

### Kontaktuppgifter till styrelsen:

Ann Liljebäck, (ordf. styrelse). 0705-103 879  
 Roland Nilsson, (konferencier). 0730-493 843  
 Ulla-Britt Hellman, sekreterare. 0703-105 277  
 Roland Ericsson, IT-hemsida, 0730-890 062  
 Kjell-Åke Lind, ledamot. 0763-473 725  
 Gunnel Bergqvist, ledamot. 0722-261 381  
 Sven-Olof Sandstedt medl.register 0706-977 989  
 Gunilla Bertilsson kassör 0705-46 75 56  
 Lennart Karlsson ledamot 0739-32 97 67



### Regelbundna aktiviteter (friskvård):

**Boule:** spelas året om på  
 måndagar & onsdagar kl 10-12  
 i boulehallen. Klot finns att  
 låna. Medtag fika. *Kontakta  
 Arne Berger tel 0761-309 265*



### Grupp- & styrketräning på Puls:



Lönnerbladsgatan 10, samma  
 hus som racerdepån. Fredagar  
 kl 9.30 Information hos:  
*Jan Aurén 7058-85168,  
 Sven-Olof 0706-977 989 eller  
 Britt-Marie 0768-506 458.*

**Må bra grupp:** Vi träffas torsdagar kl 10 året  
 runt. *Kontakta Anita Berger tel 0515-16232*

### Bridge:

varje tisdag kl 13.30 -17.00 i  
 Vuxenskolas lokaler. För mer  
 information *kontakta  
 Kjell-Åke Lind tel 0763-473 725*



### Bowling:



Tisdagar jämn vecka kl 15.30 på  
 Bowlingstället i Fkp. *Mer information  
 Roland Nilsson mobil 0730-493843*

### Månadsträffar februari - sept. 2023

Onsdagar kl 14.30 från 8 februari på  
**MEDBORGARHUSET**. Kostnad 80 kr om inget  
 annat anges. *Anmälan till Ulla-Britt Hellman tel  
 0703-105 277 när det krävs.*

**8 mars:** Medlemmar ur  
 Rockkören från Lidköpings  
 PRO underhåller.



### 5 april:



Torbjörn Skogedal, naturfotograf  
 från Axvall, berättar utifrån sin bok  
 "Längtans Landskap", 2022

### 10 Maj:

Gatuchef i Falköping Fredrik  
 Johansson, berättar om framtida  
 planer "Vad händer i vår stad"

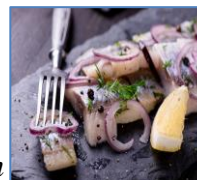


### 7 Juni:



Mats Löwing, präst från Åsle  
 berättar om "En präst och hans  
 resväska"

**5 Juli:** Sillsexa på Cesarstugan;  
 6 sillar, potatis, gräddfil, 3 sallader,  
 bröd, kaffe och kaka. Pris 200:-kr.  
 Dryck tillkommer. *Anmälan senast  
 20 juni 2023 till Ulla-Britt Hellman  
 070 3105277. Underhållning: "Dragspel,  
 strängar  
 och flås" med Britt-Marie Stridh,  
 Kerstin Arnesson  
 Erling Öhrnell, Karl-Arne och Monica Bertilsson.*



### 6 September:



Pecke Abrahamsson,  
 Enköping, fd polis informerar  
 om bedrägerier mot äldre och  
 sjunger.

### Mat och Prat:

Onsdagar **FREDAGAR** JÄMNA veckor  
 kl 12.45 vid f.d. Nettos ingång. Ingen  
 föranmälan. Vi träffas för att äta en  
 gemensam lunch under trivsamma  
 former. Gärna vid ett runt bord med pensionärsrabatt.  
*Information hos Ann Liljebäck mobil 0705-103 879  
 eller Ellinor Damberg mobil 0760-404 656*

Mat & Prat

**Skjuts till träffar:** Behöver du skjuts till någon träff kan du ringa *Lennart och Marianne 0705-374 625.*

Du är hjärtligt välkommen till våra aktiviteter! Ta gärna med en ev. blivande medlem utan kostnad till en månadsträff.

Vi annonserar under "föreningskontakten" i Falköpings Tidning normalt fredag före månadsträffarna.

Förändringar kan förekomma och nya aktiviteter kan tillkomma. Se på hemsidan "SPF Falköping".

Vid ev. samåkning betalas bilkostnad direkt till föraren.

**Vandringar.** Nyintresserade ringer **Jan Aurén** tel 0705-885168, **Sven-Olof** tel. 0706-977 989 eller **Britt-Marie** 0768-506 458. Tidigare deltagare finns registrerade och får ett SMS med besked om aktuell vandring. Vandringarna är ca 5-7 km, onsdag OJÄMNA veckor. Start vid Stadsteaterns parkering kl 9.30 om inget annat meddelas. Samåkning, fika medtages



**Promenader 2 km.** Vi samlas vid kyrkans parkering vid förskolan Boken vanligen varannan måndag JÄMN vecka kl 10.30. Mer information hos **Gunnel Bergqvist** mobil 0722 261 381 eller **Britt-Marie Olsson** mobil 0768 506 458.

