



**SPF Seniorerna Karlaplan
Box 10102, 100 55 Stockholm
www.spfseniorerna.se/karlaplan**

Besök gärna vår hemsida för senaste information.

**PROGRAM
Hösten 2017**

Våra månadsmöten äger rum

**i Historiska Museet, Narvavägen 13 - 17,
tisdagar, kl. 13.00.**

Mötesavgift 120 kronor (smörgås och kaffe).

Årsavgift 270 kronor

VÄLKOMMEN TILL VÅRA MÅNADSMÖTEN, STUDIEBESÖK OCH ÖVRIGA AKTIVITETER

Anmälan på e-post, telefon eller SMS till

Lillebil Björkman lillebullen@gmail.com
070-884 87 80 08-10 09 20

Birgitta Agazzi birgitta.agazzi@gmail.com
073-037 39 91

Till studiebesöken, gärna jämna pengar. Har du
anmält dig och fått förhinder – lämna återbud i tid!
Din anmälan är bindande och avgiften debiteras.

29 augusti Tisdag 13.00

Månadsmöte

**”Efter 7 månader med Trump,
vad händer nu?”**

Olle Wästberg reflekterar.

Anmälan senast 24 augusti.

14 september Torsdag 13.45

Studiebesök

Guidad tur i Filmstaden.

Greta Garbos väg 3 i Råsunda.

T-bana Näckrosen.

Kostnad 100 kronor.

Bindande anmälan senast 11 september.

19 september Tisdag 13.00

Månadsmöte

”Vem var Brännvinskungen?”

Rozita Auer berättar om sin morfars farfar,
entreprenören L.O. Smith.

Anmälan senast 14 september.

26 september Tisdag 13.00

Frågesport, aktivitet för hjärnan.

Vi tävlar i lag, dricker kaffe och har roligt.

Valhallavägen 148, rum 1. Kostnad 50 kr.

Anmälan senast 22 september till Birgitta Agazzi,
073-037 39 91, birgitta.agazzi@gmail.com.

4 oktober Onsdag 13.45

Studiebesök

Guidad visning **Scenkonstmuseet**.

Sibyllegatan 2.

Kostnad 100 kronor.

Bindande anmälan senast 2 oktober.

5 oktober Torsdag 15.00 – 17.00

Café Opera

Stockholmsdistriktet bjuder in till underhållning
och vin. Kostnad 100 kronor. **Ingen anmälan.**

17 oktober Tisdag 13.00

Månadsmöte

”Inte utan min mamma”.

Sissela Kyle berättar.

Anmälan senast 12 oktober.

7 november Tisdag 10.00 – 16.00

Seniordagen

Öppet hus. Östermalmsföreningarna och
stadsdelsnämnden bjuder in i Fältöversten, ingång
Valhallavägen 148, vid busshållplatsen
”Värtavägen”.

Program kommer senare på hemsidan och
med e-post.

Ingen anmälan. Fri entré.

21 november Tisdag 13.00

Månadsmöte

Årlig höstfavorit. **Svante Weyler** berättar om årets böcker. **Anmälan senast 16 november.**

23 november Torsdag 13.45

Studiebesök

I Alf Henriksons sällskap på besök i **Livrustkammaren. Catharina Grünbaum** och **Agneta Lundström** guidar oss.
Slottsbacken 3. Kostnad 100 kronor.
Bindande anmälan senast 20 november.

28 november Tisdag 13.00

Frågesport, aktivitet för hjärnan.

Vi tävlar i lag, dricker kaffe och har roligt.
Valhallavägen 148, rum 1. Kostnad 50 kr.
Anmälan senast 24 november till Birgitta Agazzi,
073-037 39 91, birgitta.agazzi@gmail.com.

6 december Onsdag 16.45

Studiebesök

”Konsten i Folksamhuset”. Bohusgatan 14.
Guidad visning. Kostnad 50 kronor.
Bindande anmälan senast 4 december.

12 december Tisdag 13.00

Månadsmöte

”Tre kungliga bröllop”. **Mertil Melin**,
f.d. hovstallmästare och chef för Hovstallet berättar.
Anmälan senast 7 december.

**Vårt första månadsmöte i vår äger rum tisdagen
16 januari 13.00 på Historiska Museet.**

ÖVRIGA AKTIVITETER

Vi samarbetar med

Studieförbundet Vuxenskolan. Se separat program.

RESOR se särtryck och hemsida.

TEATER

Genom Monica Dahlin kan du köpa biljetter till Stadsteatern, Dramaten, Folkoperan och Operan på ett enkelt sätt och med en viss rabatt. Erbjudandet gäller enbart via e-post. Mejla till exmid@swipnet.se och tala om vem du är, att du är medlem i SPF Karlaplan och att du vill ha erbjudanden om teater.

