolan
- ✚ 10.00 (ca) Eke busshållplats
- ✚ 10.40 (ca) Norrhult samåkningsplats
- ✚ 18.00 Hemresa

För en kostnad på 950 kronor/person får du resa, biljett och bussfika på vägen upp till Eksjö.
(Lunch eller fika innan hemresa ingår inte utan den kostnaden betalar man själv!)

Anmäl dig till: Gunnar Andersson telefon 070 – 568 38 07 eller på mail till gunnar@ryssbybygdensbuss.se **senast den 20 maj.**

Betalning: Faktura skickas efter anmälan per mail eller per post alternativt kan du betala till Ryssbybygdensbuss på Swish nummer 123 – 40 18 081

Resan samordnas mellan seniorföreningarna i Kronobergsdistriktet och Ryssbybygdensbuss.



ÖSTERGÖTLAND

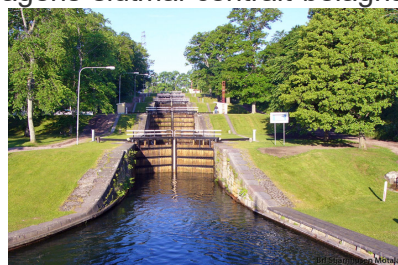
1 – 4 JUNI 2026

4 dagar



Inbäddat i hjärtat av södra Sverige är Östergötland en region full av historia, naturskönhet och kulturell rikedom. Från antika slott och kloster till livliga städer, fridfulla sjöar, böljande slätter och frodiga skogar erbjuder Östergötland en rad upplevelser som passar alla resenärer. Östergötland har ett arv som går tillbaka till vikingatiden och var en gång Sveriges politiska och religiösa centrum samt hem för flera viktiga medeltida strukturer. Följ med på en oförglömlig resa till denna fängslande del av landet. Resan genomförs i samarbete mellan SPF-distrikt Kronoberg och Ryssbybygdens buss. Reseledare Boris Salomonsson.

Dag 1. Från våra påstigningsorter reser vi norr ut via Åseda och Målilla till Storebro. Vid Visans skepp tar vi rast med bussfika. Visans skepp består av 20 stora stenblock i småländsk granit med 40 av våra vackraste och mest sjungna visor från detta århundrade inblästrade. Med gemensam stämma kan vi säkert sjunga några av visorna innan vi fortsätter resan för ett besök i Ulrika lilla spånklädda timmerkyrka. Kyrkan invigdes 1737 och fick sitt namn efter dåvarande drottningen Ulrika Eleonora. Nästa stopp blir på Väderstads Centralkrog där vi äter dagens buffélunch. Vi har nu mindre än en mil för ett besök vid den berömda Rökstenen med världens längsta runskrift ristat i sten på 800-talet. Ljungsbro är känt för sin godisfabrik. För att tillfredsställa vårt godissug stannar vi till vid Cloetta innan vi fortätter till Bergs slussar för en liten promenad i det vackra slussområdet. Sedan tar vi sikte på dagens slutmål centralt belägna Quality Hotel Ekoxen för incheckning och kvällens gemensamma middag. Därefter har du möjlighet att på egen hand upptäcka de centrala delarna i Linköping.



Dag 2. Efter en god frukost stiger vi på bussen för en kort tur till Flygvapenmuséet i Linköping. Här får vi en historisk resa genom ett sekel av flygande teknik – från de allra första sköra flygmaskinerna till det toppmoderna JAS 39 Gripen. Vi börjar med en guidad visning som tar oss genom kalla kriget i Sverige och världen, folkhemmet och flygvapnet, och nedskjutningen av DC-3:an. Sedan får du egen tid för att titta runt i muséet. Vid bryggan i centrala Linköping ligger båten M/S Kind redo för att ta emot oss. Vi stiger ombord för en tre timmars härlig kryssning på Kinda kanal och Stångåns vatten ut mot Roxen med bl.a. ned- och uppstigning i Nykvarns sluss. Under kryssningen serveras en god lunch. Efter kryssningen besöker vi Friluftsmuséet Gamla Linköping som är ett av Östergötlands största besöksmål. Stadskvarteren visar hur en liten svensk stad kunde se ut i början av 1900-talet. Precis som i en riktig stad är husen från olika epoker och olika samhällsskick. Gamla Linköping är inte bara ett museum utan även en levande stadsdel, med hantverksbutiker, serveringar och privatbostäder som erbjuder massor av aktiviteter och upplevelser. Därefter åter till hotellet och kvällens middag.



Dag 3. Frukost. Idag kör vi norrut förbi Norrköping och ut på Vikbolandet till Häradsdammarna och Zarah Leanders museum. Vi börjar med en presentation av muséet och Zarah Leander. Efter en rundvandring i muséet får vi se en film där Zarah Leander uppträder i bild och ljud.

Vi gör också ett litet uppehåll vid Häradshammars kyrka där Zarah Leander och Arne Hülphers är begravda. Nästa stopp blir i den vackra Carl Johans park i Norrköping som är mest berömd för kaktusplanteringen. Varje år planteras 25 000 kaktusar, som tillsammans bildar ett specifikt motiv som är olika år från år, en tradition som har förekommit sedan 1926. Vi kan se hur planteringen förbereds inför invigningen den 18 juni. Lunchen äter vi på restaurang VilaBar/Kök innan vi fortsätter till Arbetets museum som huserar i Holmens Bruks och Fabriks AB gamla industribyggnad kallad Strykjärnet. Carl Milles har kallat den "landets vackraste industribyggnad". Efter en guidad introduktion kan vi på egen hand studera de intressanta utställningarna. Himmelstalund är ett av norra Europas största hållristningsområden. Här finns cirka 1 700 hållristningar som berättar om bronsålderns människor och deras liv för cirka 3 500 år sedan. Efter en promenad i området smakar en bussfika bra. Vid återvändandet till Linköping där du får lite egen tid för ett besök i den imponerande domkyrkan. På kvällen gemensam middag.



