

SPF Seniorerna Askim Hovås

Vårprogram 2026

Sid 2 Ordföranden har ordet

Sid 4 Månadsträffar etc.

Sid 9 Gruppaktiviteter: Resor

Sid 19 Kalendarium

Föreningens hemsida:

www.spfseniorerna.se/askimhovas

Föreningens e-post:

askimhovas@spfseniorerna.se

Foto: Stefan Johansson

Kära medlemmar!

Föreningen fyller **40 år** 2026 och det skall vi fira med en

Jubileumsfest i september. God mat och dryck och underhållning står på menyn.



Dessförinnan så är vi glada att få presentera en rad intressanta aktiviteter under **våren 2026**.

Resor

-Fagerås påskliljor den 23 april

På ditresan stannar vi i Limmared där vi besöker Glasets hus och Glashyttan. Efter lunch åker vi till Fagnäs och familjen Anderssons gård för att njuta av runt två miljoner påskliljor som blommar några veckor varje år.

-Gårdarna runt sjön den 26 maj

Vi åker till Ulricehamn där vi startar vår tur runt sjön Åsunden i författarinnan Birgit Sparres fotspår. På Torpa stenhus får vi en guidad tur och vi äter lunch på Torpa slottscafé.

Läs i programmet om våra **gruppaktiviteter** i Historia, Askim vår hembygd, Konsthistoria, Bridge och Vinkunskap.

Läs om våra **Månadsträffar** där vi bjuder på trevlig underhållning, fikar och ger aktuell föreningsinformation.

Läs om våra **Tisdagspromenader varvade med Boule** varannan vecka och om **Linedancen** på torsdagar.

Anmäl er så snart som möjligt till det som intresserar er då vissa aktiviteter snabbt blir fulltecknade!

Ladda ner appen ”SPF Seniorerna” i mobilen. Då hittar ni enkelt programmet och det senaste vad gäller nyheter inom föreningen.

Väl mött till våren! Styrelsen / Barbro Bejke, ordförande

SPF Seniorerna Askim Hovås styrelse 2025



Hjälp oss att värva nya medlemmar!

Berätta för vänner och bekanta om våra aktiviteter.

Vi är många men vill gärna bli fler!

Kontakta styrelsen: askimhovas@spfseniorerna.se

Vi arrangerar:

Månadsträffar på Betaniahemmet, Lekullevägen 8

Gruppaktiviteter oftast i Blå huset Kungagårdsängen 51, inne på området

Betalning av deltagaravgift:

Månadsträffar: 80 kronor per tillfälle, inkluderar fralla, kaffe/the och kaka. Föranmälan behövs 7 dagar före Månadsträffen.

Gruppaktiviteter: Oftast 100 kr per säsong. Avvikelser förekommer se respektive aktivitet.

Swish: Använd om möjligt Swish 1234 37 88 81.

Ange **namn och aktivitet** vid inbetalning. Detta underlättar både för aktivitetsansvarig och vår kassör.

Om du inte har Swish, använd Bankgiro (853–8035).

Fungerar inte dessa, så anmäl till tel. 0707 98 41 68

OBS. Gäller inte aktiviteter som specificerar **egna sätt att betala in** såsom till exempel bridge och vinkunskap.

Månadsträff 12 januari kl. 13.00.

Ögon känsliga för stjärnor

Marie Rådbo, astronom, professor emerita, och författare



Vi ser i dag samma stjärnhimmel som våra förfäder, men våra tolkningar är totalt olika. Där våra förfäder såg gudar, ser vi i dag kärnkraftverk, och där de såg suddiga fläckar, nebulosor, ser vi bland annat galaxer. Våra förfäder trodde även att alla stjärnor låg på samma avstånd, medan vi har lärt oss att universum har ett djup. Så välkommen ut i rymden, där vi får bekanta oss med såväl

gårdagens myter som dagens kunskaper, samt även spekulera över vad nytt vi kan lära oss i morgon. Föranmälan senast 5 januari. Se sid 4.



