



SPF SENIORERNA BURLÖV



Program och studiecirkelar våren 2026

Fakta om SPF Seniorerna

SPF är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden intresseorganisation för seniorer.

SPF växer snabbt och har idag cirka 250.000 medlemmar fördelade på 720 föreningar i 26 distrikt spridda över hela landet, varav Skånedistriktet har cirka 38.000 medlemmar. Tillsammans har vi ett enormt stort nätverk.

Förbundet har som övergripande uppgift att på alla nivåer i samhället representera seniorerna, stärka deras inflytande och ta tillvara deras rättigheter.

SPF:s prioriterande frågor är: äldres ekonomi, äldres hälsa och omsorg, äldres boende, äldres inflytande och äldres rätt att arbeta samt att motverka ofrivillig ensamhet.

I SPF Seniorerna Burlöv är vi idag 186 medlemmar och ett 10 tal vänmedlemmar. Vi håller våra träffar i vår trevliga och ljusa samlingslokal på Bladvägen 6 i Åkarp.

SPF ger ut medlemstidningen Senioren med nio nummer per år till samtliga medlemmar.

Då du, som SPF Burlövs medlem, besöker ett mötesarrangemang, så ingår en olycksfallsförsäkring under aktiviteten och även vid direkt transport till och från arrangemanget/aktiviteten.

Du som är intresserad av att bli medlem i SPF Seniorerna Burlöv, kontakta medlemsansvarig, Birgitta Malm, Epost: birgittagmalm@gmail.com, eller tel. 0707-18 53 64.

Medlemsavgift 350:- kr per person och år. Avgiften gäller kalenderår och inbetalningskort skickas ut av förbundet eller via Kivra om du har anmält detta.

Avgiften för vänmedlem är 150:- kr per år och förutsätter en betald medlemsavgift i annan SPF-förening.

Återbud:

Vid återbud efter anmälningstidens utgång avseende våra månadsmöten görs avbeställningar till den som tagit emot din anmälan.

Vid återbud efter anmälningstidens utgång debiteras en avgift. Avgiftens storlek beror på art av arrangemang och vilka kostnader föreningen drabbats av.

Vid utflykter med researrangör uttages kostnad enligt researrangörens bestämmelser.

Aktiviteterna i programmet är subventionerade av våra medlemsavgifter samt med olika bidrag från stat och kommun och med samverkan med studieförbundet Vuxenskolan.

Inbetalning till våra aktiviteter:

Gärna Swish-inbetalningar!

Fyll alltid i ditt/era namn och vilken aktivitet som avses när du gör en inbetalning till SPF Seniorerna Burlöv!

Betala inte in avgiften för aktiviteten förrän du får en bekräftelse på din anmälan från respektive kontaktperson.

Meddela alltid vid anmälan om du har diabetes, gluten/laktosintolerans eller har någon annan allergi!

Swish: 123 059 6478

Bankgiro: 5598-8307

Kontant på respektive träff

VÅRENS PROGRAM 2026

OBS! Första anmälningdag den 7 januari.

Fredagen den 16/1 klockan 14.00

Vi startar vårens program med **Tjugondag Knut - Vi dansar julen ut!**

Vi träffas i lokalen, njuter av att träffas igen efter alla helgerna och så fikar vi gott tillsammans! Som alltid en god kaka och kaffe.

Pris 60:- kronor

Anmälan senast den 12/1 till Catarina Falkö, tel. 070-341 51 19 (gärna sms).

Fredagen den 23/1 klockan 14.00

"Att hålla sig på benen - betydelsen av benskörhet, balans och livsstil". Vi lyssnar till Cecilia Rogmark, överläkare, VO Ortopedi vid Skånes Universitetssjukhus i Malmö och professor (adjungerad), Medicinska fakulteten vid Lunds universitet.

En mycket intressant föreläsning om ett aktuellt ämne och det kommer även finnas tid för en frågestund efter föreläsningen. Vi serverar kaffe med kaka.

Pris 60:- kronor

Anmälan senast den 15/1 till Carin Andersson, tel. 070-209 90 31 (gärna sms).

Onsdagen den 28/1 klockan 13.00 **obs tiden!**

Vi träffas på **Lillgården i Åkarp** för att äta lunch tillsammans.

Var och en betalar sin lunch och väljer maträtt från menyn. För att boka bord vill vi att du anmäler ditt intresse senast den 23/1 till Ingrid Sahlin, tel. 070-941 60 28 (gärna sms).

