



Knivsta

Vår- och sommarprogram 2026

Här erbjuds du trivsamma
månadsmöten, gemenskap i studiecirklar,
och resor till spännande platser.

Äppelmarknad på Eda Lägersgård

SPF Seniorerna i Knivsta är en röst för alla seniorer

Släpp tankarna loss det är vår!

Var med i en ny vårresa som kan innefatta deltagande i redan lockande aktiviteter som erbjuds i detta vårprogram. Kom gärna med egna förslag och idéer på aktiviteter som kan vara intressanta för fler deltagare på orten.

Vår förening driver även frågor om boende, hälsa, omvårdnad och anhörigstöd, trafikmiljöer etc. i samtal med Knivsta kommun inom KPR - kommunala pensionärsrådet. En möjlighet att påverka! Vad kan bli bättre i din boendemiljö! Varmt välkommen till att byta tankar och idéer i gemenskap med oss!

Annegret Stackenström
ordförande

STYRELSE

Ordförande:

Annegret Stackenström

Tel: 070-6848522

annegret.stackenstrom@telia.com

Vice ordförande:

Birger Eriksson 070-6407157 birger.eriksson47@gmail.com

Sekreterare:

Lena Larsson 070-7961667 lena55elisabeth@gmail.com

Kassör/medlemsreg:

Maj Lis Askebro 070-8440522 majlis.askebro@outlook.com

Digitaliseringsombud:

Margareta Lindberg 070-4616907 marg.lind.ml@gmail.com

Ledamöter:

Tord Eriksson 070-6393646 torde46@gmail.com

Anne-Marie Morhed 072-7410788 anne-marie.morhed@knivsta.se



Föreningsinfo

SPF Seniorerna Knivsta har idag ca 418 medlemmar.

Vi är en av landets cirka 700 föreningar i förbundet SPF Seniorerna som är en partipolitiskt och religiöst obunden medlemsorganisation för alla som har rätt till pension i Sverige oavsett ålder.

SPF seniorernas prioriterade frågor är äldres ekonomi, hälsa och omsorg, boende och rätt att arbeta.

MÅNADSMÖTEN

På månadsmötena serveras alltid kaffe med smörgås.

Alltid lotteri.

Inträde: 70 kr, betala gärna med swish.

Ingen föranmälan behövs om inget annat anges.

Swish: 1234 38 3808

VÅRA FESTER

Vid vissa aktiviteter t.ex. kommande vårfest, då det serveras mat och dryck behövs föranmälan.

Antingen till den som är ansvarig för evenemanget eller i pärmarna på månadsmöten.

Anmälan är bindande. En avgift på 100 kr debiteras om man uteblir utan anledning.

SÅ NÅR DU OSS

Föreningens hemsida: www.spfseniorerna.se/knivsta

Föreningens Facebooksida: SPF Seniorerna Knivsta

SPF-appen: Ladda ner appen i din telefon och säg "ja" till notiser.

Då kan du läsa alla nyheter som läggs ut från SPF: förening, distrikt och förbund, direkt i din telefon.

Föreningens bankgiro: 847-3282.

Swish: 1234 38 3808

Ändring av adress, telefon eller e-post anmäls till Maj Lis Askebro.

E-post: majlis.askebro@outlook.com Tel: 070-8440522

Månadsmöten och aktiviteter

Vid varje månadsmöte tar ordförande Annegret Stackenström upp olika juridik- och konsumentfrågor.

FEBRUARI

Tisdag 24/2 kl.13.00 Gemensam lunch på Grekens Taverna

Vi träffas en gång i månaden för en gemensam lunch och trevlig samvaro. Tid och plats bestäms vid varje lunch. Ingen föränmälan.

MARS

Måndag 9/3 Månadsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Bengt Sandblad professor emeritus i människa-datorinteraktion vid Uppsala universitet kommer och berättar om AI, hur det påverkar oss. Kaffe, smörgås och lotteri.

APRIL

Söndag 12/4 Vårfest hos restaurang Bistro Kvarnen kl. 17.30

Mat och musikunderhållning. En lokal musikgrupp står för underhållningen ”LARSSON & LARSSON”. I priset ingår italiensk buffé och ett glas vin, öl, eller alkoholfritt alternativ. Pris: 320 kr.

Lotteri och frågequiz. Anmälan i pärmarna eller direkt Birger 070-6407157 e-post birger.eriksson47@gmail.com Sista anmälan 4/4.

Fredag 17/4 Modevisning i Tilassalen i kommunhuset kl. 13.30

Seniorshop och Jobi-skor ordnar med modevisning och försäljning av sina kollektioner. I samarbete med SPF, PRO och Lyckträffen.

Måndag 20/4 Månadsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Doris och Torsten Karlsson kommer och berättar och visar bilder om Knivstaskalden Olof Thunman. Ett sammanhängande program med majmötet, då vi får höra hans visor. Kaffe, smörgås och lotteri.

MAJ

Måndag 25/5 Månadsmöte.