*25% rabatt på mäklrarvode**

NÄR DU SOM MEDLEM SÄLJER DIN BOSTAD MED OSS



ING-MARIE LARSSON
ing-marie.larsson@lundin.se
0730-62 08 50



MATS JACOBSSON
mats.jacobsson@lundin.se
0708-68 99 11



PATRIK HENNINGSSON
patrik.henningsson@lundin.se
0709-16 22 68



TOBIAS ANDERSSON
tobias.andersson@lundin.se
0704-55 22 85

*Mäklrarvode enligt Lundin Fastighetsbyrås prislista för 2025/2026.

Månadsträff måndagen 9 februari kl. 13

Årsmöte och besök av Ann-Sofie "Soffan" Hermansson

Kallelse till Årsmöte 2025

Medlemmarna i SPF Seniorerna Askim Hovås kallas härmed till årsmöte: måndagen den 9 februari kl. 13.00 i Betaniahemmet, Lekullevägen 8. Motioner ska vara föreningsstyrelsen tillhanda senast fyra veckor före årsmötet. Föredragningslista, valberedningens förslag och andra handlingar finns på hemsidan

www.spfseniorerna.se/askimhovas två veckor före mötet.

Efter årsmötet får vi besök av Ann-Sofie "Soffan" Hermansson



Soffan kommer att berätta på temat:

"Att byta spår utan att tappa fotfästet. Om vad som präglat mig och mina livsval".

Träffen är kostnadsfri. Dock måste du föranmäla deltagande senast 2 februari via mejl:

bikir@hotmail.com

eller sms: 0707984168

Månadsträff 9 mars
Kurs i hemberedskap
Instruktör från Civilförsvarsförbundet.



Är du förberedd om krisen kommer?

Här får du grundläggande kunskap om hur du kan stärka din beredskap och förbereda dig för olika kriser i vardagen.

Kursen genomförs av en instruktör från Civilförsvarsförbundet

Föranmälan senast 2 mars. Se sid 4.

Erbjudande för dig
som är medlem i
SPF Seniorerna

Som medlem i SPF har du 1.000 kr rabatt på en begravning hos oss. Kom förbi eller ring så berättar vi mer.

Varmt välkommen!



Malin Ekenved Bagge

HOVÅS BEGRAVNINGSBYRÅ

Hedtångsvägen 14, Hovås
031-363 65 10

www.hovasbegravningsbyra.se



HOVÅS
BEGRAVNINGSBYRÅ

Månadsträff 20 april

Om offentlig konst med Jan Peter Dahlqvist



Det vi idag benämner som offentlig konst har funnits i Göteborg under drygt 170 år, ingen lång tid i ett vidare perspektiv, trots detta kan man se hur varje tidsepok burit med sig sina tankar och idéer om vad som bör och kan placeras i det offentliga rummet.

Jan Peter Dahlqvist är konstnär och har vid sidan av sitt konstnärsskap även arbetat i Göteborgs Stads kulturförvaltning under mer än 20 år. **föranmälan senast 13 april. Se sid 4.**

Våravslutning på Ågrenska

måndagen den 11 maj kl. 13.00



I maj välkomnar vi sommaren på Ågrenska, Lilla Amundön. Vi bjuds på en god lunch som avrundas med kaffe och en god kaka - allt till ett pris av 200 kr. Under lunchen underhåller

vår medlem Leif Erlandsson och hans band "SMILBANDET" med trevlig och medryckande musik. Vi har naturligtvis lotteri. Tag gärna med något som vinst till utlottningen.

På området finns gott om parkeringsplatser. Åker du buss är det buss 82 till **slutstationen Lillövägen**. Med buss X2 kan du byta vid hållplats Bassås till buss 82, hållplats Sandås. Vi kan möta upp vid **slutstationen Lillövägen** så du får åka ända till huvudbyggnaden, om du meddelar oss några dagar innan på nedanstående telefonnr.