Fredagen den 6/2 klockan 14.00

Mitt liv som Elvis Presley fan!

Stickan Carlsson från Skövde berättar om Elvis Presley, en av världens allra största artister någonsin. Berättelsen börjar med Elvis födelse i Tupelo 1935 och slutar med det tragiska slutet på Graceland i Memphis 1977.

Med hjälp av bilder, musik och videos möter vi The King of Rock'n Roll, blandat med några episoder från Stickans långa liv som Elvisfan! Vi äter och dricker något gott tillsammans och avslutar med en kopp kaffe.

Pris: 150:- kronor

Anmälan senast den 28/1 till Catarina Falkö, tel. 070-341 51 19 (gärna sms).

Torsdagen den 12/2 klockan 13.00 **obs tiden!**

Vi träffas på **Lillgården i Åkarp** för att äta deras goda ärtsoppa tillsammans. Var och en betalar sin lunch.

För att boka bord vill vi att du anmäler dig senast den 9/2 till Ingrid Sahlin, tel. 070-941 60 28 (gärna sms).

Onsdagen den 18/2 klockan 15.00 **KALLELSE ÅRSMÖTET!**

Årsmötet äger rum på Lindhaga Församlingsgård i Åkarp. Vi bjuder på en god smörgås och dryck samt kaffe med kaka.

Motioner till årsmötet lämnas in till styrelsen senast den 20/1 2026.

Årsmöteshandlingar finns tillgängliga på vår hemsida från och med den 19/1 samt i vår lokal, Bladvägen 6, Åkarp. För hämtning av årsmöteshandlingarna är vår lokal extra öppen måndagen den 9/2 mellan kl 13.00 –15.00.

Anmälan senast den 10/2 till Catarina Falkö, tel. 070-341 51 19 (gärna sms).

Fredagen den 20/2 klockan 14.00

Socialtjänstlagen – Vilka möjligheter ger den nya lagen Burlövs kommuns invånare?

Sara Selander, processledare inom socialförvaltningen, informerar om nuläget. Dessutom kommer Ulrika Bengtsson och Alisa Burek, båda enhetschefer inom Hemtjänsten, med sina kollegor till oss och informerar om nuläget inom verksamheten!

Nu är det dags att fika Semla, eller Fastlagsbulle som vi säger i Skåne! Välkommen till mötet och på en go´fika!

Pris: 60:- kronor

Anmälan till senast den 16/2 till Kerstin Persson, tel. 070-280 33 25 (gärna sms).

Onsdagen den 25/2 klockan 13.00

Vi träffas på **Lillgården i Åkarp** för att äta lunch tillsammans.

Var och en betalar sin lunch och väljer maträtt från menyn. För att boka bord vill vi att du anmäler dig senast den 23/2 till

Ingrid Sahlin, tel. 070-941 60 28 (gärna sms).

Fredagen den 6/3 klockan 15.00

Tina Földes med Seniorshopen!

Då är det dags att förnya med något i garderoben inför vår och sommar! Seniorshopen besöker oss som vanligt och visar vårens kollektion. Du provar i lugn och ro och handlar till bra priser. Som vanligt fikar vi med kaffe och kaka.

Pris 60:- kronor.

Anmälan senast den 2/3 till Mona Andersson, tel. 070-220 45 70 (gärna sms).

Torsdagen den 12/3 klockan 13.00

Vi träffas på **Lillgården i Åkarp** för att äta deras goda ärtsoppa tillsammans. Var och en betalar sin lunch.

För att boka bord vill vi att du anmäler dig senast den 9/3 till Ingrid Sahlin, tel. 070-941 60 28 (gärna sms).

Måndagen den 16/3 klockan 14.00

Vi byter sticklingar och fröer!

Vi träffas i vår lokal och du tar med dig dina odlade sticklingar och/eller fröer, så delar vi med oss av våra växter, fröer och all kunskap vi besitter. Alla har vi ju våra egna sorters sticklingar och preferenser! Fika med kaffe och kaka!

Pris: 60:- kronor

Anmälan senast den 12/3 till Catarina Falkö, tel. 070-341 51 19 (gärna sms).