**Onsdag 22 febr: ÖLPROVNING, Stud.bes**



Ulf Karlström på Nya Viktoria visar oss bryggeriet kl 15. Provs smakning av 4 olika öl. Besöket tar ca 1-1,5 tim. Kostnad 250 kr. Max 20 pers./ tillfälle. Reservdag (grp2) är satt till den 15 mars. **Anmälan senast lördag 18 februari till Ulla-Britt tel: 070 3105277**

**Lördag 11 mars: STUDIEBESÖK**

Ann-Marie Brandt välkomnar oss på Skövde modellsällskap WNJ kl 15. Exakta modeller av ca 300 skaraborgska byggnader och handgjorda tåg. Max 15 pers./ tillfälle. (Reservdag grp 2 lördag 18 mars). Ej rullatoranpassat. Samåkning. Kulturstöd från Vuxenskolan. Vi samlas vid Stadsteaterns parkering klockan 14.15. **Anmälan senast lördag 11 februari till Barbro tel: 070 7564484**



**Tisdag 18 april: TRIVSELKVÄLL**



Åter en trivselkväll i puben på Bowlingstället tisdag 18 april kl 18.00. Mer information kommer senare. Läs mer på hemsidan.

**Onsdag 19 april: STUDIEBESÖK**

Hanna Zackrisson hälsar oss välkomna till Z-Reklam kl. 10.30 för presentation av företaget och deras olika arbetsområden. Vi bjuds på lättare fika! Max 25 pers. Efteråt Mat och Prat för den som önskar. **Anmälan, uppgift om allergi och ev. samåkning senast onsd 12 april till Britt-Louise, tel: 070 5219157.**



**Radio Falköping 90,8 Mhz.**

Vi sänder SPF-radio kl 15.00 onsd veckan efter månadsträffen med en repris veckan därefter. Vi följer upp månadsträffen och informerar om kommande aktiviteter m.m. Vi får också besök av personer som är intressanta att lyssna till men som också kan ge oss samhällsinformation och hälsotips.



**Torsdag 4 maj: TIDAHOLMSDAG**



Efter gemensam lunch på Stadshotellet går vi längs ån till Vulcanön. Där betalar vi 50:- för ett studiebesök på det nya "Barnens hus", guidning av Per Wahlström på muséet, smedjan och bland "Tidaholmarna", bruksfordonen som byggdes där. Avslut med fika, om möjligt på Turbinhusön. Samåkning, samling Stadsteaterns parkering kl. 11. **Anmälan och uppgift om allergi senast fredag 28 april till Ulla-Britt tel. 070 3105277**

**Onsdag 7 - torsdag 8 juni:  
DALSLANDSRESA**

En 2-dagarsresa till Dalsland med Bengts Resetjänst. En resa där vi i gemytlig takt blandar natur, historia och kultur. Urban Ryssnäs, kursledare för SPF:s Dalslands-cirkel i Falköping och Järpås samt lokala guider berättar och visar runt. Övernattning på Åmåls Stadshotell. Pris 2.250:- inkl. buss, logi med frukost, 2 luncher, 1 middag. **Anmälan och uppgift om allergi senast torsdag 13 april till Urban Ryssnäs tel. 070 5978598.**



I samarbete med Vuxenskolan. Se även hemsidan.

**Öppen för alla SPF-föreningar i Falköpings kommun.**

**Söndag 17 - fredag 22 september:  
NORGE 6 dagar.**



En 6-dagars Norgeresa med Bengts Resetjänst, Skara. Vi åker till Dalseter Högfjällshotell i Espedalen. En av många uppskattad resa. Alltid full buss! Ett efter resenärerna anpassat program. Solterass, mysigt uppehållsrum med kvällsbrasa, milsvid utsikt mot snötäckta fjälltoppar och framförallt mycket goda måltider ingår. Rullator kan medtagas! Pris 6995:- inklusive bussresa, logi med helpension (5 frukostar, 6 luncher, 6 middagar) **Anmälan i mån av plats senast måndag 15 maj till Ulla-Britt tel. 070 3105277. Anmälningsavgift 500:- Se även hemsidan.**

**Öppen för alla SPF-föreningar i Falköpings kommun.**

**Studieverksamhet** pågår kontinuerligt och för mer information om verksamhet och möjligheter kontakta vårt studieombud **Kjell-Åke Lind** mobil 0763-473 725 eller **Ann Liljebäck** mobil 0705-103879 eller **Helena** på Vuxenskolan mobil 0708-553 013. Adress: Grönelundsgatan 4.