Pris: 200 kr/person. Bindande anmälan görs genom betalning senast den 21 april till Swish 1234 37 88 81 eller Bankgiro 853 – 8035 OBS. Skriv ditt/era namn på inbetalningen. Går inte något av dessa, så anmäl till tel. 0707 98 41 68

Föreningens gruppaktiviteter hålls i följande lokaler

- Blå huset** Kungagårdsängen 51, inne på området.
Buss 82: Sandås eller Högen.
Buss X2: Bassås
- För Bridge:** Skintebo, (Billdals Allé) Lokal K1,
vid P-hus mitt emot Humlekärr 57.
- Line-dance:** Askims Badmintonhall, ingång grusplanen
mot kyrkan.

Hjälp oss att värva nya medlemmar!
Berätta för vänner och bekanta om våra aktiviteter.
Vi är många men vill gärna bli fler!
Kontakta styrelsen: askimhovas@spfseniorerna.se

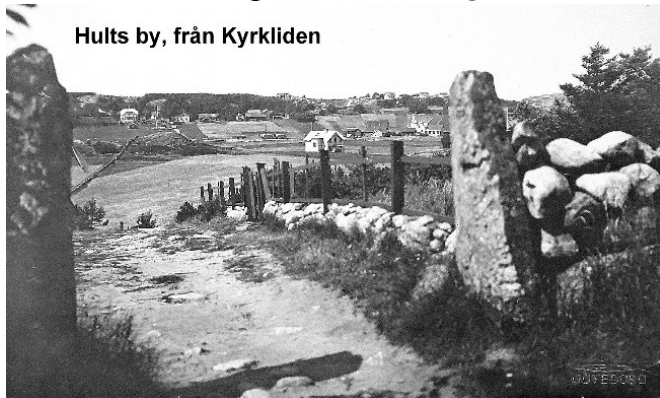
Askim vår hembygd

Lite historia om Askim från urminnes tider till dagens nya byggnation.
Vi tittar på foton från början av förra århundradet fram till våra dagar.

Tid: fredagarna 30 jan, 13 feb, 27 feb, kl. 10-12.

Anmälan: 14 dagar före start. **Avgift:** 100 kr/säsong. Se sidan 4.

Hults by, från Kyrkliden



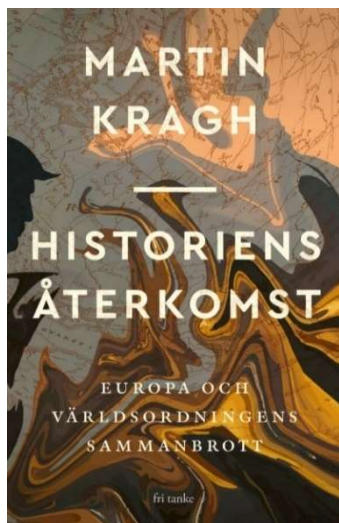
Förbehåll: minst 10
anmälda

Lokal: Blå Huset,
Kungagårdsängen
51

Kursledare:

Bernt Skyttermark
Tag med egen fika

Historia – a never-ending story!



Vi tar oss an Historiens återkomst. Europa och världsordningens sammanbrott, av Martin Kragh.

Torsdagarna 29 jan, 12 feb, 26 feb, 12 mars, 26 mars, 9 apr. Kl. 10.00–12.00 i Blå huset, Kungagårdsängen 51

Kostnad 100 kr/säsong.
För anmälan se sid 4.

Tag med egen fika!

Vi välkomnar gärna nya deltagare

Samordnare: Ann Sofie Karlsson 0701-708 410

Konsthistoria

Urval av kända konstnärer från slutet av 1800-talet fram till nutid. Vi studerar målningar av svenska och utländska konstnärer och diskuterar de olika riktningarna inom konsten.



Tid: fredagar 13 mars, 27 mars, 10 april
kl. 10.00-12.00

Lokal: Blå huset.
Kungagårdsängen 51

Avgift: 100 kr/säsong
Anmälan 14 dagar före start, se sidan 4. Förbehåll:
Minst 10 deltagare.