Måndagen den 23/3 klockan 14.00

Påskpyssel – vi skapar en dekorationskrans och en påskgrupp! Efter succén med julkransbindningen i november har vi floristen Theo tillbaka för att inspirera oss att skapa dekorationer till påsken! Material finns på plats, men ta gärna med en sekator, trädgårdshandskar och en kruka till påskgruppen. Fika med kaffe och kaka ingår!

Pris 150:- kronor

Anmälan senast den 13 mars till Catarina Falkö, tel. 070-341 51 19 (gärna sms).

Fredagen den 27/3 klockan 15.00

Påskbuffé

Vi smakar på påskens alla godheter och avnjuter en härlig påskbuffé med dryck (vatten eller öl). Snaps finns att köpa till. Kaffe med en god kaka ingår såklart!

Pris: 150:- kronor.

Anmälan senast den 20/3 till Kerstin Persson tel. 070 280 33 25 (gärna sms).

Fredagen den 10/4 klockan 14.00

Juveler och Ädelstenar!

Lena Ström, en omtyckt föredragshållare från Åkarp, besöker oss och håller en intressant föreläsning om juveler och olika ädelstenar. Vi fikar med kaffe och god kaka! Ingen värdering av smycken.

Pris: 100:- kronor.

Anmälan senast den 2/4 till Annemarie Ritzau, tel. 070-636 87 73 (gärna sms).

Måndagen den 13/4 klockan 14.00

AI (Artificiell Intelligens) i vardagen - hot eller möjlighet?

Vi träffar Mickey Missler, IT-pedagog, som lär oss mer om vad AI är och hur vi kan använda det i vår vardag. Ett dagsaktuellt ämne som här ges tillfälle att lära sig mer om!

Pris: 100:- kronor.

Anmälan senast den 7/4 till Catarina Falkö, tel. 070-341 51 19 (gärna sms).

Onsdagen den 15/4 klockan 13.00

Vi träffas på **Lillgården i Åkarp** för att äta lunch tillsammans. Var och en betalar sin lunch och väljer maträtt från menyn.

För att boka bord vill vi att du anmäler dig senast den 13/4 till Ingrid Sahlin, tel. 070-941 60 28 (gärna sms).

Onsdagen den 6/5 klockan 13.00

Lunch på Classicum i Kabbarp!

Vi träffas i vår lokal klockan 12.45 för samkörning/samåkning i egna bilar.

Vi kör till Classicum och äter en god lunch och det ges även tillfälle att besöka deras trevliga växthus och uteträdgårdar!

Var och en betalar sin lunch.

För att boka bord vill vi att du anmäler dig senast den 1/5 till Ingrid Sahlin, tel. 070-941 60 28 (gärna sms).

Fredagen den 22/5 klockan 10.30, kom i god tid!

Bussutflykt med Sight-seeing i Burlövs kommun!

Vi åker runt med buss och tittar på såväl gamla byggnader och sevärdheter som på nybyggnationer, allt under guidning av Cecilia Gagge, vår egen kulturexpert, och Elin Persson, kommunens samhällsbyggnadschef. Vi samlas vid vår lokal i Åkarp där bussen hämtar upp oss. Vi är tillbaka senast kl 13.30 och avslutar utflykten med en lättare lunch och kaffe i vår lokal.

Pris: 150:- kronor

Anmälan senast den 4/5 till Margareta Hall, tel. 070-321 45 67 (gärna sms).

Fredagen den 29/5 klockan 15.00

Grillad Gris - Fest!

Vi firar att sommaren nalkas med att avnjuta en grillad gris med tillbehör. "Grillmästaren" grillar utanför vår lokal, vi dukar upp utomhus eller i lokalen, allt beroende på väderleken. Dryck (vatten, öl, vin) samt kaffe och kaka ingår.

Pris: 225:- kronor

Anmälan senast den 15/5 till Lars Johnson, tel. 070-838 39 31 (gärna sms).

STUDIECIRKLAR VÅREN 2026

BOULESPEL

Start: klockan 10.00. Varje måndag året runt
vid tjänlig väderlek.

Plats: Kockums grönområde, längst ner på Stålvägen

Kontaktperson: Caj Himberg, tel. 073-680 30 16.

MERVETARNA

Start: 20/1

Tid: tisdagar jämna veckor klockan 10.00-12.15

Plats: SPF-lokalen, Bladv. 6, Åkarp

Aktiviteten sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan
Lundabygden.

Kontaktperson: Birgitta Malm, tel. 070- 718 53 64.