Dag 4. Efter ännu en god frukost kör vi till den internationellt berömda debattören, visionären och författaren Ellen Key Strand. Vi får en intressant guidad visning av huset och höra mer om kraftkvinnan Ellen Key som var långt för sin tid, både beträffande samhällsfrågor och inredningsstil. Vi har bara några kilometer till Alvastra klosterruin. Även om det idag är en ruin så kan man fortfarande ana hur vackert klostret en gång har varit. Det var här som Den Heliga Birgitta fick flera av sina uppenbarelser. Vi fortsätter till Vadstena där du får lite tid att betrakta det vackra Vadstena slott innan vi avnjuter dagens lunch på Slottsgårdens Hotell. Sedan väntar ett besök med guidning i Vadstena medeltida hallkyrka. Kyrkan som byggdes av kalksten och invigdes 1430 är ett viktigt pilgrimsmål med Birgittaskrinet och relikier från heliga Birgitta, samt ett kulturminne med stjärnvalv. Därefter med ett litet stopp för kaffe fortsätter vi mot våra hemorter för att framåt kvällen åter vara hemma med många härliga upplevelser och fina minnen från fyra dagar i Östergötland.



Pris **6 990 kr** I detta ingår resa i modern helturistbuss, logi i dubbelrum på fyrstjärnigt hotell, tre frukostar, tre middagar, fyra luncher, en kanalkryssning, lokala guider och inträden enligt program samt reseledare/guide under resan. Enkelrumstillägg 1770 kr. Vid första rasten finns det kaffe och fralla att köpa för självkostnadspris, 50 kr

Reseskydd: Kontrollera med ditt försäkringsbolag så att reseskydd ingår i din hem/villaförsäkring.

Avresa: Ljungby Busstation 6:10 Ryssby bussgaraget 6:30, Alvesta Folkets Hus 06:50, Vuxenskolan Växjö Blockvägen 8 07:30. Upphåtningsplatser kommer att anpassas och kompletteras efter resenärernas lämpligaste påstigningsort.

Välkommen på en härlig resa i Östergötland!

Anmälan till Gunnar Andersson, tel 070-5683807 mail gunnar@ryssbybygdensbuss.se eller

Lizzie Andersson, tel 070-3002983 mail andersson.lizzie@telia.com eller

Roland Cronholm, Älghult tel 070-6364193 mail roland.cronholm@hotmail.com

Anmäl snarast dock senast den 20 april. "Först till kvarn" gäller då antalet deltagare är begränsat till en buss.

Välkommen till valberedningsutbildning!

Under denna kurs får du som är med i valberedningen i din förening ökade kunskaper om valberedningens viktiga roll i föreningen. Vi kommer också att ägna en stund åt erfarenhetsutbyte föreningarna emellan.

Datum och tid: Onsdagen 8 april 2026 kl 13.30-16.00

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Blockvägen 8, Växjö

Program

- 13.30 Samling, inledning, praktisk information
Vad innebär valarbetet?
Vilket ansvar har jag som är med i valberedningen?
Eftermiddagsfika – vi bjuder på kaffe/te och kaka
Vi delar med oss av våra erfarenheter
- 16.00 Avslutning

Anmälan senast 2026-03-31 till:

www.sv.se, sök på arr.nr 46523 ([länk till anmälan](#)),
eller e-post kronoberg@spfseniorerna.se, 0470-145 07.
Meddela eventuella önskemål om specialkost vid anmälan.



*Skanna qr-koden med
din telefon för att
komma till anmälan.*

För eventuell ytterligare information kontakta:

Agneta Nordlund G-son, nordlund.agneta@gmail.com
Ingvar Gustavsson, boinguem@yahoo.se

SPF Seniorerna Kronobergsdistriktet

I samverkan med

Profilkläder Orange väst, SPF Seniorerna – dam- och herrmodell

Orange softshell-väst i dam- och herrmodell att använda vid publika arrangemang då det är viktigt att profilera och synas på ett enhetligt sätt.

Vit SPF Seniorerna-logga på vänster bröst fram samt på ryggen enligt bild nedan.

Under västen kan till exempel en kornblå tröja, skjorta eller jacka bäras.

Finns i storlekarna S, M, L, XL och XXL.

Pris per styck inkl tryck: 650 kr + moms.

Kostnad för ev frakt tillkommer. Hämtas fritt i Växjö eller vid distriktets årsmöte 2026.

Herrmodell



Dammodell



Vi önskar beställa följande:

Storlek	Dammodell, antal	Herrmodell, antal
S		
M		
L		
XL		
XXL		

Förening:

Kontaktperson:

Telefon:

E-post:

Fakturaadress:

Sista beställningsdag: **31 mars 2026**

Beställningstalongen skickas till:

SPF Seniorerna Kronoberg
Blockvägen 8, 352 45 Växjö
eller kronoberg@spfseniorerna

Faktura skickas till föreningen efter leverans. Leverans sker vid distriktets årsmöte den 24 april 2026.