

PROGRAM

Våren 2026



foto AJ

www.spfseniorerna.se/gamlabjered

SPF
SENIORERNA

Gamla Bjered
Bjärred

Innehållsförteckning

INLEDNING	5
MEDLEMSAKTIVITETER	6
KURSVERKSAMHET	6
Antikt, konst, musik och hantverk	7
Antikt och kuriosa	7
Akvarellmålning	7
Teckning och målning	7
Stickcafé	8
Handarbetscirkel	8
Tradjazz	8
Bluesblandat	8
All världens musik	9
Körsång	9
Släktforskning med Arkiv Digital	9
Fysiska aktiviteter	10
Boule	10
Bowling	10
Stavgång	10
Cykling	11
Qigong	12
Linedance	12
Golf	13
Padel	13
Gåfotboll	14
Spel	14
Bridge	14
Bridge – Övningsspel I	15
Bridge – Övningsspel II	15
Canasta	15
Schack	15

Matlagning	16
Matlagning herrar	16
Vegetarisk matlagning 1 och 2	16
Matlagning, gott och blandat	16
Matlagning Medelhavsmat	17
Matgubbarna	17
Matmakarna	17
Språk och litteratur	17
Franska - konversation	17
Spanska - konversation	18
Engelska -konversation	18
Bokcirkel nr 2	18
Bokcirkel nr 3	18
Bokcirkel nr 4	18
Bokcirkel nr 5	19
Historiecirkeln	19
Frö och Planta	20
 ÖVRIGA AKTIVITETER	 21
Söndags café	21
APPoteket	21
Lunch med SPF vänner	22
 MEDLEMSMÖTEN	 23
KALENDERN	27
RESOR	39
NATURPROMENADER och	
NATURVANDRINGAR	50
MEDLEMSINFORMATION	51
STYRELSEN	52

INLEDNING

En ny termin ligger framför oss och ni håller ett fullmatat vårprogram i er hand!

I föreningen strävar vi efter att i programmet ha ett varierat utbud med hög kvalitet där det finns något som tilltalar alla. Innehållet i programmet ni håller i er hand är resultatet av många timmars ideellt arbete från våra funktionärer i olika konstellationer. Tack till alla engagerade!

Den stora mängden aktiviteter innebär som vanligt en risk för "kollisioner" – flera aktiviteter samma dag. Detta är näst intill omöjligt att undvika och vi ber om överseende.

För att meddela eventuella förändringar i programmet – inställda aktiviteter eller nya aktiviteter - använder vi oss som tidigare av hemsidan, mejl och facebook.

Det är viktigt att ni anmäler ändrad eller ny mejl-adress till vår medlemsansvarige Bo Midhed, bo.midhed@gmail.com. Vi vill också rekommendera att ni laddar ner SPF APPen. Då får ni alla nyheter direkt i er telefon. Ni hittar information om APPen på hemsidan som ni når på www.spfseniorerna.se/gamlabjered. Hjälp med nedladdningen kan ni få om ni besöker APPoteket som alltid är på plats när det är Söndagscafé.

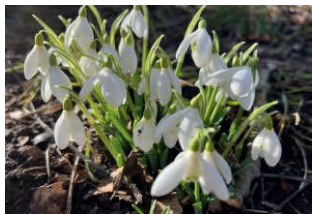
Alla medlemmar som är på Facebook hittar vår slutna grupp på "SPF Seniorerna Gamla Bjered"

För att bli medlem i vår förening går man in på hemsidan och anmäler sig under fliken "Bli medlem" eller kontaktar vår medlemsansvarige Bo Midhed.

Vi vill också uppmuntra alla våra medlemmar att komma med förslag på nya aktiviteter till styrelsen.

Om du är intresserad av att delta aktivt i föreningsarbetet så hör av dig till någon i styrelsen! Det finns alltid ett stort behov av ideella krafter!

Vi hälsar er alla varmt välkomna till vårens aktiviteter.



MEDLEMSAKTIVITETER

SPF:s aktiviteter sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan Lundabygden.

Dessa aktiviteter är markerade med *

Alla medlemmar i SPF har 10% rabatt på Vuxenskolans ordinarie kursutbud.

För att få delta i SPF Seniorerna Gamla Bjered aktiviteter krävs medlemskap/vänmedlemskap i föreningen.

Senaste information om föreningens aktiviteter finns alltid på hemsidan.

Cirklar/Kursverksamhet

Intresseanmälan till respektive cirkel görs till cirkelledarna om inget annat anges. Om önskad aktivitet är fullbokad ber du att få bli uppsatt på kölista.

För vissa kurser utgår kursavgifter. För cirklar vi arrangerar i samarbete med Vuxenskolan är avgiften beroende av antalet deltagare. Därför kan vi bara ange det beräknade priset. Det slutliga får ni efter anmälan.

Studieförbundet Vuxenskolan skickar ut inbetalningskort för deltagaravgifter via mejl. Detta innebär att vi kommer att

behöva giltig och fungerande mejladress från alla kursdeltagare där kursavgiften betalas till Vuxenskolan.

Mejladressen lämnas till Vuxenskolan vid anmälan till respektive kurs. I de fall ni inte har en fungerande mejl adress kommer inbetalningskortet skickas per post.

Vi välkomnar initiativ att starta nya cirklar. Om ni har en idé om en ny cirkel så är det bra att även ha ett förslag på cirkelledare. Vi kan hjälpa till med utbildning via Vuxenskolan.

Kontakta: Dennis Berkström tel. 076 835 40 57
mejl: dennis.berkstrom@telia.com

Antikt, konst, musik och hantverk

Antikt och kuriosa *

Samarrangemang med SPF, Lomma

Ledare: Charlotte Strömstedt tel. 070 768 81 29.

Torsdagar kl. 13.00 -14.30 Stora salen

Start: 5, 12 och 19 mars

Beräknat pris: 200:- (faktura via e-post).

Anmälan till Vuxenskolan: laila.callegari@sv.se

Akvarellmålning *

Ledare: Tomas Rasmusson tel. 070 246 20 84,

Gunnel Vinberg tel. 070 825 03 43

Tisdagar: kl. 09.15 -11.45 Röda Korset rummet

Start: 13 januari - 28 april

Teckning och målning *

I denna cirkel träffas vi för att teckna och måla.

Med råd och förslag lär vi av varandra.

Ledare: Kerstin Jönsson tel. 073 831 52 70

mejl: jonsson.kerstin@gmail.com

Fredagar: kl. 09.30 -11.45 SPF- lokalen

Start: 30 januari – 24 april

Stickcafé *

Vi träffas under otvungna former för att sticka, virka eller sy lapp på lapp. Vi byter idéer, råd, tips och stimulerar varandra. Ta med det som du har på gång.

Ledare: Marianne Brunlid Johansson tel. 070 321 41 82
mejl: marianne@brunlid.se

Onsdagar: kl.13.00 -15.45. Sal 7 i villan.

Start: 14 januari - 20 maj Udda veckor

Handarbetscirkel *

Vi träffas för att handarbeta under otvungna former samtidigt som vi lär av varandra.

Ledare: Annika Syrén

Torsdagar 14.00 -16.15. Sal 7 i villan.

Start: 15 januari – 4 juni, Udda veckor

Anmälan: Annika Syrén tel. 076 032 25 50
mejl: annika.m.syren@gmail.com

Tradjazz *

Vi spelar tradjazz under informella former med blicken bakåt mot New Orleans.

Ledare: Bengt Larsson, tel.070 366 86 19

Fredagar: kl. 12.00 - 15.00 Stora salen

Start: 16 januari – 12 juni

Bluesblandat

Vi spelar blues blandat med lite folkmusik inkluderat.

Ledare: Ann Ekelund mejl: ann.ekelund5@gmail.com

Tisdagar: kl. 13.00 -17.00 Stora salen

Start: 13 januari -19 maj

All världens musik *



Vi träffas varannan tisdag jämn vecka på Medborgarhuset för att lyssna på musik – jazz, klassisk, folk, elektroniskt och udda uttryck. Här delar vi upplevelser och kringsnack.

Vi har tillgång till reklamfri YouTube och med YouTube hittar vi oftast det mesta.

Ledare: Ragnar Jonson 070 829 05 76

Tisdagar : kl. 19.00 - 21.15 Datasalen

Start: 20 januari - 12 maj Jämna veckor

Körsång *

Vi sjunger tillsammans.