HANDARBETSTRÄFF

Start: 13/1

Tid: tisdagar ojämna veckor klockan 10.00-12.15

Plats: SPF-lokalen, Bladv. 6, Åkarp

Kontaktperson: Marianne Knutsson, tel. 073-021 28 73.

AKVARELL -OCH OLJEMÅLNING

Start: 13/1

Tid: tisdagar klockan 13.00-16.00

Plats: SPF-lokalen, Bladv. 6, Åkarp

Kostnad: 650:- kronor, material tillkommer.

Kontaktperson: Gertrud Danielsson, tel 070-370 28 12.

LITTERATURCIRKEL

Start: 9/1

Tid: torsdagar jämna veckor 10.00-12.30

Plats: SPF-lokalen, Bladv. 6, Åkarp

Ledare: Karen Lewerentz

Kontaktperson: Eva Thörn, tel. 073-330 72 73.

BRIDGE

Start: 7/1

Tid: onsdagar klockan 13.15-17.30

Plats: SPF-lokalen, Bladv. 6, Åkarp

Kontaktperson: Inger Setterlund, tel. 070-852 19 16.

Nya medspelare önskas - hör av dig till kontaktpersonen!

CANASTA - (OCH BRÄDSPEL)

Start: 8/1

Tid: torsdagar klockan 13.30-16.30

Plats: SPF-lokalen, Bladv 6, Åkarp

Olika brädspel, såsom t ex Kinaschack och Fia köps in av föreningen om intresse finns!

Kontaktperson: Ingrid Sahlin, tel. 070-941 60 28.

VANDRING I NATUREN

Vi promenerar i lugn takt och uppmärksammar naturens skiftningar och dess djurliv. De som vill gå en mindre runda har möjlighet till det och så väntar vi in varandra till fikat.

Start: tisdagar och fredagar året runt

Tid: klockan 10.00-ca13.00

Plats: Samling parkeringen Alnarp

Kontaktperson: Kerstin Persson, tel. 070-280 33 25.

SITT-YOGA

Yogan är till för alla. Mjuka positioner och andningsövningar som görs sittande och/eller stående.

Start: 22/1

Tid: torsdagar klockan 8.45-9.30

Plats: Lindhaga Församlinggård, Åkarp

Kostnad: 600:- kronor för 10 ggr

Yogaledare och kontaktperson: Karin Thelin, utbildad i MediYoga.

Mail: info@sidasih.se eller karin.thelin@svenskakyrkan.se.

Kontaktperson SPF: Rose-Marie Westerström, tel 070-744 20 97.

VATTENGYMPA FÖR SENIORER

Start: 13/1

Tid: tisdagar, kontakta Kerstin Kyhlborn

Plats: Burlövsbadet, Arlöv

Kostnad: 14 ggr: 950:- kronor

Kostnad: 28 ggr både vatten- och cirkelgympa 1.450:- kronor

Kostnad för tillträdesband tillkommer, 100:- kronor

Max 30 deltagare per tillfälle, bokas via badets hemsida.

Kontaktperson: Kerstin Kyhlborn, tel. 070-636 41 70.

Burlövsbadet, tel. 040-625 61 84.

CIRKELGYMPA FÖR SENIORER

Start: 9/1.

Tid: fredagar, kontakta Kerstin Kyhlborn

Plats: Burlövsbadet, Arlöv

Kostnad: 14 ggr 950:- kronor

Kostnad: 28 ggr både vatten- och cirkelgympa 1.450:- kronor

Kostnad för tillträdesband tillkommer 100:- kronor

Kontaktperson: Kerstin Kyhlborn, tel. 070-636 41 70.

Burlövsbadet tel. 040-625 61 84.

VI LÄR OM VINER, 1

Datum: 13/2, 13/3, 17/4, 8/5

Tid: fredagar 15.00-18.00,

Avgift: 300:- kronor/termin, betalas till SPF

Plats: SPF-lokalen, Bladv 6, Åkarp

Ledare: Lars-Göran Karlsson

Det tillkommer självkostnadspris för vin och mat vid varje tillfälle.

Kontaktperson: Mat och Dryckeskonsult Lars-Göran Karlsson

Mail: larsgoran.k@outlook.com, tel. 070-943 68 25.

Denna kurs är fullbokad!

