



Månadsblad - September 2023



Välkomna till höstens första Månadsmöte tisdagen den 5 september kl. 10.30!

OBS! Ändrad möteslokal under hösten OBS!

Vår tillfälliga möteslokal är Equmeniakyrkan, Citrusgatan 16 i Fiskebäck!

Parkering finns utanför kyrkan. Kommer du med buss nr 90 så är närmaste hållplats Björnåsgatan.

Äldrekonsulterna Hilda Esping och Maja Wallsson från Hälsofrämjande- och förebyggandeenheten i sydväst i Göteborgs stad kommer till oss Göteborgs stad kan göra mycket för dig som senior - när du behöver det! Du får information om anhörigstöd, Mötesplatser, Fixartjänst, Bibliotek med mera.

Därefter kommer Kerstin Segesten att ge en kort information om SPFdistriktets Äldrepolitiska kommitte och de olika pensionärsråden. Vidare informerar Jan Lindberg kort om Bridgen vid Västerträffen.

Det blir också fika, med landgång och kaka, information och lotteri.

Vaccinerad så klart!

Vårt förbund SPF Seniorerna anser att alla som deltar i aktiviteter i vår organisation bör vara vaccinerade, oavsett gruppens storlek.

Anmälan till mötet senast lördagen den 2 september kl.12.00 till Ulla Ulveskog, i första hand via e-post ulla.ulveskog@telia.com, i andra hand SMS till 070-3491208 eller tel. 031-291208 eller till Eva Åstrand eva.s.astrand@telia.com, SMS till 070-2623513.

Mötesavgiften är 80 kronor.

Lunch på restaurang Storseglet

Vi har gemensam lunch på restaurang Storseglet på Redegatan 1. De som vill ses där tisdagen den 19 september kl. 12.30. Ingen anmälan behövs.

Kurs i Hjärt-Lungräddning *Eva Ljung*

Studieverksamhet Kurs i Hjärt-Lungräddning Tid: Tisdag den 10 oktober kl 9:30-13:00 inkl 30 minuters rast. Lokal: VIP-lokal i Önneredshallen, Påvelund Montionscenter Kostnad: ca 250,- Kursledare från Riksförbundet HjärtLung i Göteborg. Anmälan till: Eva Ljung, ewa.ljung@yahoo.se eller tel. 070-598 56 59 senast den 6 september. Ange namn, telefonnummer och e-postadress vid anmälan.

OBS! Anmäl er nu "på riktigt" även om ni tidigare skrivit på intresseanmälan. Max 7 personer/utbildningstillfälle, så om det blir fler anmälda kan det eventuellt bli två kurstillfällen. Kursen hålls i samarbete med Studieförbundet Vuxenskola

Promenad

Tisdag 12 september promenerar vi runt Sisjön (**OBS ändrat datum**). Vi träffas vid OK Q8 Käringberget kl. 10.15 för samåkning. Hör av dig om du har plats i bil alternativt vill åka med någon. Gratis parkering finns på V. Palmgrensgatan. Kollektivt kan man ta Buss 83 Läge J från Frölunda Torg till Askims Svartmosse, avgång kl. 10.20 (framme kl. 10.36). Vi börjar gå från parkeringen kl. 10.40.

Sträckan är ca 3 km med några få backar. Tag med fika för vi stannar för en fikapaus på någon av rastplatserna! Vid frågor kontakta någon av oss Eva Åstrand tel. 070 262 35

13 eva.s.astrand@telia.com Margaretha Grahn tel. 072 235 38

99 margarethagrahn47@gmail.com eller Ulla Nelson tel. 070 237 37

95 ulla.nelson1@gmail.com.

Vid hopplöst väder, kraftigt regn och blåst får vi försöka vid senare tillfälle. Nu hoppas vi på att många vill ut i härlig natur tillsammans med oss /Eva, Margaretha och Ulla

Resa till Tyskland

Det finns platser kvar till höstens resa.

Vi reser måndagen den 25 september på en 7-dagars resa med KOMFORT RESOR .

Vi besöker bland annat Spreewald med Berlin, Dresden, kanaler, vinodlingar och pumpor.

Pris: 11950 kr Enkelrumstillägg: 2 750 kr

Anmälan till Barbro Engbom b.engbom@gmail.com

"Den utförliga beskrivningen av resan fanns med som bilaga till Månadsbladet för April"

*Hjärtliga hälsningar Styrelsen
genom Arne Person*

SPF Seniorerna Linje 9 Göteborg c/o Ordf.: Pernilla Knutsson 14 02 68

Plusgiro: 83 06 53-2

Pernilla Knutson Tånguddsbacken 19 Sekr.: Margaretha Grahn

www.spf.se/linje9

426 72 Västra Frölunda

Kassör: Anders Hole 29 12 08

pernilla_knutsson@hotmail.com

margarethagrahn47@gmail.com

anders.hole@telia.com