

SPF är en partipolitiskt obunden organisation som samarbetar med många för att skapa ett bra samhälle för pensionärer. Vi är ca 1 100 medlemmar i vår förening och vi har vår knutpunkt i Wennerbergsgården men finns också på många andra platser i Lidköping.

Vi organiserar plattformar för

- information
- utbildning
- hälsofrämjande aktiviteter
- sociala kontakter
- resor

Våra aktiviteter



Bordtennis i Idrottens Hus. IFK Lidköping organiserar veteranpingis tisdagar kl 08.30 och torsdagar kl 16.00. 30-40 gubbar ingår men även damer är välkomna. Kontaktperson: Rolf Johansson 070-328 05 40.

Boule spelas vintertid i Sockerbruket och sommartid på Lidköping Boulebanor (vid bandyhallen). Kontaktperson: Sven Sahlsten 070-812 00 33.

Bowling spelas måndagar kl 13.00-14.00 i Bowlinghallen på Kinnegatan. Kontaktperson: Jörgen Johansson 070-766 28 92.

Bridge spelas vintertid veckans alla vardagar i Wennerbergsgården. Det spelas både förmiddagar och eftermiddagar samt även måndag kväll. Sommartid spelas varje måndag och torsdag eftermiddag. Kontaktperson: Svante Johnsson 070-346 64 36.

Café 15 (börjar kl 15.00) hålls en gång i månaden på torsdagar i Wennerbergsgården. Program annonseras i NLT under "Föreningsklubban". God fika ingår alltid. Kontaktperson: Kerstin Andersson 073-707 46 98.

Canasta kortspel utövas vintertid varje tisdag och onsdag i konferensrummen i källaren på Wennerbergsgården. Speltid kl 10-13. Kontaktperson: Barbro Jorstig 073-638 70 99.

Gymnastik och styrka tränas hos Friskis o Svettis på Sockerbruksgatan 1. SPF-grupp tränar tisdagar kl 10.30. Kontaktperson: Karin Magnusson 072-322 97 92.

Mattcurling spelas hos Föreningen Lidköpings Kampsport, Sockerbruksgatan 3, tisdagar kl 13.30. Kontaktperson: Karl-Evert Andersson 070-388 11 23.

Morgonvandringar måndagar och torsdagar kl 09.00 året runt. Start och samling vid Tennishallen. Kontaktperson: Gunilla Andersson 073-028 92 19.

Medlemsmöte för intresserade medlemmar i Restaurang 1934, Sparbanken Lidköping Arena. En gång per månad och oftast andra torsdagen kl 16.00. Program annonseras under "Föreningsklubban" i NLT veckan före månadsmöte. Kontaktperson: Kerstin Andersson 073-707 46 98.

Naturvandringar genomförs under vår och höst i lagom tempo på någon av vandringslederna i Lidköpings närhet. Kontaktperson: Åke Nordström 070-885 83 31.

Resor och studiebesök genomförs löpande. Information om resor lämnas på månadsmöten, på hemsidan och i Wennerbergsgården. Resekommitténs kontaktperson: Jonny Thim 070-590 76 82.

Vattengympa i Badhuset 10-12 gånger per termin på tisdag eftermiddag. Kontaktperson: Kerstin Djupström 070-930 93 83.

Veteranvetartävling mot andra SPF-föreningar. Ett eller flera tremannalag kan tävla. Kontaktperson: Maj Sandgren 070-395 85 87.

Studiecirklar i biblioteket i Wennerbergsgården:

- **Samtalsgrupper** – Två grupper träffas varannan måndag kl 15.00 och samtalar om existentiella frågor, vardagliga situationer och dagsaktuella händelser. Kontaktperson: Alf Lindblad 072-331 78 79.
- **Litteraturgrupper** – Två grupper talar om böcker kl 16.00 fem tisdagar per termin. Kontaktperson: Karin Magnusson 072-322 97 92.
- **Musik** – Fem måndagar kl 10.30 per termin (klassiskt, jazz, visor och liknande). Kontaktperson: Björn Ekblom 070-320 25 27.
- **Vinkurs** – Arrangeras ibland. Kontaktperson: Bengt Hjernestam, 070-314 00 08.

Kommunala Pensionärsrådet, KPR

Pensionärsrådet är viktigt för pensionärsorganisationerna i Lidköping. Som representant kan vi påverka planering och utveckling för Lidköpings seniorer.

Bedrägerier mot äldre

Försök inte lura mig. Information om hur man kan skydda sig mot bedrägerier. Se länk på hemsidan.

Hemsida: www.spf.se/lidkoping