Kom och sjung! Det är både kul och bra för hälsan.

Ledare: Göran Olofsson tel.070-798 74 06

Konstnärlig ledare: Ingrid Runhage - Höjer tel.

070 315 17 62 torsdagar: kl. 09.45 -11.15 Stora salen

Beräknat pris: 350:- (faktura via e-post)

Start: 8 januari (ej den 2 april)

Släktforskning med Arkiv Digital *

Till vår forskning använder vi Arkiv Digital online som är ett lättanvänt dataprogram som man laddar ner på sin dator och som fungerar i följande operativsystem, Windows 10 och 11, både 32- och 64-bitars går bra. Mac OS X 10.13 eller högre samt Linux 32- och 64 bitars. På din dator ska också en webbläsare och ett mejlprogram vara installerat. Har du inte Arkiv Digital så fixar Vuxenskolan ett kursabonnemang för 495 kr som gäller i 13 veckor och som kan användas både i hemmet och i kurslokalen.

Licenskostnad: Elevabonnemang 495:-

Cirkeln vänder sig till både nybörjare och erfarna släktforskare.

Ledare: Sven Brandrup tel. 076 829 39 82
mejl: sven.brandrup@gmail.com
Onsdagar: kl. 09.30 - 12.00, Datasalen
Start: 21 januari – 22 april
Första anmälningssdag 12 och sista, 16 januari

Fysiska aktiviteter

Boule

Spelplats: Studentvägen
Måndagar kl. 11.00 -13.00
Onsdagar kl. 13.00 -15.0
Torsdagar kl. 09.30 -11.30
Ledare: Rune Nordström tel. 070 829 26 62
mejl: rune.nordstrom@insatnet.nu
Start: v16 – v42 Max 20 deltagare Tag med egna klot!

Bowling

Spelplats: Bollhuset i Lund.
Ledare: Lena Christiansson tel. 070 855 33 40
mejl: lenna_ch_55@hotmail.com
Lars-Eric Pramhed tel. 073 092 30 13
Gunhild Ottosson tel. 070 622 48 53
Kaj Perchun tel. 073 806 07 64
Tisdagar: kl. 09.30 - 11.00 Speltid: 1 tim. 25 min.
Deltagaravgifter: 300:-/helår plus 70:-/ speltillfälle.
Start: 13 januari
F. n. har vi fullt och kan inte ta in nya medlemmar.

Stavgång

Samling vid parkeringen Strandvägen – V. Kennelvägen.
Ledare: Agneta Rönbeck tel. 076 029 29 47
Agneta Svensson, tel. 070 525 46 57
Tisdagar: kl. 09.30
Start: 20 januari -19 maj
Det är OK att gå med även utan stavar



Cykling

Till sommaren kör vi i gång cykling igen med början 26 maj och sedan till mitten av augusti. Ingen anmälan, bara kom, gärna nya deltagare.

Utrustning: Hjälms, välpumpad cykel med bra däck.

Ta med egen fika (halvvägs).

Turerna blir 20 - 35 km, till exempel till Alnarp, Vikhög, Barsebäck, Kävlinge, Lund.

Ledare: Lars Åke Svensson tel. 070 676 44 35.

Samling: Medborgarhuset, tisdagar kl. 09.30

Start: 26 maj

Ny Grupp !! Cykla Lite Längre!

Under våren och sommaren 2026 kommer vi att försöka arrangera längre cykelrundor på 50-90 km med pauser.

Längre rundor och regelbunden cykling är avkopplande och man upplever hur naturen ändras med årstiderna.

Bättre kondition och uthållighet får du på köpet. Målsättningen är att blanda både tränings- och turistcykling.

Hör av dig med frågor eller synpunkter på hur du vill att cykelrundorna kan utformas.

Vi kommer att arrangera ett möte i mars för att presentera hur "Cykla Lite Längre" rundorna utformas. Cyklingen kommer att börja efter påsk!

Blir du nyfiken och vill veta mera anmäl dig till träffen i mars till BeGe Olsson tel. 073 329 55 98 eller bege.bike@gmail.com

Qi-gong

Krav för deltagande är genomgången kurs ledd av instruktör.

Ledare: Mailise Björsne tel. 073 958 72 02

Fredagar: kl.10.00 -11.00 Stora salen

Start: 16 januari

Linedance *

Ledare: Stina Svensson

Anmälan: Stina Svensson tel. 070 548 12 14

mejl: stina7052@gmail.com Deltagaravgift: 525:-

Onsdagar: 13.00 - 14.30

Start: 4 februari – 6 maj (ej 18 feb. 8 april)



Zumba® Gold

Zumba är ett glatt och energiskt motionsprogram med grund i latinamerikanska danser som salsa, samba och merengue. Zumba Gold är anpassad Zumba – mer skonsam för knä och höfter för oss som vill träna lite lugnare till de härliga latinrytmerna.

Ledare: Julia Racz, tel. 072 223 81 66

Kurs 1: tisdagar: kl. 09.15 - 10.00 Stora salen

Kurs 2: tisdagar: kl. 10.15 - 11.00 Stora salen

Start: 3 februari (12ggr)

Beräknat pris: 600:- (faktura via e-post)

Anmälan Vuxenskolan: laila.callegari@sv.se

Golf En motionsform, som utövas i natursköna miljöer tillsammans med trevliga seniorer med intresse för golf. Vi spelar både tävlings- och sällskapsgolf 5 - 6 gånger om året på olika banor i närområdet, samt äter en gemensam måltid för en god social samvaro.
Frågor och anmälan om deltagande gör du till Göran Melvanus på tel. 070 592 50 68 eller via mejl: goran.melvanus@gmail.com

Padel

I samarbete med Korpen i Lund erbjuder föreningen padelspel i Bjärred Padel, Basunvägen 2.
Vi spelar på torsdagar mellan kl.10.00 och 11.30.
Vi spelar en tävlingsform som heter Americano, vilket innebär att man spelar varje match med och mot nya deltagare. Du som är helt nybörjare är också välkommen och vi tränar upp dig tills du känner dig komfortabel att delta i Americano. Vi spelar året om.
Anmälan görs till ansvarige **ledaren** Peter Axelsson, tel. 070 328 70 78, mejl: peteraxelsson5@gmail.com
Kostnaden för 10 tillfällen är 870:- Alternativt betalar man för varje gång 87 kr
Betaling sker via Swish 123 422 7138 eller till bankgiro 382-7839. Ange namn och Seniorpadeln i inbetalning.
Lånerack och bollar samt kaffe ingår utan extra kostnad.

Gåfotboll

Gåfotboll kan spelas av alla!

Det behövs inga förkunskaper.

Det är roligt och stärkande för både kropp o knopp.

Vi spelar tillsammans – damer och herrar!

Nyfiken på vad det är? Gå in och titta på Youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=y5G63eohXDw>.

Korpen kommer att bjuda in Erwin Apitzch, som är officiell ambassadör i Sverige för gåfotboll, som skall ge oss grunderna i hur det går till.

Utrustning i form av fotbollar och olikfärgade numrerade spelvästar fixar Korpen fram.

Varmt välkomna att prova något nytt!

Måndagar 13.30-14.30 i Borgebyhallen

Start: 12 januari

Intresseanmälan med namn, mobilnummer och

mailadress skickas till korpen.lund@telia.com eller innahedlund@gmail.com

SPEL

Samordnare: Jan Lindh

Avgiften är 25:- per termin för cirkeldeltagare i bridge och schack. Avgifterna går till underhåll och nyanskaffning av utrustning.

Bridge

Vi spelar tävlingsbridge, men under sociala samvaron är en viktig del.

former, där den sociala samvaron är en viktig del.

Obligatorisk föranmälan om du inte spelat med oss tidigare.

Ledare: Jan Lindh, tel. 070 071 46 11.

Mån- och torsdagar: kl. 12.30 -17.00 SPF- lokalen

Anmälan från kl.12.15

Start: Månd.12 jan. - 18 maj ,Torsd.15 jan.- 21 maj

Bridge Övningsspel I och II

I tisdagar: kl. 09.30 - 12.00 SPF-lokalen

Ledare: Malou Eberoth tel. 070 208 96 65

II tisdagar: kl. 13.30 -16.00 SPF-lokalen

Ledare: Birgitta Löwegren tel. 070 605 53 25

Start: 13 januari -12 maj

Canasta

Du som vill ha en trevlig kväll med kortspel är välkommen.