Kursledare: Bernt Skyttermark. **Tag med egen fika!**

Vinkunskap



VINKUNSKAP med olika teman varje gång

Under våren kommer vi att träffas vid två tillfällen och prova 4 olika viner varje gång.

Georg Berg, sommelier och munsänk, väljer viner och lär oss att känna igen de olika druvorna.

Vi träffas i Blå Huset där det finns 24 platser. Avgiften är 200 kr/träff

och då ingår vin, bröd och goda ostar.

START I FEBRUARI.

Bridge

Vår onsdagsbridge

Start: onsdag 14 januari, avslutning den 27 maj

Tid: Kl. 10.00-14.00

Pris: 100 kr. per säsong. Betalning sker när vi träffas för att spela.

Lokal: Skintebo (Billdals Alle). Lokal K1, vid parkeringshus mitt emot Humlekärr 57.

Ledare: Carina von Wachenfelt 073 505 80 81

Medansvarig: Gudmund Otterstedt 073 708 66 01

Kontakta ledaren om du har frågor eller om ni är två som redan kan spela och vill delta. Om du vill lära dig spela bridge eller förbättra dina kunskaper kan vi tipsa om de kurser som Pelle Sjöberg 070 258 6165 håller i Bridgens hus i Högsbo.



Onsdagsfika mellan 16–18 på Restaurang Sociale i Hovås

Under våren fortsätter vi att träffas på onsdagar i ojämna veckor. Vi umgås över en kopp kaffe eller väljer något från menyn, lär känna varandra och knyter nya kontakter.

Vi provar på Shuffleboard,
Boule eller Dart.

Vi får rabatt på kaffe/te och bulle/toast.

Halva priset på spel.

Inbjudan via e-post i januari



Digitalhjälp på plats

Primärt Windows PC, surfplattor (både Android och Apple) och även de flesta mobiler.

Krånglar skrivaren? Behöver du koppla upp mot ett nätverk? Vill du använda Spotify? E-post? Köpa på Blocket? Hitta recept? Etcetera

Plats: Där utrustningen finns eller hemma hos Monica o mig.

Pris: Fika med kanelbulle.

Tid: Ring så kan vi hitta en lämplig dag.
Conny Erkfeldt tel. 0768 – 28 51 10

Numera kan kommunens Fixartjänst också ge digitalhjälp.





Line- dance

När: Fredagar 16/1, 30/1, 13/2, 27/2, 13/3, 27/3, 10/4,
24/4

kl. 10-11.30

Var: Askims Badmintonhall, ingång vid grusplanen
mot kyrkan

Anmälan: Senast 9/1 genom inbetalning till
Swish 1234 37 88 81 eller Bankgiro 853 - 8035
eller anmälan per telefon 070 798 41 68

Avgift: 200 kr

Ledare: Pia Gottrup Hedström, tel. 070 755 09 94

OBS! Endast skor med sula som inte färgar av sig på
golvet

Vårens Resor 2026

Fagerås påskliljor den 23 april

Vi startar dagen med att åka öster ut mot vårt första mål, Glasets hus i Limmared, där vi får en guidad visning. Limmareds glasbruk grundades 1748 och är Sveriges äldsta glasbruk i drift. I Glashyttan kan man se hur glasblåsare arbetar enligt gammal tradition. Efter lunch på Svenna–Lovisas café åker vi till Fagnäs och familjen Anderssons gård för att beundra blomsterprakten. Här



blommar runt två miljoner påskliljor några få veckor varje år. På de gamla slåtterängarna runt husen kan man promenera och njuta av ca hundra olika sorters narcisser som lyser i gult och vitt. Under hemresan gör vi ett stopp för eftermiddagskaffe.

