



Knivsta

Höst- och Vinterprogram

2026-2027

Här erbjuds du trivsamma månadsmöten,
gemenskap i studiecirklar
lunchträffar och mycket mer.

V. Ångby frostmorgon

SPF Seniorerna i Knivsta är en röst för alla seniorer

Hej alla vänner i SPF!

Nu nalkas en tid med mindre solsken, varma kvällar och höga temperaturer! Återstår en härlig tid med frisk luft, tid för läsning, handarbete, förverkligande av idéer och intressen som inte blivit förverkligade ännu, men som kanske grott några år.

Nu är det dags! Ta del av alla aktiviteter och intressanta kurser som erbjuds, såväl för hjärnan som för kroppen!

Varmt välkomna att botanisera i höstens utbud!

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 400 medlemmar och är en av landets cirka 700 föreningar i förbundet SPF Seniorerna, som är en partipolitiskt och religiöst obunden medlemsorganisation för alla med 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. vår- och höstfester och månadsmöten då det serveras mat och dryck behövs föranmälan.

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

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.

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. Kaffe, smörgås och lotteri.

OKTOBER

Måndag 12/10 Höstcafé i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30–15.30

Musikunderhållning, fritt inträde. Arrangörer SPF och Sv. Kyrkan.

Måndag 19/10 Månadsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Erik "WAFPE" Walfridsson seniorkomiker från Uppsala underhåller oss. Sten Arnekrans berättar om funktionsrätt: "om att få en funktionsnedsättning". Kaffe, smörgås och lotteri.

Fredag 23/10 Modevisning i Tillassalen, Kommunhuset kl 13.30

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

NOVEMBER

Måndag 16/11 Månadsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Per Davidsson från Uppsala, berättar och spelar upp musik av Jerry Williams på ett inspirerade och roligt sätt. Kaffe, smörgås och lotteri.

DECEMBER

Torsdag 3/12 Julbord på Särsta Wärdshus. Kl. 13.00

Klassiskt julbord med måltidsdryck. Specialpris 650 kr. Betalas på plats + eventuell annan dryck.

Anmälan i pärmarna eller direkt till Lennart 070-6066217.

e-post: k.lennart.soderberg@hotmail.com. Sista anmälan 23/11.

Måndag 14/12 Månadsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Luciatåg från Kulturskolan med PRISMA-kören.

Julgröt, skinksmörgås, kaffe, pepparkaka, glögg och lotteri.

Föranmälan i pärmarna eller direkt till Birger 070-6407157.

e-post birger.eriksson47@hotmail.com Sista anmälan den 7/12.

JANUARI

Onsdag 13/1 Tjugondagknut i Tillassalen Kommunhuset

kl. 13.30. Musik och dansunderhållning. Arrangörer Lyckträffen, SPF, Röda Korset och Svenska Kyrkan.

Måndag 18/1 Månadsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Åke Pålshammar psykolog och jubeldoktor från Uppsala.

Känd föredragshållare om hjärnan. Han kommer att prata om hjärnans åldrande under rubriken "HJÄRNAN I FOKUS".

Kaffe, smörgås och lotteri.

FEBRUARI

Måndag 15/2 Årsmöte i S:ta Birgittakyrkan kl. 13.30

Sedvanliga årsmötesförhandlingar. SPF-kören underhåller.

Kaffe, semla och lotteri. Fritt inträde

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 (350 kr/år 2027) och betalas till förbundet. I avgiften ingår tidningen Seniorens med 9 nr per år.



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

ulrikashealing@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 hösten 2026

SPF Seniorerna Knivsta samverkar med Studieförbundet Vuxenskolan. Vi samverkar också med Lyckträffen, som har sina lokaler vid Sågverkstorget 10A i Knivsta. Denna termin utgår iPhone/Androidcirkel och Låt dig inte luras.

SLÄKTFORSKNING

Släktforskning för nybörjare. Vi forskar i programmet Arkiv Digital. En licens för varje deltagare ingår i studiecirkeln.

Tisdagar, kl 14.00-16.15, med start 22/9, 6/10, 20/10, 3/11, 17/11 och 1/12. Kostnad ca 500 kr.

Plats: Gula ladan på Plommonvägen 124.

Ledare: Majlis Lundblad, 070-554 22 72.

BOKCIRKEL

Vi startar vår bokcirkel onsdagen den 19 augusti kl 10.00.

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

SPF-KÖREN

Startar tisdagen den 1 september, kl 14.00-16.00 och träffas varannan vecka hela hösten. Vi sjunger visor, ofta flerstämmigt.