Ledare: Gun-Britt Ohlsson tel.070 670 64 43

Onsdagar: kl.18.00 - 20.30 SPF-lokalen

Start: 14 januari – 6 maj

Schack

Sällskapsspel och problemlösning under sällskapliga former. Alla är välkomna oberoende av spelstyrka

Ledare: Jan Lindh tel. 070 071 46 11

Onsdagar: kl. 9.00 - 12.00 SPF- lokalen

Anmälan kl.08.50

Start: 14 januari - 13 maj



Matlagning

Samordnare: Annika Syrén

Kurserna kräver inga förkunskaper utan vi hjälps åt och lär av varandra.

Kostnader: Mat och dryck som användes i studiecirkeln betalas av deltagarna.

Intresseanmälan sker till Annika Syrén

tel. 076 032 25 50

mejl: annika.m.syren@gmail.com

Matlagning herrar *

God och nyttig mat i god och givande gemenskap.

Ledare: Thomas Rydenfelt tel.076 304 63 75

Onsdagar kl.12.30 -17.30 SPF- lokalen

Start: 21 januari - 13 maj Jämna veckor

Vegetarisk matlagning 1 *

Ledare: Margareta Edvik, tel. 070-324 75 00

Elisabeth Sönnergren tel.073 338 86 52

Tisdagar: kl. 16.30 - 20.30 SPF- lokalen

Start: 20 jan. 24 feb. 24 mars 21 april 19 maj

Vegetarisk matlagning 2 *

Ledare: Monika Ahlström tel. 072 150 43 01

Tisdagar: kl. 17.00 - 22.00 SPF-lokalen

Start: 27 jan. 17 feb. 17 mars. 28 april 26 maj

Matlagning, gott och blandat *

Ledare: Kerstin Hansson tel.070 339 12 85

Maj-Britt Grönberg tel. 070 290 85 00.

Onsdagar: kl. 13.00 -17.00 SPF- lokalen

Start: 14 januari - 22 maj Udda veckor

Matlagning medelhavsmat *

Tillsammans lagar vi mat från länderna runt medelhavet och avnjuter densamma.

Ledare: Rolf Odselius tel. 070 558 10 85

Fredagar: kl.12.00 - 18.00 SPF- lokalen

Start: 30 jan. 27 feb. 27 mars 24 april

Matgubbarna *

Tillsammans lagar vi och avnjuter spännande trerätters menyer.

Ledare: Kjell-Åke Persson tel. 073-944 76 38

Torsdagar: kl.17.30 - 21.30. SPF- lokalen

Start: 15 januari - 23 april Udda veckor

Matmakarna *

Tillsammans lagar vi och äter mat med olika spännande teman.

Ledare: Lennart Jönsson tel. 070-624 59 55

mejl: jonsson.lennart@gmail.com

kl.16.00 - 22.00 SPF- lokalen

Start: 6 feb.13 mars 10 april 8 maj

Språk och Litteratur

Franska – konversation *

Ledare: Anna Lisa Ström, tel. 076-325 08 44

mejl: annalisa.strom54@gmail.com

Onsdagar: kl. 09.30 -11.00 Centerlokalen

Start: 21 jan. - 13 maj. Jämna veckor

Spanska – konversation *

Ledare: Gunvor Olsson tel. 070-829 05 24

Tisdagar: kl. 12.15 - 13.45. Centerlokalen

Start: 13 januari - 31 mars

Engelska – konversation *

Ledare: Ira Nymark tel.070 815 15 82

Onsdagar: kl.14.00 -15.30 datasalen

Start: 4 mars - 29 april



Bokcirkel nr 2 *

Ledare: Elisabeth Lord tel. 070 712 35 72

Måndagar: kl.13.30.

Hemma hos deltagarna

Start: 12 januari - 11 maj

Bokcirkel nr 3 *

Ledare: Eva Bergstrand tel.076 269 14 72

Onsdagar: kl.13.30 -15.45 Centerlokalen

Start: 28 jan. 4 mars 1 april och 6 maj

Bokcirkel nr 4 *

Ledare: Margareta Edvik, tel. 070 324 75 00

Onsdagar: kl.13.30 - 15.45. Centerlokalen

Start: 21 jan. 25 feb. 25 mars 22 april 20 maj

Bokcirkel nr 5 *

Ledare: Anne-Marie Rahm Rosling,

tel. 070 812 44 19

Fredagar: kl.14.00 - 16.30 Centerlokalen

Start: 9 jan. 6 feb. 6 mars 10 april 8 maj

Historiecirkeln*

Vi fortsätter med det omvälvande 1800 talets händelser.

Utvecklingen inom vetenskap, samhälle, arkitektur Författare och konstnärer. Vi kommer också in på 1900 talets början, sekelskiftet, urbaniseringen.



Vi läser på och berättar för varandra.

Terminen avslutas med utflykt till historisk plats i närområdet.

Ledare: Christina Unell och Nils Ingvar Nilsson

Anmälan till chunell19@gmail.com

Onsdagar: kl.16.00 -18.00 Datasalen

Start: 14 januari - 22 april Ojämna veckor, Utflykt den 6/5

Från frö till planta 2.0

Vi träffas en till två gånger i månaden i varandras trädgårdar från april till oktober för att utbyta idéer och kunskaper om trädgårdens olika växter!

Vi kan gemensamt välja frön till växter och komma överens om vilka vi gemensamt vill inhandla, därefter dela frön emellan oss i stället för att var och en har en fröpåse med 100 frön. Även överskott av sticklingar, knölar, lökar med mera kan vi byta emellan oss.

Cirkeln har max 12 deltagare och vi tar med egen fika.

Ledare: Kia Kinnman Stark,
tel.070 791 84 70 (efter kl. 9.00)

Start: 1 april och därefter 22 april 13 maj 3 juni 24 juni
15 juli 5 aug. 26 aug.16 sept. 2 okt. kl 10.00-12.00



Övriga aktiviteter

Söndagscafé

Är du ute och promenerar en sväng eller bara vill träffa andra SPF:are så titta in....

Vi träffas i SPF-lokalen i Medborgarhuset mellan **kl.14.00-16.00** för att fika tillsammans.

Kostnaden är 30 kr för kaffe med påtår och kakor.

Ingen föranmälan behövs.

Vårens café söndagar är den 25 januari, 22 februari, 29 mars och den 26 april.

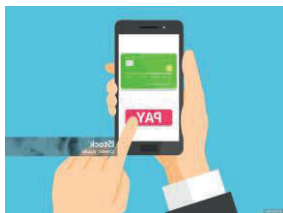
APPoteket

Samhällets digitalisering drivs i allt snabbare takt och vissa digitala tjänster blir mer och mer nödvändiga att kunna använda för att klara vardagen på ett rationellt sätt.

Exempel på digitala tjänster som vi ofta använder är Skånetrafikens APP, 1177.se, olika parkerings - APPar och bankernas APPar med många flera.

Vi fortsätter under våren med APPoteket, som är en mycket uppskattad insats i föreningen. På plats finns våra duktiga IT herrar - Stellan, Curt, Göran och Rune.

Tiderna för APPoteket är samma som ovanstående tider för söndagscaféet.



Lunch med SPF vänner



Onsdags luncherna

Kom med på en trevlig samvaro och en god lunch på någon av våra restauranger inom kommunen. Vi träffas en onsdag i månaden för en gemensam lunch kl. 13.00 eller 13.30 på en i förväg bokad restaurang

Med hänsyn till övriga lunchgäster kommer vi inte till restaurangen före kl. 13.00 respektive kl. 13.30 då vi sätter oss till bords.

Vårens lunchträffar är den

28 januari	13.30	Charm i Bjärred
25 februari	13.30	Stationen i Bjärred
25 mars	13.00	Borgeby Slottsrestaurang
22 april	13.00	Flädie Mat o Vingård
27 maj	13.00	Alnarp

Om du är intresserad att delta meddelar du detta senast tre dagar före aktuellt datum så plats kan bokas på restaurangen, men Stationen vill att man meddelar veckan före alltså den 18/2.