Pris: 975 kr/person vid minst 30 deltagare

Gårdarna runt sjön den 26 maj

Vi åker till Ulricehamn där vi startar vår tur runt sjön Åsunden i författarinnan Birgit Sparres fotspår. Hon beskriver i sin romansvit "Gårdarna runt sjön" sin hemtrakt vid sjön Åsunden och livet i börja av 1900-talet. På Kaféet Hemma på Källebacka dricker vi förmiddagskaffe innan vi får en guidad visning av Källebacka säteri. Därefter fortsätter vi dagens äventyr runt Åsunden. Vi besöker Torpa stenhus, en av Sveriges bäst bevarade medeltidsborgar. Efter lunch på Torpa slottscfé får vi en guidad visning av stenhuset vars gamla trappor kan vara lite besvärliga att gå i. Vill man inte gå med på visningen så går det bra att istället slå sig ner vid caféet och njuta av omgivningarna. På eftermiddagen återvänder vi till Ulricehamn, säger adjö till vår guide och åker tillbaka till Göteborg.

Pris 1177 kr/person vid minst 30 deltagare

Vi finns i Båtmanstorpet Askim



Lasse's Färg & Tapeter Båtmanstorpet

Askims kyrkväg 46, 436 42 ASKIM
Tel. 031-45 11 34
www.lassesfarg.nu



Öppet alla dagar!

Varmt välkomna in till oss.



Grymma på Färg och ett enormt utbud av Tapeter!



**Alla medlemmar i
ASKIMSSENIORERNA
får 20 % rabatt
på alla lagervaror.
Beställningsvaror 10 %**

Välkomna !

Friskvård på tisdagar

Ett samarrangemang med SPF/Askim och Askims Badminton Club Tisdagspromenaderna varvas med Boulespel varannan vecka.

Vi träffas klockan 10.00 på P-platsen framför Askims Rackethall (Gärdesvägen 3, busshållplats: Hovås nedre).

Promenaderna går i lugnt tempo, 1½ - 2 timmar inkl. fikapaus. Vi passerar alltid något café/restaurang, där vi kan rasta/fika. Tag med promenadskor, oömma kläder etc.

Boule spelas inom- eller utomhus beroende på vädret och avslutas med fika. Vid dåligt väder blir det boule i badmintonklubbens lokaler (kostnad 50 kr). Vid bra väder blir det boule i Positivparken, medtag egen fika och bouleklot.

Ingen föranmälan krävs.

Upplysningar: Rune Svensson, tel 0722-350999.

Välkomna!

Datum	Aktivitet
03-feb	Boule - Askims Badmintonhall
10-feb	Billdals Park - systrarna Werner
17-feb	Boule - Askims Badmintonhall
24-feb	Delsjön - Delsjöns Golfklubb
03-mar	Boule - Askims Badmintonhall
10-mar	Skatås Motionscenter - Café Skatåsmålet
17-mar	Boule - Askims Badmintonhall
24-mar	Stadsvandring - Älvstranden/Jubileumsparken
31-mar	Boule - Positivparken
07-apr	Botaniska Trädgården - Botaniska Paviljongen
14-apr	Boule - Positivparken
21 apr	Ruddalen - Café Gunilla o Roland
28-apr	Boule - Positivparken
05-maj	Näset - Café Ingrid och Håkan
12-maj	Boule - Positivparken
19 maj	Slottsskogen - Villa Belpark

Cafébio på Roy Kungssportsavenyn 45

Välkomna till Cafébion, en filmklubb på dagtid med medlemskort. Du väljer serie (färg) och måste hålla dig till den hela terminen.

Tips: Låna gärna ut ditt medlemskort till en vän, om du inte kan gå själv vid något tillfälle. Medlemskort köper du i Roys biljettkassa fram till första visning.



Observera att du inte kan boka ett kort via mejl eller telefon - det är enbart direktförsäljning på plats som gäller. Begränsat antal. Säsongskort: 470 kr.

