

Kontaktuppgifter till styrelsen

Ann Liljebäck, ordförande. 0705-103 879
Roland Nilsson, (konferencier). 0730-493 843
Ulla-Britt Hellman, sekreterare. 0703-105 277
Roland Ericsson, v.ordf + IT. 0730-890 062
Gunilla Bertilsson, kassör 0705-467 556
Berith Andersson, ledamot 0730-764 254
Lennart Karlsson, ledamot 0739-329 767
Gunnel Bergqvist, ledamot. 0722-261 381
Christer Karlsson, medlemsregister 0768-006752



Regelbundna aktiviteter (friskvård):

Grupp- & styrketräning på nya Puls:



Varje fredag kl 9.30 på
ACTIC Mösseberg (f.d. Puls),
Göteborgsvägen i "gamla
Jysk" lokaler. Kontaktperson:
Gunnel Bergqvist 0722-261 381.

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

Boule: spelas **måndagar &
torsdagar** kl 10-12. Efter 29
sept i Boulehallen. Klot finns
att låna. Medtag fika. Kontakta
Ingrid Gunnarsson 0703-758 860



Bridge:



Varje tisdag kl 13.30 -17.00
i Vuxenskolas lokaler. **Mer
information kontakta Kjell-Åke
Lind mobil:0763- 473 725**

Bowling:

Tisdagar JÄMN vecka kl 15.30
på Bowlingstället i Fkp. **Mer
information Roland Ericsson
mobil 0730-890 062**



Månadsträffar:

1:a Onsdagen i UDDA vecka kl 14.30 i Folkets Park.
Kostnad 80:- kr. Ingen föranmälan krävs men anmäl i
förväg om glutenfritt bröd önskas, på mobil 0703-105 277.

8 Oktober: Modevisning ÄNDRAT

Nytt program! Bengt Hardy Karlsson
underhåller med ett Elvis-program



5 November:

Veteranpolen informerar om sin
verksamhet. Underhållning av
"Bagartanterna" från Skövde.



3 December:

Lucia med luciatåg och lite historik
kring luciafirandet.



14 Januari:

Fotograf Tore Johansson visar och
berättar om sina naturbilder med fåglar
och från sina resor.



11 Februari: Årsmöte:

Sedvanligt årsmöte med fri entré. Vi
får besök av Kulturskolan - Musikskolan.



11 Mars:

Musikunderhållning av
Bill Mountain Bluegrass.



Samba-Canasta:



På Vuxenskolan **varje måndag och
torsdag** kl 14-17. För medverkan
krävs att man gått en
förkunskapskurs.
**Mer info hos: Lennart Eriksson
Mobil 0705-37462**

Mat och Prat:

Vi träffas **varje FREDAG** kl 12,45
vid parkering f.d. Nettos ingång.
Ingen föranmälan. Vi äter lunch i
trivsamma former. **Mer info hos:
Ann 0705-103 879 och Ellinor
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 välkommen till våra aktiviteter. Förändring i programmet kan förekomma. **Hemsida: spfseniorerna.se/falkoping**

Vid ev. samåkning betalas bilkostnad direkt till föraren.

Vandringar.

Nyintresserade ringer **Lars-Erik Andersson mobil 0725-586 510** Tidigare deltagare finns redan registrerade och får ett SMS med besked om aktuell vandring. Vandringarna är ca 5-7 km, **onsdag JÄMNA veckor**. Start vid Stadsteaterns parkering kl 9.30 om inget annat meddelas. Samåkning, fika medtages.



Qi Gong -Biyun:



Qi Gong **varje MÅNDAG** kl 10.00 på Träffpunkt Ranten. Inga förkunskaper krävs Vi följer "Biyun metoden". **Anmälan krävs till Ing-Marie Pettersson mobil 0703-760 081**

Mötesplats – gemenskap "Berättarcafé":

5 ggr 8/10, 22/10, 5/11, 19/11 och 3/12-kl 10-12.15 på, och i samverkan med Vuxenskolan, olika tema. Ingen föranmälan. Fika 20 kr. **Ledare: Urban Ryssnäs. Mobil 0705-978 598.**

Måndag 20 Oktober kl 9.30-11.30:

Studiebesök på Fonus där vi får gå igenom kistfabriken samt besöka museet under 2 timmar. Vi samlas utanför Fonus, Midfalegatan 6 Falköping. **Bindande anmälan senast 14/10 till Marie Post:**

marie.post@ioqt.se eller mobil 0707-454 633.