Vid längre avstånd till restaurangerna sker samåkning som arrangeras av deltagarna. Anmälan till Anita Ekdahl via e-post: anitaekdahl0@gmail.com (inga telefonsamtal eller sms)



Medlemsmöten

Under våren har vi som vanligt planerat ett antal medlemsmöten som äger rum i Bergasalen eller i Stora Salen i Medborgarhuset. Vid möten som äger rum i Bergasalen serveras i regel kaffe med tilltugg och vid möten i Stora Salen serveras frukt och vatten. Om det är fler än 120 anmälda till medlemsmöte i Bergasalen kan det istället för kaffe och kakor serveras något att dricka och "snittar" vid gående bord. Detta på grund av svårigheterna att duka för kaffeservering vid bord när det är fullbokat. Vi prioriterar att ge fler medlemmar möjlighet att delta framför kaffe och kakor! Kostnad för deltagande är 50 kr i Bergasalen och 30 kr i Stora Salen. Denna avgift ska täcka såväl arvudet till föreläsarna, musikerna samt förtäringen och hyra.

Utöver de traditionella medlemsmötena blir det en whiskyprovning. Den årliga grillkvällen kommer att arrangeras i senare delen av augusti.

Till medlemsmötena gäller alltid förhandsanmälan via telefon eller mejl. Man kan anmäla maximalt två personer åt gången. Telefonmeddelanden och sms är inte möjligt att använda för anmälan. Många av våra aktiviteter är så populära att det blir väntelistor. Blir väntelistan lång försöker vi ordna aktiviteten vid ytterligare ett tillfälle.

Det är viktigt att ni avanmäler er om ni får förhinder.

Vid mötena kan du betala kontant eller via swish till 1232177368. Du kan också swish före mötet och då märka betalningen med det datum din betalning avser.

**Medlemsmöte i Bergasalen
den 20 januari kl. 14.00**

Föremål som kretsar kring det dukade bordet.
Traditioner från 1500-talet och framåt.



Charlotte Strömstedt driver
Antikaffären Tummlaren i Norrvidinge.
Hon är förordnad som opartisk

besiktningsman för Sydsvenska Handelskammaren och
medverkar i SVT:s Antikrundan sedan 2011.

Charlotte är även möbelrenoverare, ett yrke hon har ärvt från sin
pappa och farfar.

Charlotte har sedan flera år cirkeln Antikt och Kuriosa i vår
förening!

Anmälan fr.o.m. den 12 januari till Annika Helsing Persson via
mejl annika.helsingpersson@gmail.com eller tel. 070 686 79 80.
För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller
sms.

**Medlemsmöte den 3 februari kl. 14.00 Medborgarhuset
Stora Salen,**

"Ett Gott Skratt Förlänger Livet 4,0"



Raymond Gustafsson

Raymond Gustavsson jobbar som professionell illusionist sedan många år. För fem år sedan började han med sin turné, en magisk föreställning för Seniorer "Ett Gott Skratt förlänger livet 4.0" Föreställningen är fartfylld och fullt med magi och humor!

Anmälan fr.o.m. den 23 januari till Annika Helsing Persson via mejl annika.helsingpersson@gmail.com eller tel. 070 686 79 80. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

**Fredagen den 13 februari kl. 18-20, SPF- lokalen,
Medborgarhuset.**



Whiskyprovning - det kan göras på många olika sätt. Jag har mitt alldeles egna, okonventionella sätt att närma mig "Uisge beatha" som livets vatten heter på skotsk gaeliska. Whiskyvän eller novis? Lika välkommen!

Max 20 deltagare, kostnad 550:-/person. 6x2cl. och något litet gott att äta till. Betala med Swish för att säkra din anmälan.- Slàinte mhath!

Anmälan fr.o.m. den 30 januari kl.09.00 till Christian Idström
christian.idstrom@teamword.se tel.073 366 53 73.

Årsmöte den 2 mars kl. 14.00 i Bergasalen

Årsmöte med parentation över medlemmar som avlidit.

SPF-kören Stämbandet medverkar och föreningen bjuder på kaffe och fastlagsbulle.



Motioner ska lämnas till styrelsen senast fyra veckor före årsmötet – senast den 2 februari.

Handlingar som ska behandlas vid årsmötet finns tillgängliga på hemsidan och i anslutning till SPF-lokalen i Medborgarhuset senast två veckor före årsmötet dvs senast den 16 februari.

Anmälan fr.o.m. 13 februari till Christina Hedlund via mejl
ninnahedlund@gmail.com eller tel. 070 835 90 59. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

KALENDER VÅREN 2026

NATURPROMENADER OCH NATURVANDRINGAR

Vi tackar för trevliga samvaron med alla våra skogsvandrare genom många år. Tillsammans har vi tagit oss till fina och vackra naturområden i Skåne.

Tyvärr måste vi pausa vandringarna under våren p.g.a. viss ohälsa men vi ser fram emot att förhoppningsvis starta igen efter sommaren, alltså hösten 2026.

Kontaktperson Anders Tidholm tel. 073 620 16 51



**Kalender våren 2026 – Resor, teater och
medlemsmöten
(M=Stora Salen, B=Bergasalen)**

Tidpunkt	Plats	Aktivitet	Anmälan
20 jan Kl. 14.00	B	Charlotte Strömstedt	annika.helsingpersson@gmail.com tel. 070 686 79 80 Första anmälningssdag 12 jan
2 feb Kl. 09.30	Älmhult	IKEA	Eva Pålsson tel. 073 541 34 30 Anmälan 12-19 jan
3 feb Kl. 14.00	M	Raymond Gustavsson	annika.helsingpersson@gmail.com tel. 070 686 79 80 Första anmälningssdag 23 jan
26 feb Kl. 09.00	Malmö	SYSAV	Eva Pålsson tel. 073 541 34 30 Anmälan 26 jan-2 feb
1 mars Kl. 11.30	Kristian- stad	Sound of Music	Elvy Brandt tel. 070 624 40 79 Anmälan 15 jan - 2 feb
2 mars Kl. 14.00	B	Årsmöte	ninnahedlund@gmail.com tel. 070 835 90 59. Första anmälningssdag 13 feb
7 mars Kl. 14.45	Malmö Live	No business....	Elisabeth Lord tel. 070 712 35 72 Anmälan 9 –20 jan
10 mars Kl. 14.00	M	Daniel Jönsson	ninnahedlund@gmail.com tel. 070 835 90 59. Första anmälningssdag 27 feb
17 mars Kl. 14.00	M	Emma Ricknell	annika.helsingpersson@gmail.com tel. 070 686 79 80 Första anmälningssdag 6 mars
22 mars Kl. 14.40	Malmö Opera	Come from away	Elvy Brandt tel.070 624 40 79 Anmälan12- 31 jan
25 mars Kl. 09.30	Kristian- stad	Vattenriket och Pulken	Bengt - Göran Olsson tel. 073 091 46 64 Anmälan 2-6 mars
7 april Kl. 14.00	M	Kultur- kanon	ninnahedlund@gmail.com tel. 070 835 90 59. Första anmälningssdag 27 mars

Tidpunkt	Plats	Aktivitet	Anmälan
19 april Kl. 11.40	Skurup	Johanna-Muséet	Elisabeth Lord tel. 070 712 35 72 Anmälan 10 mars-7 april
24 april Kl. 17.40	Malmö Opera	Operans GALA	Elvy Brandt tel.070 624 40 79 Anmälan 2-20 feb
28 april Kl. 14.00	B	Vägmän	ninnahedlund@gmail.com tel. 070 835 90 59 Första anmälningsdag 17 april
5 maj Kl. 14.00	B	Kören	annika.helsingpersson@gmail.com tel. 070 686 79 80 Första anmälningsdag 24 april
7 maj Kl. 09.55	Resa	Gavnö Slott	Eva Pålsson tel. 073 541 34 30 Anmälan 16-20 mars
12 maj Kl. 14.00	M	Dr. Karim Abdulahadi	ninnahedlund@gmail.com tel. 070 835 90 59 Första anmälningsdag 4 maj
26 maj Kl. 14.00	B	Björn Ranelid	ninnahedlund@gmail.com tel. 070 835 90 59 Första anmälningsdag 15 maj
9 juni Kl. 14.00	B	Eldeen Juhlin	annika.helsingpersson@gmail.com tel. 070 686 79 80 Första anmälningsdag 29 maj
17 juni Kl. 08.45	Resa	Ut i det blå	Bengt - Göran Olsson tel. 073 091 46 64 Anmälan 18-20 maj
13-15 juli Kl. 07.00	Resa	Göta och Kinda kanal	Elisabeth Lord tel. 070 712 35 72 Anmälan 12-30 maj
2 aug Kl. 14.15	Helsing- borg	Fredriksdal	Elvy Brandt tel. 070 624 40 79 Anmälan 27 april – 22 maj
9-14 sep	Resa	Prag Berlin Dresden	Elisabeth Lord, tel. 070-712 35 72 mellan 3 och 27 mars.