Silllunch i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

”AKO o GROSSE” Anna-Karin Oldeberg och Anders Grotherus kommer och underhåller oss med visor av Olof Thunman med flera. Silllunch serveras med kaffe och kaka. Lotteri. Anmälan i pärmarna eller direkt Birger 070-6407157 e-post birger.eriksson47@gmail.com Sista anmälan 18/5

JUNI

Onsdag 10/6 Grillfest vid elljusspåret kl. 17.00

Ta med den mat och dryck du vill ha så ordnar vi med grillkol till grillen. Ingen föranmälan, men vi hoppas på samma goda uppslutning som förra året. Ta gärna med en stol så att ingen behöver stå. Tipsrunda ordnas.

AUGUSTI

Tisdag 18/8 en tvådagarsresa till Hälsingland med Högbergs BUSS. Avresa från Knivsta C mot Alfta. Här finns tre ståtliga Hälsingegårdar där vi blir guidade och får veta mer om dåtidens fester och kalas. Därifrån till Järvsö och Stenegården, besökscentret för världsarvet Hälsingegårdar med Lill-Babs museum. Övernattning på Bergshotellet i Järvsö.

Dag 2 blir första stoppet Växbo Kvarn och besök på linneväveriet Växbo Lin med fabriksbutik att fynda 100-procentiga linprodukter, både 1:a och 2:a sortering. Vi får också en guidad tur i dagens moderna väveri. Hemkomst beräknas till tidig kväll. **Sista dag för anmälan 18/6.**

SEPTEMBER

Måndag 7/9 Månadsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Jan von Schewen, släkting till den kände Kalle Schewen i Evert Taubes visa, kommer och kåserar om Evert Taube med flera. Vi hoppas på lite allsång också som Jan kan leda. Kaffé. smörgås och lotteri.

Goda skäl att bli SPF-medlem!

Trivsamma **månadsmöten** med musikunderhållning, intressanta föreläsare, information om kommande konst-och kulturupplevelser. Gemenskap i **aktiviteter** som gåfotboll, boule, bridge, körsång. Träffa nya vänner i **studiecirklar** - ett axplock - Iphone/Android-cirkel, samtal i vardagen, låt dig inte luras, vinets historia, whiskyns historia. Du hittar fler på nästa uppslag.

Engagera dig i **KPR-kommunala pensionärsrådet** och var med och påverka Knivsta kommun för oss äldres bästa.

Deltag i **SPF Knivstas resor**. Flera anordnas under året, allt från endags- till flerdagsresor i vår omnejd till 7-10-dagars utlandsresor.

Bli medlem här och nu:

Scanna QR-koden här intill.

Fyll i dina uppgifter.

Skicka.

Klart! Välkommen!

Eller gå in på webben:

www.spfseniorerna.se/blimedlem

Medlemsavgiften är 320 kr/år och betalas till förbundet.

I avgiften ingår tidningen Seniorens med nio nummer per år.





Knivsta

Programkommittén

Har du förslag på aktiviteter eller program till våra månadsmöten - tveka inte - kontakta oss!

Lennart Söderberg 070-6066217 k.lennart.soderberg@hotmail.com

Birger Eriksson 070-6407157 birger.eriksson@47gmail.com

Eva Lindqvist 076-8043960 eva.k.lindqvist@gmail.com

Gunnar Nilsson 070-5880998 gunnar@plantres.se

Göran Nilsson 070-6349060 goran.nilsson.knivsta@gmail.com

Ulrika Danner-Andersson:

070-6806357 ulrikahealing@gmail.com

Studiekommittén

Har du förslag på fler cirklar? Studiekommittén tar tacksamt emot nya ämnen till cirklar!

Kristina Odén 073 045 76 28 kristina.oden1944@gmail.com

Sten Arnekrans 070 866 94 23 stenarnekrans@gmail.com

Anne-Marie Morhed 072 741 07 88
anne-marie.morhed@knivsta.se

Christer Lenke 070 450 21 69 christer.lenke@telia.com

Studiecirklar våren 2026

SPF Seniorena Knivsta samverkar med Studieförbundet Vuxenskolan. Vi samverkar också med Lyckträffen, som har sina lokaler vid Sågverkstorget 10A i Knivsta.

SLÄKTFORSKNING

En föreläsning planeras under våren. Information kommer i månadsbladet.

BOKCIRKEL

Vi startar vår bokcirkel onsdagen den 21 jan, kl 10.00.

Plats: Kvarterslokalen på Timotejvägen. Ledare: Maj Lis Askebro, 070 844 05 22

IPHONE/ANDROIDCIRKEL

Startar den 4 feb, kl 13.00. Anmälan kan lämnas i programpärmarna eller till kursledarna. Plats: Torpängsgatan 8

Ledare: Margareta Lindberg, 070 461 69 07 och Maj-Lis Askebro, 070 844 05 22

SPF-KÖREN

Startar tisdagen den 20 jan, kl 14.00-16.00 och träffas jämna veckor. sjunger visor, ofta flerstämmigt. Nya medlemmar är välkomna!

Plats: CIK-boden

Körledare: Kristina Westas, 070 573 02 43

VINETS HISTORIA

Torsdagsgruppen: start den 12 februari kl 13.00

Plats: Torpängsgatan 8

Fredagsgruppen: start den 6 mar, kl 13.00.