DET BÖRJADE MED MIN MAMMA <i>Fredag 16 januari kl 11.30 - Svart</i> <i>Måndag 19 januari kl 11.30 - Lila</i> <i>Måndag 19 januari kl 15.00 - Brun</i> <i>Tisdag 20 januari kl 11.30 - Rosa</i> <i>Onsdag 21 januari kl 11.30 - Grön</i> <i>Torsdag 22 januari kl 11.30 - Turkos</i>	Handlingen utspelar sig i 1960-talets Paris och är baserad på en sann historia, om en sexbarnsmamma som vägrar acceptera en medicinsk diagnos som säger att hennes son aldrig kommer att kunna gå. Istället trotsar hon oöverstigliga odds för att vägleda honom till det liv hon föreställer sig för honom genom obotlig optimism. Ken Scott, 2024, Frankrike/Kanada, 1 tim 42 min
SING SING <i>Måndag 16 februari kl 11.30 - Lila</i> <i>Måndag 16 februari kl 15.00 - Brun</i> <i>Tisdag 17 februari kl 11.30 - Rosa</i> <i>Onsdag 18 februari kl 11.30 - Grön</i> <i>Torsdag 19 februari kl 11.30 - Turkos</i> <i>Fredag 20 februari kl 11.30 - Svart</i>	John, med smeknamnet Divine G, sitter fängslad i Sing Sing för ett brott han inte begått, men finner en mening med livet genom en teatergrupp för interner. Greg Kwedars trefaldigt Oscarsnominerade film är en gripande berättelse om mänsklighet och konstens kraft. Den fick aldrig biopremiär i Sverige och visas nu för första gången på Roys duk. Utöver Colman Domingo i en makalös huvudroll består filmen av en oförglömlig ensemble av tidigare fängslade skådespelare. Greg Kwedard, 2023, USA, 1 tim 45 min
RENTAL FAMILY <i>Onsdag 18 mars kl 11.30 - Grön</i> <i>Torsdag 19 mars kl 11.30 - Turkos</i> <i>Fredag 20 mars kl 11.30 - Svart</i> <i>Måndag 23 mars kl 11.30 - Lila</i> <i>Måndag 23 mars kl 15.00 - Brun</i> <i>Tisdag 24 mars kl 11.30 - Rosa</i>	En amerikansk skådespelare i Tokyo kämpar för att hitta ett syfte, tills han får en tjänst hos en japansk "hyrfamilj"-agentur. Här kan man hyra främmande människor för att fylla en roll i sitt liv - till exempel en förälder eller en vän. När han dyker in i sina klienters världar börjar han bilda äkta band som suddar ut gränserna mellan skådespel och verklighet. Rental Family lyfter en aktuell och för oss i västvärlden minst sagt underlig situation i dagens Japan. Hikari, 2025, Japan/USA, 1 tim 50 min
PRIMAVERA <i>Måndag 20 april kl 11.30 - Lila</i> <i>Måndag 20 april kl 15.00 - Brun</i> <i>Tisdag 21 april kl 11.30 - Rosa</i> <i>Onsdag 22 april kl 11.30 - Grön</i> <i>Torsdag 23 april kl 11.30 - Turkos</i> <i>Fredag 24 april kl 11.30 - Svart</i>	I 1700-talets Venedig växer Cecilia upp som en begåvad violinist på ett barnhem för flickor. När den karismatiske Antonio Vivaldi anländer som hennes lärare, väcks en ny värld av musik och möjligheter till liv. Genom hans mentorskap finner Cecilia modet att trotsa sitt förutbestämda öde och ge sig ut på en resa mot frihet och sin sanna passion. Damiano Michieletto, 2025, Italien/Frankrike, 1 tim 50 min

Välkommen till Seaside Thaifood
Vi har en bred meny med thailändska rätter.
Välkomna!

Öppettider

Mån Stängt

Ti 15–22

On – Fr 11–22

Lör–Sön 12–22

Lunch 129 kr

On-Fr 11–14.



Vi har både avhämtning och gott om sittplatser inne och på uteserveringen. Vi har även öl- och vinrättigheter.

Håll utkik efter vår populära Quiz-kväll som vi anordnar med jämna mellanrum.