Onsdag 19 nov kl 18.00 Trivselkväll

Trivselkväll OBS på Bowlingstället Vi får underhållning av M.M. som sjunger och spelar samt musikquiss. Givetvis blir det lite mat och kaffe också. Allt till en kostnad av 250 kr.

För alla SPF i Falköping.

Bindande anmälan senast onsdag 12 nov till Ulla-Britt Hellman mobil 0703-105 277.



Bussresa Julmarknad Kobergs slott 20 Nov:



Vi äter tidig lunch på Sollebrunns Gästgiveri, inträde till Julmarknaden på Koberg och Gammelmacken samt e.m. kaffe hos Kaffe-

koppen samt bussresa med Vartoftabuss. Allt detta för endast 600 kr. **Bindande anmälan senast 10 nov till Marie: marie.post@ioqt.se eller på mobil 0707-454 633. Kostnad 600 kr Inbetalas direkt till: BG 846-6575 eller Swish 1231 16 29 32. Uppge namn och aktuell resa.**

Teater och kulturprogram: (subventionerat)

På Falköpings Stadsteater om inget annat anges.

Torsdag 9 okt kl 19.00 "Den sårade divan." Om Agnes von Krusenstierna, Nelly Sachs och Sigrid Hjertén.

Onsdag 29 okt kl 19.00. "Lida" en psykologisk thriller med Annie och Samuel Fröler.

Lördag 1 nov kl 19.30 "Rock Classics" Falköpings orkesterförening och elgitarrer tar sig an rockhistoriens mest ikoniska låtar.

Fredag 7 nov kl 19.30 samt Lördag 8 nov kl 19.00 samt Söndag 9 nov kl 14.00. "Vicken Revy". Hysteriskt roligt, varmt, glittrande, musikaliskt och finurligt tänkvärt glädjepiller.

Fredag 14 nov kl 19.00. "Böla Camping" på Dalenum i Stenstorp.

Lördag 10 jan kl 15.00 samt Tisdag 20 jan kl 19.00 "Miss Saigon" på Göteborgsoperan. Bussresa. Pris 1.250 kr för bussresa, musical och förtäring. Bokas senast 5 nov.

Fredag 27 febr kl 19.00 "Zarah" Vill ni se en stjärna, se på mig. En nyskriven musikmonolog.

Torsdag 26 mars kl 19.00 "Köpmannen på Martha's Vineyard" en berättelse som belyser frågor om gemenskap, utanförskap och identitet.

Lämna namn, telefon, ev. mail vid bokning. **Betalning sker till BG 846-6575 och ange föreställning. Mer info och bokning hos: marie.post@ioqt.se, mobil 0707-454 633**

Mer information om varje tillfälle på HEMSIDAN

Krisberedskap, studiecirkel 6 gånger:

Grupp 1 f.m. kl 10.00-12.30 och Grupp 2 e.m. kl 14.00-16.30. Start onsd 1/10, sen 15/10, 29/10, 12/11, 26/11 och 12/12. Ledare Urban Ryssnäs. **Anmälan till Helena 0708-553 013**

Studieverksamhet pågår kontinuerligt.

För mer information om verksamhet och möjligheter kontakta våra studieombud **Urban mobil 0705-978 598, Rita mobil 0702-289 912 eller Helena på Vuxenskolan mobil 0708-553 013. Vuxenskolan adress: Grönelundsgatan 4.**

Har du förslag på resmål, aktiviteter eller underhållning. Kontakta någon av styrelseledamöterna eller aktivitetsansvarig eller lämna ditt bidrag i förslagslådan vid månadsträffen. Detta program kan hämtas på hemsidan, vid månadsträffar och på Vuxenskolan, skickas bara ut till nya medlemmar. Läs mer på hemsidan: spfseniorerna.se/falkoping