



159
Hässleholm

Informationsblad

2026



Detta gör vi tillsammans!

- Att bedriva opinionsbildning i syfte att tillvarata medlemmarnas rättigheter i samhället.
- Att ta vara på medlemmarnas engagemang och kunskande samt fördela arbetsuppgifter och öka informationen.
- Att trygga tillgången och tillgängligheten till äldrebooster samt att verka för stadsplanering för att tillgodose den äldre generationens behov av närhet till olika samhällsfunktioner.
- Att utveckla och anpassa program för kurser och utbildningar av skilda slag med utgångspunkt från våra medlemmars efterfrågan och behov.
- Att stimulera ett varierat utbud av träffar med olika teman grundade på medlemmarnas intressen och önskemål.
- Att särskilt uppmärksamma behoven hos våra äldre medlemmar.
- Att särskilt uppmärksamma och stimulera engagemanget hos våra funktionärer.
- Att i varierad form utveckla och stimulera föreningsmedlemmarnas fysiska aktiviteter inom friskvård och hälsa.
- Att arbeta för ett utökat externt samarbete med kommunen, andra organisationer och föreningar.

Styrelse Styrelsemöte 1:a måndagen i månaden på Senioren Hässleholm

Ordförande	Ruth Brunner	0708-58 01 57	ruth.zonta@gmail.com
V ordförande	Tommy Nermar	0768-98 98 44	tommy@nermar.se
Sekreterare	Lena Mathiasson	0706-44 08 21	lena@mathiassons.se
V sekreterare	Siv Gyllix	0738-10 10 16	frideborg@outlook.com
Kassör	Bitte Wallenius	0705-46 74 85	bitte@pewa.se
V kassör	Sven-Ove Sandqvist	0738-50 30 60	snove@telia.com
Ledamot	Hem Mathiasson	0709-57 99 08	karin1hem@gmail.com
Ledamot	Margreth Segerstein	0705-38 03 83	margreth@segerstein.se
Ledamot	Bo Kastlund	0709-72 15 43	bo.kastlund@gmail.com
Medlemsansvarig		Bitte Wallenius	0705-46 74 85
Valberedning	Jan Göransson	0730-46 56 44	
	Richard Roth	0708-71 02 69	
	Gunnel Lang	0706-93 11 79	
Revisorer	Dan Persson	0703-14 66 72	
	Christer Samuelsson	0767-94 38 37	

Kontor: SPF Seniorerna 159 Hässleholm

Senioren, Tingshusgatan 2, 281 30 Hässleholm

Öppet: tisdagar 10.00–12.00, onsdagar kl 13.00-14.00 i samband med onsdagsträffar

Hemsida: www.spfseniorerna.se/159hassleholm

Telefon: 0732-68 91 66

E-post: spf159.hlm@gmail.com

Bankgiro: 728–8657 (OBS! Betalning av medlemsavgift, se nedan)

Orgnr: 837001-3800

Stängt: 16 juni t o m 9 augusti

Medlemsavgift 2026: 300 kronor

Avgiften betalas till förbundets bankgiro 505-1743 när de har skickat inbetalningskort eller direkt via SPFs hemsida genom att logga in på Mina sidor.

AKTIVITETSGRUPPER/SAMORDNARE

Program- och Resegrupp

Bokar och sammanställer årets program inför våra onsdagsträffar, kvällsträffar, utfärder och resor.

Ansvarig: Agneta Sandqvist, 0705-98 02 71

Friskvårdsgrupp

Bokar och sammanställer årets program med gympa, vandringar, cykling och mycket mer.

Ansvarig: Kerstin Lundblad, 0706-69 80 57

Medlemsgrupp 85+

Arrangerar träffar samt en resa per år för våra medlemmar över 85 år.

Ansvarig: Elsa Stenroth, 0708-67 89 07

Cafégrupp

Ansvarar för onsdagsträffarnas pausfika.

4 grupper med 16 fikaansvariga

1 reservgrupp med 3 fikaansvariga

Klubbmästare Klubbmästare Anita Berg, 0730-63 18 72

Lotteri

Ansvarar för lotterier i samband med onsdagsträffar

Hem Mathiasson 0709-57 99 08

IT/hemsida

Ansvarig: Per Wallenius, 0708-12 53 18

Studieförbundet Vuxenskolan

Ombud i SPF Samorganisation i Hässleholms kommun

Lena Mathiasson

Lena Grevesmühl Råvik

Bo Kastlund

AKTIVITETER

för dig som är medlem i SPF Seniorerna Hässleholm159
Alla medlemmar är välkomna med förslag till olika aktiviteter.