Vi finns på Askims Torg 5. Tel. 031-69 82 75. Seasidethaifood.se

Besök Dicksonska palatset



När Dicksonska Palatset stod färdigt 1862 var det ett av Göteborgs mest påkostade hem, byggt för industrimannen Oscar Dickson och hans familj. I dag har huset fått nytt liv efter en omfattande renovering.

**Vi får en guidad visning
26 januari kl. 13.**

Anmälan senast 20 januari.

Avgiften (295 kr) inkluderar kaffe och kaka och betalas med Swish eller bankgiro. Se sid 4. Max 30 deltagare. Hiss finns.

Lisbeth Lundh är samordnare. Telefon 070 274 17 57

KALENDARIUM Våren 2026

12 jan	Månadsträff - Ögon känsliga för stjärnor
16 jan	Linedance
26 jan	Besök på Dicksonska palatset
29 jan	Historia
30 jan	Askim vår hembygd
30 jan	Linedance
03-feb	Boule - Askims Badmintonhall
09 feb	Månadsträff - Årsmöte och "soffan" Hermansson
10-feb	Billdals Park - systrarna Werner
12 feb	Historia
13 feb	Askim vår hembygd
13 feb	Linedance
17-feb	Boule - Askims Badmintonhall
24-feb	Delsjön - Delsjöns Golfklubb
26 feb,	Historia
27 feb	Askim vår hembygd
27 feb	Linedance
03-mar	Boule - Askims Badmintonhall
09 mar	Månadsträff - Kurs i hemberedskap.
10-mar	Skatås Motionscenter - Café Skatåsmålet
12 mars	Historia
13 mars	Konsthistoria
13 mars	Linedance
17-mar	Boule - Askims Badmintonhall
24-mar	Stadsvandring - Älvstranden/Jubileumsparken
26 mars	Historia
27 mars	Konsthistoria
27 mars	Linedance
31-mar	Boule - Positivparken
07-apr	Botaniska Trädgården - Botaniska Paviljongen
9 apr	Historia
10 april	Konsthistoria
10 april	Linedance
14 april	Boule - Positivparken
20 april	Månadsmöte – Offentlig konst i Göteborg
21-apr	Ruddalen - Café Gunilla o Roland

23 april	Resa: Fagerås påskliljor
24 april	Linedance
28-apr	Boule - Positivparken
05-maj	Näset - Café Ingrid och Håkan
11 maj	Månadsträff - Våravslutning
12-maj	Boule - Positivparken
19-maj	Slottsskogen - Villa Belpark
26 maj	Resa: Gårdarna runt sjön

Information om SPF Seniorerna

SPF Seniorerna Askim Hovås tillhör SPF Seniorerna, en politiskt och religiöst obunden organisation för alla som har rätt till pension i Sverige, oavsett ålder. SPF Seniorerna har idag närmare en kvarts miljon medlemmar. Det gör att vi är en stark röst i samhällsdebatten, men också att vi kan erbjuda ett brett utbud av aktiviteter och arrangemang runt om i landet. Prioriterade frågor är: Äldres ekonomi, hälsa, rätt till vård och omsorg, boende samt rätt att arbeta. Du avgör själv hur aktiv du vill vara i föreningen, och om du vill delta i aktiviteter eller enbart stödja vårt arbete och dra nytta av medlemsförmåner.

5 starka skäl att gå med i SPF Seniorerna:

1. Ett enkelt sätt att träffa nya och gamla vänner
2. Delta i aktiviteter, kurser och resor
3. Stödja arbetet för seniorernas villkor i samhället
4. Dra nytta av centrala och lokala medlemsförmåner
5. 9 nummer av medlemstidningen Senioren (värde 441 kr/år)

Läs mer om allt detta på hemsidan: www.spfseniorerna.se/.

Kontaktuppgift till SPF seniorerna Askim Hovås

Hemsida: www.spfseniorerna.se/askimhovas (Mer om vårt lokala arbete)

E-post: askimhovas@spfseniorerna.se

App: SPF Seniorerna

Ordförande: Barbro Bejke, E-post: bbejke@hotmail.com