PENSIONÄRSRÅDET (SPR)

Margareta Thörnblom	073-946 95 44
Jan Mårdh	073-951 10 65
Mariana Nunez	076-888 92 52

FÖRENINGENS STÖDPERSON

Stödperson för hjälp vid kontakter inom äldreomsorgen.

Margareta Thörnblom	073-946 95 44
---------------------	---------------

VÄNTJÄNST

Kontakt med gamla och ensamma.

Vi gör en insats! Är du intresserad, ring

Kaisa Nord	08-783 67 65
------------	--------------

SYN- OCH HÖRSELOMBUD

(gemensam för Östermalmsföreningarna)

Yvonne Wendt	08-755 21 31
--------------	--------------

Hörsellinjen www.horsellinjen.se.

TRAFIKSÄKERHETSOMBUD

(gemensam för Östermalmsföreningarna)

Viveka Friberger	070-826 42 65
------------------	---------------

PROMENADER/STAVGÅNG

Tisdagar 10.00, från 19 september, Östra Station.

Torsdagar 10.00, från 21 september, Djurgårdsbron.

Kontakt: Ingegerd Wernersson 070-736 57 00

VANDRINGAR med Hedvig Eleonora Seniorerna.

Samling vid Flygarmonumentet på Karlaplan.

Ta med matsäck och dryck. Åter ca 15.00.

Ledare: Lillemor Lindberg 08-660 94 18

Pian Sköld 08-660 60 51

Onsdag 20 september, 09.50.

Kottlasjön och Långängen.

Onsdag 18 oktober, 09.50.

Brunnsviken runt.

MOTIONSGYMNASTIK

för seniorer, även herrar.

Torsdagar 09.00 – 10.00

OBS Ändrad tid!

7 sept. – 14 dec. Garnisonen, Karlavägen 100.

Ledare: Lilian Roslund 08-767 09 77

Kostnad 500 kronor 076-599 44 55

DATASUPPORT, digitala första hjälpen.

Onsdagar 10.00 – 11.00

Max 30 min. **OBS.** Boka tid en vecka i förväg,

08-508 307 30

Östermalms bibliotek, Valhallavägen 146, 2 tr.

PUB-TRÄFFAR

Onsdagar 15.00

The Londoner, Karlavägen 52-54.

13 september, 4 oktober, 8 november, 6 december.

Förmånligt pris.

MINGEL med övriga Östermalmsföreningar.

Torsdagar 15.00

Scandic Park, Karlavägen 43. Förmånligt pris.

DANSTRÄFFEN

Fredagar 13.00 – 16.00

8 september – 15 december.

Dansträffen ordnar eftermiddagsdans i Fältöversten, ingång Valhallavägen 148, vid busshållplatsen "Värtavägen".

Levande musik, se Karlaplans hemsida.

Kaffe/te och bröd ingår i priset. Kostnad 100 kr.

Annika Strandell 070-523 94 14

TÄVLINGSBRIDGE

Torsdagar 10.15

Fasta par. Från 31 augusti. Platser lediga.

Östermalms Föreningsråd, Valhallavägen 148.

Anmälan till

Leif Persson 070-517 50 99

Siv Tollemar 08-97 11 41

ADVOKATJOURN

Måndagar 17.00 – 19.00

Kostnadsfri rådgivning under ca 15 minuter.

Ring och boka 08-508 307 30 från kl 10.00 aktuell dag.

RABATTER OCH AVTAL

Lokalt på Östermalm har vi ett antal attraktiva rabatter. Vi har också ett antal erbjudanden, som förmedlas genom såväl SPF-Distriktet som SPF-Förbundet. Se hemsidan www.spfsenionerna.se/karlaplan.

Vi tar gärna emot tips och synpunkter på programinnehåll.

STYRELSEN SPF SENIORERNA KARLAPLAN

Ordförande

Inger Öhman 070-231 16 92
inger.oehman@anates.se

Vice ordförande

Anders Rickardsson 08-664 41 81
anders.rickardsson@comhem.se 073-619 83 51

Styrelsesekreterare och Rabatter

Elisabeth Starby 08-428 71 048
lisastarby@gmail.com 070-884 81 35

Kassör och Medlemsansvarig

Margareta Östlind 08-20 52 50
margareta.ostlind@gmail.com 070-831 01 89

Program och Vuxenskolan

Lillebil Björkman 08-10 09 20
lillebullan@gmail.com 070-884 87 80

Hemsida, Frågesport och Program

Birgitta Agazzi 073-037 39 91
birgitta.agazzi@gmail.com

Rabatter

Birgitta Hagström 070-292 57 47
birgitta@hagstrommgmt.com

VALBEREDNING

Kerstin Danielsson
kerran.danielsson@gmail.com 070-884 78 02
sammankallande

Hans Lindberg 073-022 14 62
hans.r.lindberg@gmail.com