Kalender våren 2026 – Söndagscafé , APPotek och Luncher

Tidpunkt	Plats	Aktivitet	Anmälan
25 jan Kl. 14-16	SPF lokalen	Café APPotek	Ingen anmälan
28 jan Kl. 13.30	Charm	Lunch	anitaekdahl0@gmail.com (inga telefonsamtal eller sms) Senast 25 jan
22 feb Kl. 14-16	SPF lokalen	Café APPotek	Ingen anmälan
25 feb Kl. 13.30	Bjärreds station	Lunch	anitaekdahl0@gmail.com (inga telefonsamtal eller sms) Senast 18 feb
25 mars Kl.13.00	Borgeby Slott	Lunch	anitaekdahl0@gmail.com (inga telefonsamtal eller sms) Senast 22 mars
29 mars Kl. 14-16	SPF lokalen	Café APPotek	Ingen anmälan
22 april Kl. 13.30	Flädie Mat- och vingård	Lunch	anitaekdahl0@gmail.com (inga telefonsamtal eller sms) Senast 19 april
26 april Kl. 14-16	SPF lokalen	Café APPotek	Ingen anmälan
27 maj Kl. 13.00	Alnarp	Lunch	anitaekdahl0@gmail.com (inga telefonsamtal eller sms) Senast 25 maj

Medlemsmöte den 10 mars kl. 14.00
Stora Salen, Medborgarhuset

Kopplingen mellan tandhälsa och våra vanligaste folksjukdomar



**Daniel Jönsson specialisttandläkare
och docent inom parodontologi.**

Med flera års erfarenhet av att kombinera kliniskt arbete med forskning fokuserar Daniel på sambandet mellan munhälsa och folksjukdomar, ett internationellt forskningsområde där nya insikter kontinuerligt växer fram.

Daniel gör i sin föreläsning komplexa samband både begripliga och tillgängliga!

Anmälan fr.o.m. den 27 februari till Christina Hedlund,
ninnahedlund@gmail.com eller
tel. 070 835 90 59. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga
röstmeddelanden eller sms.

**Medlemsmöte den 17 mars kl. 14.00,
Bergasalen**

USA:s mellanårsval 2026: Vad står på spel?



Emma Ricknell är lektor i statsvetenskap vid Linnéuniversitetet i Växjö, och prefekt vid Institutionen för statsvetenskap. Hon disputerade 2021 på en avhandling om dödsstraffet i USA, och har tidigare bott i USA

I dag forskar hon mycket om media, sociala medier och desinformation. Hon kommenterar regelbundet amerikansk politik i media.

Anmälan fr.o.m. den 6 mars till Annika Helsing Persson via mejl annika.helsingpersson@gmail.com eller tel. 070 686 79 80. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

Medlemsmöte den 7 april kl. 14.00
Stora Salen, Medborgarhuset

En upptäcktsresa i kulturkanonen - 100 svenska pärlor!

Nu när Sverige har fått en alldeles egen kulturkanon (och det har pratats både högt och lågt om den!) vill vi bjuda in er till en föreläsning som reder ut begreppen – och bjuder på både aha-upplevelser och skratt



Samuel Thelin



Johan Ekblad

Johan Ekblad, verksamhetsutvecklare vid Studieförbundet Vuxenskolan, och Samuel Thelin, utställningsintendent på Malmö museum, har fördjupat sig i den svenska kulturkanonen. De berättar om varför kulturkanonen togs fram, vad den egentligen betyder, och gör några nedslag på den omtalade 100-listan.

Vad har Astrid Lindgren, Radiohuset och Allemansrätten med varandra att göra? Och vad säger listan om oss svenskar egentligen? De lovar en föreläsning med både allvar och glimten i ögat – och gott om utrymme för frågor och diskussion!

Anmälan fr.o.m. den 27 mars till Christina Hedlund
ninnahedlund@gmail.com eller mobil 070 835 90 59. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

Mannekänguppvisning den 20 april i Eslöv

Visningen sker i O Nilssons underbara



klädesbutik i Eslöv. Vi får se sköna kläder på våra egna mannekänger och du har möjlighet till shopping.

Pris: 250 :- för smörgås, vin, vatten eller cider.

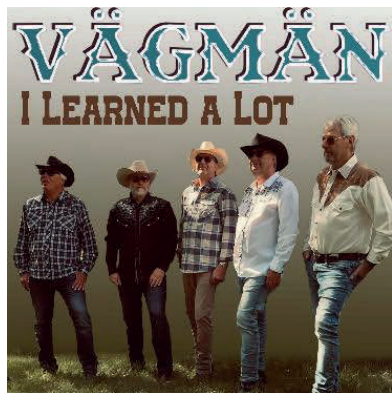


Avfärd från Nordmannavägen kl.17.40 och från Medborgarhuset kl.17.45 Ankomst Bjärred ca 21.30.

Anmälan mellan den 10 -14 april till Gun-Britt Ohlsson

tel. 070-670 64 43 Anmälan tidigast kl. 08.00 respektive dag.

Medlemsmöte den 28 april kl. 14.00, Bergasalen



Och så kommer de tillbaka – en favorit i repris – VÄGMÄN!

Dags för countrymusik!

Vägmän eller Waymen kommer från Helsingborg. Gruppen har tidigare turnerat under namnet Highway 40 och spelade då i hela Europa. Efter att gruppen slutade 2024 har de fortsatt under namnet Vägmän och spelar nu främst på

föreningstillställningar och liknande. Engagemang av Vägmän är inte bara countrymusik utan det pratas också om hur musiken föddes i USA med början från 1900 talet.

Det finns en kölista från förra gången med drygt fyrtio namn och dessa kommer att tillfrågas först sedan fyller vi på upp till 150 med anmälningar fr.o.m. den 17 april till Christina Hedlund, ninnahedlund@gmail.com eller 070 835 90 59. För anmälan gäller inte röstmeddelanden eller sms.

Medlemsmöte den 5 maj kl. 14.00

” Vårkonsert ” i Bergakyrkan



Stämbandet

Det är ju numera en tradition att SPF kören Stämbandet ger en vårkonsert. Årets konsert äger rum den 5 maj i Bergakyrkan. Efter konserten dricker vi kaffe i Bergasalen.

Anmälan fr.o.m. den 24 april till Annika Helsing Persson via mejl annika.helsingpersson@gmail.com eller tel. 070 686 79 80. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

Medlemsmöte den 12 maj kl. 15.00, OBS tiden!
Stora Salen, Medborgarhuset



En föreläsning om hjärt-kärlhälsa av

Dr. Karim Abdulhadi
Verksamhetschef
Hjärtmottagning lomma

Dr. Karim Abdulhadi, specialist i kardiologi, gästar oss för att berätta om hur hjärtat förändras när vi blir äldre, hur man bäst hanterar hjärt-kärlsjukdomar och vilka möjligheter det finns att förebygga dem.

Under cirka en timme får vi en lättförståelig och praktiskt inriktad genomgång, med fokus på kunskap som stärker både trygghet och hälsa i vardagen.

Anmälan fr.o.m. den 4 maj till Christina Hedlund ninnahedlund@gmail.com eller mobil 070 835 90 59. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

Medlemsmöte den 26 maj kl. 14.00, Bergasalen

Människan är ett mirakel



Björn Ranelid – Vem är det?

”Björn Ranelid är inte bara en författare utan ett svenskt kulturfenomen. Han är språkkonstnär, humanist, moralist, estradör, idrottsman och folkbildare.

Hans gärning förenar hög litterär kvalitet med ett djupgående humanistiskt budskap .

Att kalla honom unik i svensk litteraturhistoria är inte en värdering utan en empiriskt underbyggd slutsats.”