Plats: Gula ladan Plommonvägen 124

Ledare: Birger Eriksson, 070 640 71 57

WHISKYNS HISTORIA

Fredagar; 20 feb, 20 mar och 17 apr, kl 13.00. Anmälan till Tord eller i pärmarna. Plats: Torpängsgatan 8

Ledare: Tord Eriksson, 070 639 36 46

TALBOKCIRKEL

Vänder sig till talboksälskare i allmänhet och synskadade i synnerhet. Fredagar kl 10.00-12.00. 23 jan, 20 feb, 20 mars och 24 april. Plats: Körsbärsträdgården, biblioteket, Knivsta.
Ledare: Sten Arnekrans, 070-866 94 23

SAMTAL I VARDAGEN

Tisdagar, kl 13.30-15.00. 10, 17 och 24 feb samt 3, 10, 17 mars.
Kontakta Britt-Marie för mer information.
Plats: Lyckträffen
Ledare: Britt-Marie Lööf, 070-250 23 77

DIABETESGRUPPEN

Onsdagar den 18 mars och 29 april, kl 14-16. En dietist kommer till en av träffarna. Plats: Lyckträffen
Ledare: Britt-Marie Lööf, 070-250 23 77

EXISTENTIELLA FRÅGOR KRING ATT VARA MÄNNISKA

Vi startar tisdagen den 27 januari och fortsätter den 10 och 24 februari samt 10 och 24 mars, kl 13.00-15.00.
Max 8 personer. Plats: Lyckträffen. Anmälan i pärmen eller på Lyckträffen.
Ledare: Kristina Odén, 073-045 76 28

LÅT DIG INTE LURAS

Hur kan jag förebygga risken att bli utsatt för brott? Tisdagar kl 13.00-15.00 den 28 apr, 12 och 28 maj.
Plats: Lyckträffen
Ledare: Sten Arnekrans, 070 866 94 23 och Clas Sandgren

OM KRISEN ELLER KRIGET KOMMER

En cirkel för samtal för att ge varandra tips, idéer och styrka.
Fredagar kl 9.30-12.00. 27 februari, 13 och 27 mars samt 10 april.
Plats: Lyckträffen Ledare: Sten Arnekrans, 070 866 94 23

Fritidsaktiviteter

BOULE

Sommarhalvåret

Måndag, Onsdag 10.00-13.00 banan vid CIK. 09.45 lottningsavlag.

Tisdagar 10.00-13.00 banorna vid Blå Wingen i Husby-Långhundra.

Vinterhalvåret

Spel i Fyrislundshallen i Uppsala, **tisdagar** kl 09.00-12.00 samt **onsdagar** kl 11.00-14.00

Aktivitetsansvarig: Agneta Johansson tel: 070-6110308.

BRIDGE

Torsdagar 13.00-16.00 i kvarterslokalen på Högåsvägen 17.

Aktivitetsansvarig: Annika Övernäs tel: 070-4415279.

GÅFOTBOLL

Torsdagar kl 15.00-16.00. På vintern i Hälsöhuset i Knivsta.

På sommaren på Engvallen tillsammans med PRO och KIK.

Aktivitetsansvarig: Christer Gustavsson tel: 073-8770020.

RULLSTOLSPROMENAD

Onsdagar. Vill du göra en värdefull insats och ge de boende på Estrids och Vilhelms gård möjlighet att få en promenad?

Kl 09.30 samling på Lyckträffen för mingel och fika.

Start på promenaden kl 10.15.



Boulebanan vid CIK

Övriga aktivitetsansvariga

GOLF	Claes Hammarling	070-5256322
KÖKSANSVARIG	Maud Johansson	070-2723744
MÖBELANSVARIG	Claes Litsner	070-5844976
FRISKVÅRD	Kerstin Blomkvist	072-2051936
HÄLSOOMBUD	Kristina Odén	073-0457628
TRAFIKOMBUD	Tord Eriksson	070-6393646
LYCKTRÄFFEN	Lena Larsson	070-7961667
HEMSIDAN	Agneta Johansson	070-6110308
FACEBOOK	Lena Larsson	070-7961667
KULTUROMBUD	Eva Lindqvist	076-8043960
SPF-KÖREN	Kristina Westas	070-5730243
	Ragnhild Brandt	018-341392
MARKNADSKOMMITTÉN		
	Tord Eriksson	070-6393646
	Conny Granell	



I år går höstens resa till Toscana i Italien

2026, i månadsskiftet september/oktober, går SPF Knivstas utlandsresa till Italien. Bland annat blir det under en eftermiddag besök i byn Greve in Chianti (t.v.) och t.h.på vingården Terrano utanför byn.

Förra hösten, 2025, var resmålet Spanien

Tv. Mamaspindeln, ca nio meter hög, utanför Guggenheimmuseet i Bilbao. Av konstnären Louise Bourgeois.Th. en av fyra hängfärjor som finns kvar i världen. Den äldsta här vid Biscayabron i Bilbao.



I samarbete med

**Studieförbundet
Vuxenskolan**