Canasta

Senioren torsdagar kl 10.00, ingen kostnad.

Kontakta ansvarig för mer info.

Ansvarig: Daga Thuresson 0709-20 41 07

KIM-kören

Senioren **måndag** mellan kl 9-11 (OBS ändrad dag!)

Ingen förkunskap krävs

Kostnad – Debiteras av Studieförbundet Vuxenskolan

Sång- och körledare Joachim Nilsson 0768-97 75 26

Gympa för SPF medlemmar på Gym 1

Ängdalavägen 12, Hässleholm (nere vid Österås IP)

Fredagar 10.00-10.45

Kostnad 650 kronor per termin

Ansvarig: Gunilla Christensson 0708-26 58 74

Må-Bra gympa

Vagnslidret, Hässleholmsgården måndagar kl 16-17

Kostnad 200 kronor per termin

Ansvarig: Kerstin Lundblad 0706-69 80 57

Promenad/stavgång

Hässleholmsgården, ingen kostnad

Tisdagar kl 09.30, 2,5 - 5 km, medtag fika, ingen föranmälan

Ansvarig: Catarina Bergman 0736-76 54 67

Vandringar

Information kommer via mejl till samtliga medlemmar om dag och tid när vandringar är fastställda. Ingen kostnad.

Ansvarig: Gun-Inger Persson 0722-10 76 11

Cykling ca 2 mil

Hässleholmsgården, ingen kostnad, start i april

Måndagar kl 09.30, medtag fika, ingen föranmälan

Ansvarig: Ann-Kristin Widuch 0703-59 23 13

Vattengympa

Österåsbadet (OBS ny plats!)

Torsdagar 14.30 – 16.00

Kostnad ej fastställd vid tryckning

Ansvarig: Inga-Britt Persson 0722-31 77 77

Kerstin Göransson 0738-26 02 60

Studiecirklar, mer info finns på SPFs anslagstavla på Senioren

Bokcirklar

Ansvarig köper in böcker till sina respektive grupper (pocketbok) som man sedan samtalar kring på träff en gång per månad på Senioren.

På plats delas sedan nästa bok ut för hemläsning. Varje deltagare betalar för sin pocketbok som man sedan får behålla.

Grupp I - månadsträff tisdagar kl 10-12

Ansvarig: Karin Åkesson 0703-41 49 46

Grupp II - månadsträff måndagar kl 10-12

Ansvarig: Lillian Nordström 0769-41 33 41

Yvonne Kajrup 0705-15 18 06

Snickeriverkstad

På Läredaskolan planeras inför 2026, kommer mer info.

Kontakt: Bo Kastlund 0709-72 15 43

Mobilutbildning

Senioren, ingen kostnad

Grundläggande utbildning Iphone och Android

Mer information kommer i samband med terminstart

Ansvarig: Tommy Nerman 0768-98 98 44

TILLSAMMANS MED VÅRA SAMARBETSPARTNERS

Linedance (samarbete SPF/PRO)

Finja Bygdegård

Nybörjare och lätt fortsättning: Måndagar 10.00 – 11.30

Fortsättningskurs: Torsdagar 10.00 – 11.30

Gratis prova på två gånger för nya dansare

Kostnad 500 kr

Kontakt: Birgit Håkansson 0768-34 77 88

Bridge

Hässleholms Bridgeklubb

Måndagar kl 13.00-17.00

Torsdagar kl 18.30-22.30

Kontakt Gert Fors 0703-00 12 60

Hässleholms Dambridgeklubb

Tisdagar 18.00-23.00

Kontakt Inger Adregård 0705-15 87 34

Bordtennis

Björklundahallen (tennishallen på Österås)

Medlemskap i Hlms Bordtennisklubb krävs 100 kr/år, därefter en kostnad på 20 kr per tillfälle

Torsdagar kl 10.00 – 12.00

Hässleholms Bordtennisklubb

Kontakt Esse Johnsson 0706-86 97 11

Boule på Hässleholmgården

Kräver medlemskap i Korpen 200 kr/år samt deltagaravgift 200 kr/år (april-oktober) Kontakta Korpen i Hässleholm, helst via mejl info@korpenhassleholm.se eller lämna meddelande på tfn 0451-801 60

... och mycket annat trevligt som vi i SPF Seniorerna 159 Hässleholm arrangerar under året. Se även på vår anslagstavla på Senioren.

Vi är ständigt på jakt efter ledare och funktionärer till nya och befintliga aktiviteter.

Intresserad? Hör gärna av dig till någon i styrelsen!

