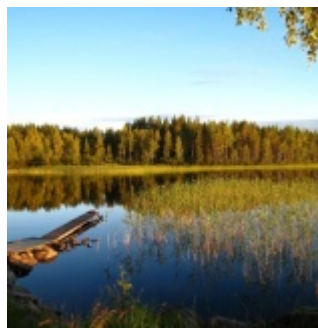
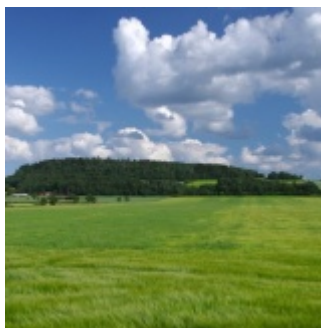


# SPF Seniorerna

Bergsbygden - Sommar & Höst 2023

 Studieförbundet  
Vuxenskolan

 SPF  
SENIORERNA



Plats för dig



**Hej kära spf:are!**

**Hur har Ni det med vårkänslorna?**

Just nu när jag skriver det här känns det som våren är långt borta. Ändå var det hur vårlikt och härligt för bara några dagar sedan. Man får på något sätt samma känslor som under coronatiden. Instängd och isolerad. Tur att det finns korsord och böcker.

Snart kommer Ni att ha vårt programblad i händerna, hoppas att Ni hittar något som kan vara intressant. Vi har försökt lägga våra aktiviteter på lite olika platser så att alla har möjlighet att delta. Det är tråkigt att vi inte har någon egen lokal men så är det.

Har Ni använt Er av vår fixarnisse än? Om inte, gör det.

Du som inte har vaccinerat Dig, gör det snarast, både för Din egen skull men även för andra som kanske inte klarar sjukdomen så bra.

För mig är det här ingen rolig tid. För snart ett år sedan fick vi ta bort vår kära Donna. Hon hade en juvertumör som är samma sak som bröstcancer hos människan. Att ett djur kan lämna ett så stort tomrum efter sig kanske kan vara svårt att förstå för den som inte har djur själv.

Hoppas vi ses på något av våra evenemang under resten av året. Ha en fin och trevlig sommar med möjligheter att göra sånt som man mår bra av.

Barbro



**JUNI**  
**GUIDNING I HACKÅS KYRKA**  
**ONSDAGEN DEN 28 JUNI KL. 14.00**

Vi har många spännande kyrkor i vår kommun. Den kyrka vi har valt den här gången är Hackås kyrka. De andra kyrkorna återkommer vi till någon annan gång.

Tyvärr fick vi ställa in det planerade mötet vi skulle ha haft i april. Snön satte käppar i hjulet för oss den gången. Den här gången ska det väl gå bättre.

Det kommer att bli en intressant visning av en historiskt intressant kyrka och med en guide som kan sin kyrka.

För den som så önskar kan man ta en fika på Himmelriket efteråt.

Varmt välkommen önskar styrelsen!



**JULI**  
**MÄLENS FÄBODAR KLÖVSJÖ**  
**ONSDAGEN DEN 19 JULI KL. 13.00**

Nu är det dags för lite nostalgi. Minns Ni barndomens somrar? Jag vet inte hur många av Er som är uppväxta på landet men alla har vi våra upplevelser från somrarna som aldrig tog slut.

Nu har Ni möjlighet att återuppliva den känslan när vi besöker Mälens fåbodar i Klövsjö. Besöket är planerat till den 19 juli kl. 13.00. Dagen infaller under Klövsjöveckan så man kan även delta i andra aktiviteter om man vill.

Vi reserverar oss att datumen kan komma att ändras. Om så sker kommer vi givetvis att meddela detta.

Dagen kommer att innebära visning och berättelse om vallen och givetvis ingår fika. Kostnad per person 100:-.

För att veta hur många som kommer vill vi att man anmäler sig till Maud Pecker tel, 070 608 68 58 senast söndagen den 16 juli. Då får Du samtidigt en vägbeskrivning.

Välkommen!



**AUGUSTI**  
**SURSTRÖMMING HOS KARIN OCH HENRIK PÅ TYSKLAND ÅSARNA**  
**ONSDAGEN DEN 16 AUGUSTI KL. 14.00.**

Snart är det dags för sommarens höjdpunkt.