Björn Ranelid

Anmälan fr.o.m. den 15 maj till Christina Hedlund
ninnahedlund@gmail.com eller mobil 070 835 90 59. För
anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

Medlemsmöte den 9 juni kl. 14.00 i Bergasalen



Andreas och Anders har varit föreningens gäster i Bergasalen tidigare. Kanske har ni också sett Andreas på Malmö Live som den manliga huvudrollen Anatolij i Chess in concert? Eller kanske i En Stilla natt konserterna eller nu senast i musikalen Once på Helsingborg Stadsteater.

Nu kommer Andreas Eldeen tillbaka till Bjärred med en ny konsert. Med sig har han som alltid den fantastiske Anders Juhlin vid pianot.

Anmälan fr.o.m. den 29 maj till Annika Helsing Persson via mejl annika.helsingpersson@gmail.com eller tel. 070 686 79 80. För anmälan gäller kl. 08.00 och inga röstmeddelanden eller sms.

.....

R E S O R, utflykter och teater

Viktig information inför anmälan till utflykter och resor

Anmälan till arrangemangen endast per telefon till reseansvarig som står angiven under respektive program. **OBS! För anmälan gäller INTE sms, e-post eller telefonsvarare, om svararen går i gång - ring igen och inga samtal före kl. 8.00.**

Första anmälningsdag för resor står angivet under varje arrangemang och i kalendariet.

Du kan anmäla **maximalt två (OBS!)** medlemmar per samtal.

Anmälan är bindande, vilket innebär att om man får förhinder ska detta alltid anmälas till reseansvarig och följande gäller:

1. I första hand lämnas platsen till någon på reservlistan, om det finns någon sådan och då är det turordning som gäller.
2. Finns ingen reservlista kan man själv ordna ersättare som är SPF-medlem.
3. I annat fall måste man betala resan själv, trots att man inte följer med. Det är viktigt att man har avbeställningsskydd i sin hemförsäkring.

Detta gäller för att i många fall får föreningen betala buss, biljetter, mat, guide osv i förskott.

När vi anlitar särskilt resebolag är det arrangörens resevillkor som gäller, inte våra.

Viktigt! Meddela alltid vid anmälan:

- Om du behöver särskild kost.
- Om du använder handikaphjälpmedel t.ex. rollator eller hopfällbar rullstol.

OBS!

Betalning ska vara insatt på föreningens bankkonto 326-7002 SPF Seniorerna Gamla Bjered senast det datum som står i programmet: Tänk på att det kan ta upp till 3 bankdagar innan vi får din inbetalning. Betala därför i god tid före slutdatum.

Wienerafton på Malmö Live måndag den 5 januari är fullbokad

Buss från **Nordmannavägen kl.16.45** och från **Medborgarhuset kl. 16.50**. Beräknad hemkomst ca kl. 21.00.

.....

"Carmen" på Malmö Opera söndagen den 25 januari kl.16.00 är fullbokad

Buss från **Nordmannavägen kl.14.40** och **Medborgarhuset kl. 14.45**. Beräknad hemkomst ca kl.20.00.

Ny chans att besöka IKEA Museum i Älmhult **måndag 2 februari**

Vi besöker världens enda IKEA Museum och går i Ingvar Kamprads fotspår fram till vad IKEA är idag. Vi börjar med lunch i restaurangen varefter våra guider visar oss runt i Museet.

Buss från **Nordmannavägen kl. 9.30** och **Medborgarhuset kl. 9.35**. **Beräknad** hemkomst ca kl.16.30.

Bindande anmälan till Eva Pålsson på tel. 073 541 34 30. Första anmälningssdag måndag 12 januari sista dag måndag 19 januari.

Pris: 510 kr. I priset ingår bussresa, lunch och guidning på museet. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast fredag 23 januari. Glöm inte ange namn och IKEA.

JOKKMOKKS marknad 5-9 februari. Anmälningstiden har gått ut.

Bussen till Kastrup avgår torsdag 5 februari från **Nordmannavägen kl. 06.10** och hemresan i samband med planets ankomst den 9 februari.

Bindande anmälan för bussen till Elisabeth Lord, tel. 070 712 35 72 senast torsdag den 22 januari.

Pris: 350 kr Bjärred-Kastrup t/r. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast torsdag den 29 januari. Glöm inte att ange namn och Kastrup.

Studiebesök på SYSAV torsdagen den 26 februari



Vi åker till SYSAVs avfallsanläggning på Spillepengen och får en föreläsning om vad som händer med våra sopor efter det att vi har sorterat och stoppat dem i våra tunnor. Fika ingår.
Därefter tar vi en busstur runt på Spillepengen.

Buss från **Nordmannavägen kl. 9.00** och **Medborgarhuset kl. 9.05**. Beräknad hemkomst ca kl. 11.30.

Bindande anmälan till Eva Pålsson på tel.073 541 34 30
Första anmälningsdag måndagen den 26 januari till måndag den 2 februari.

Pris: 165 kr. I priset ingår bussresa och besöket på SYSAV.
Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast fredag 6 februari. Glöm inte ange namn och SYSAV.

Musikalen "The Sound of Music"

**Kristianstads teater söndagen den 1 mars kl.15.00
med lunch i teaterbaren kl. 13.00**

Rogers & Hammersteins musikal är en av de mest älskade och baseras på en verklig händelse. Den utspelar sig i österrikiska Salzburg strax innan nazisterna tar över makten där. Den unga Maria vill bli nunna, men passar inte riktigt in i klosterlivet. Därför skickas hon som barnflicka till änkemannen och ubåtskaptenen Georg von Trapp för att ta hand om hans sju barn. Ända sedan barnens mamma dog har de blivit strikt uppfostrade av Georg, som bl.a. förbjudit musik i huset. Många barnflickor har kommit och gått, men barnen fattar snabbt tycke för Maria, då hon för musiken tillbaka till huset. Av många anses det vara musikalernas musikal med en kavalkad av kända sånger som till exempel Edelweiss, Do-Re-Mi och Sök dig till bergen. Innan föreställningen intar vi en god lunch i Teaterbaren.

Varmrätter att välja på:

Örtkryddad kalvfilé med rödvinssky och rostade rotfrukter

Smörstekt laxfilé med färskosttäck och rostade rotfrukter

Vegetarisk tryffelrisotto med svampblandning och parmesan

Som efterrätt kaffe/the med god kaka

Vattenkarafter står på varje bord. Övrig dryck får var och en beställa och betala i baren.

Buss från **Nordmannavägen kl. 11.30** och **Medborgarhuset kl. 11.35**. Beräknad hemkomst kl. 20.00

Bindande anmälan till Elvy Brandt tel. 070 624 40 79 Första anmälningssdag torsdag 15 januari och senast måndag 2 februari. Anmäl samtidigt lunchalternativ!

Pris: 1050 kr. I priset ingår buss, lunch och teaterbiljett. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast fredag 20 februari. Glöm inte ange namn och Sound of Music

Musikal konserten” NO BUSINESS LIKE SHOW BUSINESS”
Malmö Live lördag den 7 mars kl. 16.00



Vi gör en magisk resa genom musikalhistorien tillsammans med ett antal kända musikalartister under ledning av Rickard Söderberg och Marianne Mörck.

Föreställningen bjuder på både tidlösa klassiker och moderna pärlor från musikalerna som Teaterbåten, Chess, Kristina från Duvemåla, Joyride, Hair, Wicked, Les Misérables m.fl. Det bjuds på storslagna solon, imponerande ensemblenummer och en show i världsklass.

Buss från **Nordmannavägen kl. 14.45** och **Medborgarhuset kl. 14.50**. Beräknad hemkomst till Bjärred kl.19.15.

Bindande anmälan till Elisabeth Lord tel. 070 712 35 72

Anmälan mellan fredag den 9 januari och tisdag 20 jan.

Pris: 675:- I priset ingår buss och konsertbiljett. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast torsdag den 22 januari.

Musikalen ”Come From Away”
Malmö Opera söndag 22 mars kl.16.00

En hjärtevärmande musikal som gjorde stor succé på Broadway och därefter flög ut över världen. Nu kommer den till Malmö, regisserad av den folkkära Sissela Kyle.

Musikalen berättar den sanna historien om några personer som, till följd av attacken den 11:e september i USA, blir strandsatta i en småstad på en avlägsen ö i östra Kanada. Oro och rädsla ger vika när lokalbefolkningen välkomnar dem med öppna armar. Vi får följa Diane, Bob, Beverly, Ali och de andra under en vecka som förändrar deras liv för alltid.