VI LÄR OM VINER, 2

Datum: 30/1, 27/2, 20/3, 24/4

Tid: fredagar 15.00-18.00,

Avgift: 300.- kr /termin, betalas till SPF

Plats: SPF-lokalen, Bladvägen 6, Åkarp

Ledare: Vinimportör/ägare Torbjörn Asterman, Patina Wine

Det tillkommer självkostnadspris för vin och mat vid varje tillfälle.

Kontaktperson och anmälan: Lars Johnson, tel. 070-838 39 31.

”GUBBATRÄFF”

Vi gubbar har träffats under året 2025 och nu vill vi fortsätta med våra träffar och hoppas att fler gubbar vill komma med! Vi gör studiebesök på olika platser eller har vi en aktivitet i vår lokal, allt efter våra egna önskemål!

Start: måndagen den 19 januari klockan 11.00

Plats: SPF-lokalen, Bladvägen 6, Åkarp

Pris: Självkostnadspris vid de olika aktiviteterna

Kontaktperson och anmälan: Lars Johnson, tel 070-838 39 31.

”KVÄLLSTRÄFF”

Vi träffas den sista onsdagen i varje månad klockan **17.00** (obs! ny tid) på C:s restaurang och pizzeria i Åkarp. Kom dit så träffas vi för en gemensam dryck, kanske äter vi något gott tillsammans, eller så bara umgås vi och snackar!

Start: den 28/1, därefter den 25/2, 25/3, 29/4 och 27/5

Plats: C:s restaurang och pizzeria i Åkarp

Pris: Självkostnadspris

Ingen föranmälan krävs!

BIOKLUBB

Är du pigg på att gå på bio tillsammans med andra medlemmar en gång i månaden i Lund eller Malmö och se någon av de senaste filmerna? Häng med i bioklubben! Vi åker till biografen och ser en av oss vald biofilm och därefter tar vi en pratstund tillsammans för att diskutera filmen!

Pris: Självkostnadspris bio och fika

Kontaktperson: Catarina Falkö, tel. 070-341 51 19.

SOMMARCAFÉ

Onsdagar klockan 14.00 följande datum:

den 10 juni

den 24 juni

den 8 juli

den 22 juli

den 5 augusti

den 19 augusti

Vi ses i vår lokal, Bladvägen 6. Vi bjuder på kaffe med kaka!
Hjärtligt välkommen för en trevlig pratstund och för en fika!

Ledamöter i SPF Seniorerna Burlövs styrelse.

Valda på årsmötet 2025 t o m årsmötet 18/2 2026.

Catarina Falkö, ordförande	tel. 070-341 51 19
Lars Johnson, vice ordförande	tel. 070-838 39 31
Allan Andersson, kassör	tel. 070-202 07 16
Margareta Hall, sekreterare	tel. 073-321 45 67
John Pettersen, webbandsvarig	tel. 076-877 00 64
Kerstin Dahmén, ledamot	tel. 070-739 86 67
Göran Kihlstrand, ledamot	tel. 070-235 79 05
Kerstin Persson, ledamot	tel. 070-280 33 25
Annemarie Ritzau, ledamot	tel. 070-636 87 73
Ingrid Sahlin, ledamot	tel. 070-941 60 28

Valberedningen:

Sammanställande:

Rose-Marie Westerström	tel. 070-744 20 97
Kerstin Kyhlborn	tel. 070-636 41 70
Gertrud Danielsson	tel. 070-370 28 12

Medlemsansvarig och

Lokalansvarig:

Birgitta Malm	tel. 070-718 53 64
---------------	--------------------

Inflytanderåden på våra äldreboenden:

Boklunden, Arlöv:

Ann-Katrin Johansson	tel. 076-048 07 92
Barbro Mattsson	tel. 073-076 47 54

Svenshög, Arlöv:

Leila Karlberg	tel. 070-815 00 49
Margith Larsson	tel. 073-322 09 72

Harakärr, Åkarp:

Eva Green	tel. 070-881 35 31
Annemarie Ritzau	tel. 070-636 87 73

Inflytanderådet Burlövs kommun (KPR):

Lars Johnson	tel. 070-838 39 31
Leila Karlberg	tel. 070-815 00 49

Bråkarrådet Vårdcentralen, Arlöv:

Ann-Katrin Johansson	tel. 076-048 07 92
Annemarie Ritzau	tel. 070-636 87 73

Föreningens hemsida: www.spfseniorerna.se/burlöv