Vad då för höjdpunkt? Jo, dags för surströmming. Många har nog gått och längtat efter den delikatessen.

Den 16 augusti kl. 14.00 är det äntligen dags. Då är Du/Ni välkomna hem till Karin och Henrik på Tyskland, Åsarna, för intagande av surströmming med tillbehör.

För att veta hur många som kommer vill vi att Du/Ni anmäler er till Henrik på tel. 076 213 95 95 senast söndagen den 13 augusti.

Pris per person 250:-.

Varmt välkommen önskar  
Karin och Henrik



**September**  
**SPÖKKVÄLL I GAMMELSTUGAN ÖSTBERG**  
**ONSDAGEN DEN 20 SEPTEMBER KL. 17.00**

Tror Du på spöken och skrömt? En del tror, andra inte. Men vem vet, dom kanske finns.

Här i Gammelstugan kan det vara lätt att känna lite konstiga vibbar, det kan låta som steg på övervåningen, det går någon genom dörren, man kanske känner kalla kårar efter ryggen. En och annan spökhistoria blir det kanske.

Bortsett från detta kommer vi att få en trevlig kväll med god mat och trevligt sällskap så tveka inte utan kom!

För att veta hur många som kommer vill vi att Du anmäler Dig till Mats tel.070 675 98 11 senast söndagen den 17 september.

Pris per person 150:-

Varmt välkommen önskar styrelsen



## **Oktober**

**TEMADAG OM ÅLDERISM, FÖRDOMAR, DET NORMALA ÅLDRANDET OCH ATT BLI ÄLDRE I BERGS KOMMUN. PÅ RÖRÖGÅRDEN. MÅNDAGEN DEN 16 OKTOBER KL. 14.00.**

Katrin Wiking MAS ( medicinskt ansvarig sköterska) i Bergs kommun kommer till Rörögården för att informera och delge oss sina erfarenheter av dessa frågor. Missa inte ett unikt tillfälle att få ta del av detta. Det här med ålderism är något som vi nog rätt ofta möts av fast man kanske inte tänker så.

Dagen är ett samarbete mellan SPF Seniorerna Bergsbygden och Hjärt-  
lungföreningen.

Fika ingår, pris per person. 150:-.

För att veta hur många som kommer vill vi att Du anmäler Dig till Lena tel. 070 587 97 83 senast fredagen den 13 oktober.

Varmt välkommen önskar styrelsen.



**NOVEMBER**  
**GRILL/QUIZ GRILLPLATSEN TORPVÄGEN HACKÅS**  
**TORSDAGEN DEN 23 NOVEMBER KL. 14.00**

Nu drar vi till Hackås för kanske sommarens sista grillning. Du får själv ta med vad Du vill grilla. Vi grillar antingen ute eller inne, beroende på vädret. Efter grillningen testar vi våra musikaliska kunskaper med quiz. Roligt och underhållande.

För att veta hur många som kommer vill vi gärna att Du anmäler Dig till Mats tel.070 675 98 11 senast söndagen den 19 november. Då kan Du även få en vägbeskrivning så Du slipper irra runt.

Pris för dagen: 100:-/person

Varmt välkommen önskar styrelsen.





## **DECEMBER**

### **"LILLA JULAFTON " PÅ RÖRÖGÅRDEN**

**ONSDAGEN DEN 6 DECEMBER KL. 17.00**

Snart är det jul igen!

Ja, kanske inte så snart, men av vädret att döma sista veckan kan man lätt tro att det är december. Förhoppningsvis har vi en fin vår och sommar framför oss. Som Ni vet vid det här laget har vi en viss framförhållning när det gäller våra aktiviteter.

Därför går vi redan nu ut med vår "lilla julafton". Det är tredje gången vi kör den och förhoppningsvis blir det många fler.

ONSDAGEN DEN 6 DECEMBER KL. 17.00 träffas vi på RÖRÖGÅRDEN för en stunds trevlig samvaro med mat och underhållning. Maten blir som vanligt skinka med tillbehör, sill, potatis, stut och kanske någon överraskning samt kaffe och kaka.

PRIS PER PERSON 250:-.

Ta gärna med en vinst till lotteriet.

Vi vill ha Din anmälan senast den 3 december, anmälan till Barbro tel. 070 227 09 27.

Varmt välkommen önskar styrelsen.