Buss från **Nordmannavägen kl. 14.40** och **Medborgarhuset kl.14.45**. Beräknad hemkomst kl. 19.30

Bindande anmälan till Elvy Brandt tel.070 624 40 79 mellan den 12 och 31 januari.

Pris: 715 kr. I priset ingår buss och teaterbiljett. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast fredag 13 mars. Glöm inte ange namn och Come From Away.

Biosfärområdet Kristianstads Vattenrike Naturum & Pulken Yngsjö onsdagen den 25 mars

Vi åker först till Vattenriket i Kristianstad och besöker Naturum där guide möter upp och berättar för oss om allt kring Vattenriket i deras hörsal. Sedan finns möjlighet att på egen hand titta på utställningarna. Lunchen intar vi i deras Bistro Årum. När vi är klara åker vi vidare till Yngsjö för att uppleva Tranorna på PULKEN.

Den 25 mars är en chansning, har vi tur är det högsäsong för Tranorna att mellanlanda på sin väg norrut.

Varm klädsel och kikare kan vara bra här! När vi känner oss klara så åker vi hemåt.

Buss från **Nordmannavägen kl. 09.30** och **Medborgarhuset kl. 09.35**. Beräknad hemkomst ca. kl.16.00.

Bindande anmälan till Bengt-Göran på telefon 073 091 46 64 mellan den 2 och 6 mars.

Pris: 430 kr. I priset ingår bussresa, lunch och guide på Naturum. (Fri entré). Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast den 12 mars. Glöm inte att ange namn & Naturum.

JohannaMuseet i Skurup söndag 19 april

JohannaMuseet, minnenas museum, är spännande och omfattande. Här ryms veteranbilar (bland annat Europas första mångtillverkade elbil från 1919), motorcyklar, vardagliga bruksföremål för hem och arbetsplatser, leksaker, musikmaskiner, café och presentbutik.

Vi börjar med att äta lunch (kycklingspett, sweet chilisås, potatisgratäng och sallad). Sedan blir vi guidade bland några av de 30 utställningarna. Kanske får vi lyssna på ett av museets unika marknadspositiv. Efter lite tid för egna strövtåg avslutar vi med kaffe och kaka.

Buss från **Nordmannavägen kl. 11.40** och **Medborgarhuset kl. 11.45**. Beräknad hemkomst ca kl.16.00.

Bindande anmälan till Elisabeth Lord, tel. 070 712 35 72.

Anmälan mellan 10 mars och 7 april.

Pris: 450 kr. I priset ingår bussresa, lunch, kaffe och guidning. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast den 10 april. Glöm inte att ange namn och Johanna.

"Operans GALA" fredag 24 april Malmö Opera kl. 19.00

En galakonsert med en blandning av klassiska favoriter från 1680-tal till de största poplåtarna från 1980-talet. Det blir en maffig medryckande upplevelse med många örhängen. Förutom Operans kör och orkester, operasolister, musikalartister medverkar Cirkus Cirkör för att ytterligare förhöja upplevelsen. Bästa klassiska musiken stod bland andra Mozart, Verdi och Puccini för. Favoriter som ouvertyren från Figaros bröllop och Barcarollen från Hoffmanns äventyr står på programmet. Den ikoniska popmusiken från 1980-talet frambringade ett pärlband av färgstarka artister och superhits. Musik av Madonna, ABBA, Europé, Carola, Eurythmics med flera blandades med en och annan musikaldänga.

Buss från **Nordmannavägen kl. 17.40** och **Medborgarhuset kl.17.45**. Beräknad hemkomst c:a kl. 22.30.

Bindande anmälan till Elvy Brandt tel. 070 624 40 79 mellan 2 och 20 februari.

Pris: 705:- I priset ingår buss och teaterbiljett. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast fredag 10 april. Glöm inte ange namn och Operans Gala.

Tulpaner på Gavnø slott torsdag 7 maj



Vi åker över bron till grannlandet. Våren är en härlig tid på Gavnø slott utanför Næstved. Förhoppningsvis står tulpanerna i full blom. Vi promenerar bland blommorna i parken och kan gå in i slottet och titta på gammal konst och även gå in i den vackra slottskyrkan. Lunchen är givetvis smörrebröd. Det finns tid att gå och fika innan vi beger oss hemåt.

Buss från **Nordmannavägen kl. 9.55** och **Medborgarhuset kl. 10.00**. Beräknad hemkomst ca kl. 18.30.

Bindande anmälan till Eva Pålsson på tel. 073 541 34 30. Första anmälningsdag måndag 16 mars senast måndag 20 mars.

Pris: 900 kr. Priset kan komma att ändras något beroende på kursen vid betalningstillfället. I priset ingår bussresa, lunch och inträdet till Gavnø. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast fredag 17 april. Glöm inte ange namn och Gavnø.

"Ut i det blå" onsdagen den 17 juni.

Följ med på en resa som innebär att endast Anders & Bengt-Göran vet om våra besöksmål denna dag! Det blir en spännande dag med varierande besök och platser. Häng med om Du vågar!

Buss från **Nordmannavägen kl. 08.45** och **Medborgarhuset kl. 08.50**. Beräknad hemkomst ca. kl.17.00.

Tag gärna med frukt och ev. vatten om det är varmt.

Bindande anmälan till Bengt-Göran på telefon 073 091 46 64 mellan den 18 och 20 maj.

Pris: 595 kr. I priset ingår bussresa, entré, guider, lunch, eftermiddagsfika. Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast den 25 maj. Glöm inte att ange namn och B-G.

Slussar, kanaler och kultur i fagra Östergyllen 13–15 juli

Vi njuter av vackra båtresor på Göta kanal och på Kinda kanal och däremellan upplever vi gammal östgötsk kultur i Gamla Linköping och Vadstena. Resan anordnas av Kristianstad Buss. Dag 1: På väg mot Linköping gör vi uppehåll i Jönköping, där vi äter lunch på Restaurang Stugan i härliga omgivningar. Därefter åker vi den vackra vägen utmed Vättern. Framme i Gamla Linköping gör vi ett guddat besök i Friluftsmuseet som är ett av Östergötlands största besöksmål. Här blir historien levande och vi kan uppleva stad, land och skog som de var för hundra år sedan. Nu är det dags att bege oss till vårt hotell, Quality Hotel Ekoxen. På kvällen äter vi gemensam middag på hotellet. Dag 2: Göta kanal och Vadstena slott. Vi åker till Berg och stiger ombord på M/S Wasa Lejon för den populära dagsturen mellan Bergs slussar och Borensberg. Här får vi uppleva en av de vackraste delarna av Göta kanal med både slussar och akvedukter under 3 ½ timmars båttur. Ombord avnjuter vi en god lunch. I Borensberg väntar vår buss som tar oss till Vadstena, där

en guide möter oss för att visa Gustav Vasas Slott och Heliga Birgittas klosterkyrka. Därefter tar oss bussen åter till Linköping, där vi äter middag på hotellet.

Dag 3: Kinda Kanal och hemfärd. Efter frukost på hotellet checkar vi ut och beger oss på en underbar båttur på Kinda Kanal. Båten avgår från Linköping och tar oss genom vacker natur till Sturefors. Vi äter lunch ombord. Väl i land stiger vi ombord på bussen och börjar vår hemresa. Vi gör stopp på vägen för att sträcka på benen och kanske köpa något att äta.

Pris: 5 495 kr. med del i dubbelrum. Enkelrumstillägg: 795 kr. Priset gäller för minst 35 deltagare. I priset ingår: 2 frukostar, 3 luncher och 2 middagar. Båtturer på Kinda och Göta kanal. Guidning i Gamla Linköping och Vadstena. Reseledare.

Buss avgår från **Nordmannavägen kl. 07.00.**

Bindande anmälan till Elisabeth Lord tel. 070 712 35 72. Första anmälningsdag tisdag den 12 maj och senast lördag den 30 maj.

"Hjälten från Öresund" Fredriksdalsteatern söndag 2 augusti kl. 16.00



Det skrivs teaterhistoria när Eva Rydberg återvänder till Fredriksdal för sin avskedsföreställning. Det blir en rolig, musikalisk och fartfylld fars med Eva Rydberg, Claes Malmberg och en stor ensemble. En perfekt sommarkväll under bar himmel för både skratt och gemenskap.

Buss från **Nordmannavägen kl. 14.15** och **Medborgarhuset kl. 14.20.** Beräknad hemkomst kl.20.30.