Nya medlemmar är välkomna! Plats: CIK-boden.

Körledare: Kristina Westas, 070-573 02 43.

VINETS HISTORIA

Fredagar med start den 16 oktober kl 13.00.

Plats: Gula ladan Plommonvägen 124.

Ledare: Birger Eriksson, 070-640 71 57.

WHISKYNS HISTORIA

Vi lär oss historien om whisky, olika destillerier, tillverkning, lagring mm och provar sex whiskyklassiker under cirkeln, 2x3 cl per gång.

Vi startar om antalet deltagare blir 12 till 15 deltagare. Kostnad ca 500 kr per person. Torsdagar, kl 15.00; 8/10, 5/11 och 3/12.

Plats: Torpängsgatan 8. Ledare: Tord Eriksson, 070-639 36 46.

TALBOKCIRKEL

Vänder sig till talboksälskare i allmänhet och synskadade i synnerhet. Måndagar kl 10.00-12.00. med start den 7 septmber.

Plats: Underlandet, biblioteket, Knivsta.

Ledare: Sten Arnekrans, 070-866 94 23.

KLIMATPSYKOLOGI

Samtal kring klimatet baserat på kurslitteratur från Studieförbundet, bl.a. böckerna: Klimatpsykologi, hur vi skapar hållbar förändring, samt Flygpratarguiden. Onsdagar med start den 30 september, kl 10.00-12.15 och därefter varje vecka, sju tillfällen.

Plats: Lyckträffen

Ledare: Birgit Sjövall 073-715 41 19

SAMTAL I VARDAGEN

Tisdagar, kl 13.30-15.00 Start 22/9, 29/9, 6/10, 13/10, 20/10 samt 27/10. Plats: Lyckträffen.

Ledare och mer information: Britt-Marie Löf, 070-250 23 77

DIABETESGRUPPEN

Tisdagen den 3 november kl 14.00. Plats: Lyckträffen.

Ledare: Britt-Marie Löf, 070-250 23 77.

EXISTENTIELLA FRÅGOR

Om att vara människa. Tisdagar kl 13.00-15.00 med början 6/10, 20/10, 3/11, 17/11 och 1/12. Max 8 personer. Plats: Lyckträffen.

Anmälan i pärmen eller på Lyckträffen.

Ledare: Kristina Odén, 073-045 76 28.

OM KRISEN ELLER KRIGET KOMMER

En cirkel för samtal för att ge varandra tips, idéer och styrka.

Onsdagar kl 13.00-15.15. 23/9, 14/10 och 28/10.

Plats: Fridhem, Lagga. Ledare: Sten Arnekrans, 070-866 94 23.

Fritidsaktiviteter

BOULE

68 lag från Uppland och Åland startade i årets Panterboule. En av de äldsta och största pensionärstävlingarna inom Boule i Uppland. Tävlingen startade på våren 2026 och avslutades nu i augusti. Knivstas lag - se bilden nästa sida - tog hem hela tävlingen! Kom och spela med oss! Nybörjare eller erfaren? Du är välkommen!

Sommarhalvåret

Måndag, Onsdag 10.00-13.00 banan vid CIK. 09.45 lottning av lag. **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

Onsdagar 13.00-16.00 i kvarterslokalen på Högåsvägen 17.
Aktivitetsansvarig: Annika Övernäs tel: 070-4415279.

GÅFOTBOLL

Torsdagar kl 15.00-16.00. Från oktober i Hälsohuset i Knivsta. På sommaren på Engvallen tillsammans med PRO och KIK.
Aktivitetsansvarig: Christer Gustavsson tel: 073-8770020.

RULLSTOLSPROMENAD

Onsdagar. Vill du göra en värdefull insts och ge de boende på Estrids och Vilhelms gård möjlighet att få en promenad? Kl 09.30 samling på Lyckträffen för mingel och fika. Promenadstart kl 10.15

Ett av
Knivstas
lag
vann
Panter-
boulén
i Uppland
2026



Vinnare: Magnus Bäckstrand, Caj Ström,
Karita Ström och Rune Karlsson

G
R
A
T
T
I
S

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	

Ett axplock ur årets aktiviteter



Sommarens första grillfest, en resa till Lena Linderholm i Strängnäs, sångstund med Ako och Grosse, hörde om Olof Thunman, om planer på släktforskning och våra politiker frågades ut inför valet i höst.



I samarbete med

**Studieförbundet
Vuxenskolan**