På hemsidan och på vår anslagstavla samt under "Föreningsmeddelande" i Norra Skåne ser du alla våra aktuella aktiviteter.

www.spfseniorerna.se/159hassleholm

VÅRENS PROGRAM 2026 (preliminärt)

Program och eventuella förändringar mejlas ut till samtliga medlemmar. Höstens program mejlas ut till sommaren.

Onsdagsträffar kl 14.00 på Senioren.

- | | |
|-------------|---|
| 21 januari | Rickard Nilsson, "Rickards musikaliska avtryck" |
| 4 februari | Johan Malmström, "Äldre i trafiken – kör säkert och tryggt" |
| 18 februari | Årsmöte kl 14.00, Församlingshuset |
| 4 mars | "Vägmän", countrymusik |
| 18 mars | Folke Bäck, "Minnen från taxifyget" |
| 25 mars | TURAN – vi åker buss till Helsingborg och turar några vändor Hbg/Helsingör och har en trevlig dag med god mat ombord. |
| 1 april | Thomas Johnsson, föredrag om Hammarmölledamms förändring och Hovdala Naturreservat |
| 15 april | Modevisning - Ateljé Viktoria, Dressman och Bra Skor |
| 6 maj | Mikael Wallenberg om Otto Lindbladssällskapet |
| 20 maj | Anders Blidberg – "Krigsfånge hjälpen" |
| 3 juni | Aktivitet/träff utanför Senioren, mer info kommer |

Kvällsträff våren kl 18.30

- | | |
|-------------|------------------|
| 26 februari | "Wine and Roses" |
|-------------|------------------|

Övrig information

Hässleholms kommun/Omsorgsnämnden

En viktig del av samhällets äldreomsorg utförs av kommunens omsorgsnämnd.

När en pensionär behöver hjälp med något ska ansökan göras hos handläggare som ansvarar för det område där pensionären bor. Stadshusets telefonväxel 0451-26 70 00 lämnar gärna uppgift om vilken handläggare man kan vända sig till.

Handläggaren kan även lämna hjälp med avlösarservice, ledsagarservice, matdistribution, trygghetslarm, platser på servicehus och dylikt. På Seniorens anhörig- och pensionärscentra har kommunens anhörigkonsulent och anhörigstrateg sina kontor.

SPF Seniorernas Samorganisation

Samorganisationen har till uppgift att följa upp SPF Seniorernas beslut i kongress- och förbundsstyrelsen. Samorganisationen svarar för att de centrala besluten på förbunds- och distriktsnivå förs ut till de nio SPF-föreningarna i kommunen.

Föreningens företrädare i Samorganisation och föreningens förslag till ombud i Kommunala pensionärsrådet väljs vid ett årsmöte.

Samorganisationen väljer inom sig två ledamöter och två ersättare att företräda organisationen i det kommunala pensionärsrådet, KPR, som också har till uppgift att återsammanträderna.

Senioren – Mötesplats för anhöriga och pensionärer

Välkommen till Senioren för att träffas och prata och fika. Eller läsa dagstidningar och tidskrifter, det finns även en gästdator.

Här träffas också en grupp som stickar. I källaren finns lokaler för vävning och träslöjd.

Caféets öppettider är måndag-torsdag kl 9-16 och fredag kl 9-12.

Utöver SPF har även nedan föreningar tillgång till lokal på Senioren:

- Svenska Diabetesförbundet
- Demensföreningen i Hässleholm
- Hörselskadades förening
- Anhörigförening RPG (Riksförbundet Pensionärsgemenskap)
- Anhörigkonsulent
- PRO (Pensionärernas Riksorganisation)
- SKPF (Svenska Kommunalpensionärernas förbund)
- Daglig verksamhet Gnistan

SELATEK

INSTALLERAR SVERIGES FRAMTIDSTEKNIK

LEVINS



automationsteknik
for successful automation

EST EL & STYRTEKNIK AB



dataporten™

Personlig och kompetent service



Er lokala service & IT-partner.

Exempel på tjänster vi utför.

*Säljer stationära & bärbara datorer samt diverse tillbehör.

* Bygger alla typer av datorer efter önskemål och behov.

*Utför professionell service på alla stationära & bärbara datorer.

* Rensar bort skräp & virus på er dator.

*Säljer mobiler & surfplattor.

Vi utför även service i hemmet med 50 % RUT-avdrag.

Frykholmsgatan 11, 281 30 Hässleholm

Öppettider: Vardagar 10:00-18:00 (lunch 12:00-13:00), lördagar 10:00-13:00

Tfn 0451-387333 / www.dataporten.se / info@dataporten.se