Bindande anmälan till Elvy Brandt tel.070-624 40 79 .

Första anmälningsdag måndag 27 april senast fredag 22 maj.

Pris 690 kr. I priset ingår buss och teaterbiljett.

Betalning till bankgiro 326-7002 SPF Gamla Bjered senast fredag 10 juli. Glöm inte ange namn och Fredriksdal.

Bussresa till PRAG med besök i Berlin och Dresden 9-14 september

Arrangör: Rolfs resor



I den historiska landsdelen Böhmen i västra Tjeckien ligger Prag, "de hundra spiornas stad", vackert belägen vid floden Moldau. Vi reser dit med buss och övernattar i Berlin på vägen dit och hem. Vårt hotell i Prag är "Panorama by Verdi Hotels" i det lugna området Pankrác nära

shopping och restauranger. Ett detaljerat dagsprogram finns på vår hemsida, men här följer ett sammandrag:

Dag 1: Bjärred - Berlin. Vi startar från Nordmannavägen och kör mot Berlin via Gedser-Rostock. Vid femtiden checkar vi in på Relaxa Hotell**** som ligger nära Potsdamer Platz.

Gemensam middag på hotellet.

Dag 2: Berlin - Prag. Under en rundtur genom Berlin får vi veta mer om historien bakom byggnader och minnesmärken. Vi fortsätter söderut och når Prag framåt eftermiddagen.

Gemensam middag på hotellet.

Dag 3: Prag. Efter frukost ger vi oss av på en ca tre timmar lång promenad i Prag med lokalguide. Vi vandrar till fots genom gamla stan och ser bland annat de judiska kvarteren, gamla stadens torg med det astronomiska uret och Karlsbron, som spänner sina valv över floden Moldau. På eftermiddagen kan man ta del av Prags stora utbud av historia och kultur, strosa runt på de charmiga kullerstensgatorna kantade av kaféer eller kanske shoppa. Middag på egen hand.

Dag 4: Prag. Rundtur med lokalguide. Vi åker buss till Strahovklostret och tar oss sedan mot slottet. Vi vandrar genom borgområdet till S:t Vituskatedralen och det ståtliga kungliga slottet. Största delen av rundturen är till fots. Lagom till lunch stiger vi ombord på en flodbåt för en trevlig tur på Moldau, där vi

serveras en mindre lunchbuffé. Fri tid att utforska staden under eftermiddagen.

Dag 5: **Prag, Dresden, Berlin.** Frukost och avresa mot Berlin. Vi stannar för ett ordentligt lunchuppehåll i Sachsens stolta huvudstad Dresden. Staden brukar kallas "Florens vid Elbe" och har en historisk stadskärna som återskapats i all sin forna prakt efter att den ödelades i bombningarna 1945. Framåt sen eftermiddag når vi vårt övernattningshotell, Wyndham Garden Henningsdorf**** utanför Berlin. Middag på kvällen.

Dag 6: **Berlin - Bjärred.** Frukost och avresa till Rostock. I mån av tid stannar vi för inköp vid en gränshandel. Beräknad ankomst till Bjärred kl. 18.00.

Pris: 8 475:- per person i delat dubbelrum. För enkelrum tillkommer **2075:-** I priset ingår 5 frukostar, 1 lunchkryssning och tre middagar.

Anmälan till Elisabeth Lord från 3 mars till 27 mars
tel. 070-712 35 72

....

NATURPROMENADER OCH NATURVANDRINGAR

Vi tackar för trevliga samvaron med alla våra skogsvandrare genom många år. Tillsammans har vi tagit oss till fina och vackra naturområden i Skåne.

Tyvärr måste vi pausa vandringarna under våren p.g.a. viss ohälsa men vi ser fram emot att förhoppningsvis starta igen efter sommaren, alltså hösten 2026.

Kontaktperson Anders Tidholm tel. 073 620 16 51

MEDLEMSINFORMATION

Angående förmåner från IF och Skandia försäkringar se www.spf.se.

SPF Förbundet

Box 22574, 104 22 Stockholm

Tel: 08-692 32 50

e-post: info@spfseniorerna.se

SPF Skånedistriktet

Västergatan 15, 243 31 Höör

Tel: 0413-291 14

e-post: skanedistriktet@spfseniorerna.se

Medlemsregistret för SPF Seniorerna Gamla Bjered

När ni får ny mailadress eller nytt telefonnummer är det viktigt att anmäla det till vår **medlemsregisteransvarige** Bo Midhed,

Mejl: bo.midhed@gmail.com

Det går också bra att ändra det själv om man går in på "Mina Sidor" på vår hemsida.

GDPR

Behandling av personuppgifter inom SPF Seniorerna Gamla Bjered finns på hemsidan under anslagstavlan/personuppgifter

Styrelsen verksamhetsåret 2025



Ordförande
Annette Jörgensen
tel. 070 822 37 20
annette.jr@telia.com



Sekreterare
Christina Hedlund
tel. 070 835 90 59
ninnahedlund@gmail.com



Vice ordf.
Dennis Berkström
tel. 076 835 40 57
dennis.berkstrom@telia.com



Kassör
Christina Mörnstad
tel. 070 659 25 79
magnus.mornstad@insatnet.nu



Ragnar Jonson
tel. 070 829 05 76
ragnarjonson@hotmail.com



Annika Helsing
tel. 070 686 79 80
annika.helsingpersson@gmail.com



Rune Nordström
070 829 26 62

Eva Pålsson
073 541 34 30

BeGe Olsson
073 329 73 43

rune.nordstrom@insatsnet.nue pahlsson@outlook.com bege.olsson@gmail.com

Medlemsregisteransvarig:

Bo Midhed
bo.midhed@gmail.com

tel. 070 239 73 43

Pressombud:

Annette Jörgensen
annette.jr@telia.com

tel. 070 822 37 20

Program, tryckning m m:

Annette Jörgensen

tel. 070 822 37 20

Trafikombud.

Ragnar Jonson

tel. 070 829 0576

Cirkelgruppen:

Dennis Berkström

tel. 076 835 40 57

Mötesgruppen:

Christina Hedlund (huvudansvarig) tel. 070 835 90 59
Annette Jörgensen tel. 070 822 37 20

Säkerhetsgruppen:

Rune Nordström
Curt Hornemark
Lars Åke Svensson

tel. 070 829 26 62
tel. 070 525 93 81
tel. 070 676 44 35

Resegruppen

Elvy Brandt	tel. 070 624 40 79
Elisabeth Lord	tel. 070 712 35 72
Bengt-Göran Olsson	tel. 073 091 46 64
Eva Pålsson	tel. 073 541 34 30

Teknikgruppen:

Curt Hornemark	tel. 070 525 93 81
BeGe Olsson	tel. 073 329 73 43

Representanter i Kommunala pensionärsrådet (KPR):

Annette Jörgensen	tel. 070 822 37 20
Gull-Britt Melvanus	tel. 070 263 79 85
Monica Sandelin (ersättare)	tel. 076 243 46 82
Maud Grauers (ersättare)	tel. 073 038 51 51

Webbmaster:

Stellan Larsson	tel. 070 529 28 11
stellan.larsson@esselit.se	
Göran Magnusson	tel. 076 139 40 05
kgm@telia.com	

Revisorer:

Anita Köster (sammankallande)	tel. 070 728 54 60
Anders Åhnberg	tel. 070 839 40 58
Jan Axelsson (ersättare)	tel. 070 529 36 98

Valberedning:

Kristina Kinnman Stark	tel. 070 791 84 70
Christina Wadsten-Malm	tel. 070 657 70 82
Amy Åhnberg	tel. 070 252 20 01



Gamla Bjarred
Bjärred

Hedersledamöter:

Elvy Brandt

Britta Gottschalk

Vad händer i vår förening?

Svar får du om du går in på vår hemsida
eller vår facebook grupp, som alltid håller dig informerad.

www.spfseniorerna.se/gamlabjarred

Besöksadress: Föreningslokal i Medborgarhuset,
Lundavägen 2, Bjärred

Postadress: Lundavägen 2, 237 37 Bjärred

Bankgiro: 326-7002.

Swish: 1232177368

Organisationsnummer: 802530-1691

Ordförande: Annette Jörgensen

Telefon till ordförande: 070 822 37 20

E-post till ordförande: spf.bjarred@gmail.com