



HÖSTPROGRAM 2026



Varmt välkommen till våra aktiviteter

Medlemsmöte första onsdagen i månaden (utom juni-juli)

Tid: 13.00 – ca 15.30

Plats: Folkan, Matfors

Pris: 80 kr vid vanligt medlemsmöte.

Anmälan: Ingen anmälan vid medlemsmöte.
Anmälan vid Vår- och Höstfest via länk på
hemsidan alt angivet telefonnummer.

Aktiviteter annonseras i ST.

Affischer sätts upp på anslagstavlorna i ICA, Folkan
och bibliotekets fönster.

Se även information på vår hemsida SPF Marmen.

På SPF – appen kan du även välja att ha Marmen som
favorit.

Boule på fredagar under aug - sept. Kl 9.30 – ca 12.00
på Parken. Medtag eget fika och gärna egna klot.

Bruks gymmet varje onsdag kl 9.30

Bokcirkel sista torsdagen i sept, okt och nov.

Planering under hösten

Lunch några gånger någonstans kring Sundsvall.

Opera i Söråker.

Studiebesök.

Anmälningrutiner vid våra aktiviteter

Här kommer lite info som gör det lättare för ER:

1. Vid våra vanliga medlemsmöte:
Ingen föranmälan.
2. Vid möten med mat ex. vår- och höstfest: Anmälan via länk på hemsidan eller angivet telefonnummer.
3. Vid resa anordnad av vår egen klubb: Anmälan via länk på hemsidan eller angivet telefonnummer.

Punkt 1 – 3 kan gärna betalas i förväg!

På Swish 123 019 44 23 eller Bg 853-1444

Ange vilken aktivitet betalningen berör!

OBS! BETALNING ÄR INTE LIKA MED ANMÄLNING!

4. Vid resa med bussbolag ex Lönns Buss m.fl :
Anmälan via länk på hemsidan eller till reseansvarig.
OBS! Faktura kommer från resebolaget.
5. Har du inte möjlighet att följa med på bokad resa:
Kontakta vår reseledare
Ann-Mari Renström 070-558 51 80
Inte Resebolaget!

Anmälan är bindande. Vid sjukdom eller annat förhinder att delta i aktiviteten

1. Ta snarast kontakt med den du anmält dej till för att se om det finns personer på väntelista.
2. Annars försök sälja platsen till någon annan.
Går inte det får du tyvärr betala.

Mer information om en del aktiviteter

17 sept Hälsningsland Sparbank ger oss information om försäkringar, framtidsfullmakt, bedrägerier mm på Folkan. Sopplunch.

24 sept Damdag på Englaporten. Vin- och chokladprovning med tilltugg. Anm Kerstin Thunholm 070-318 47 92.

17 okt Ishockey Timrå - Björklöven. Äter buffé före matchen som är kl 18. Anmälan Lars K 070-347 03 49.

22 okt Musikshowen "Musik, mode och Moralpanik" av Cecilia och Bengt Kyllinge. En musikalisk och rolig föreställning genom historiens ungdomskultur. Samverkan med Folkan. Subventionerat pris för SPF Marmens medlemmar.

5 dec Julpärlor – Julbord, musik, sång och gnistrande julstämning! Söråkers Folkets Hus egen julshow med stort hemlagat Jul- & dessertbord. Buss från Matfors. Subventionerat pris för SPF Marmens medlemmar.

**Mer info på vår Hemsidan –
sök på SPF Marmen**

Reservation för ev. ändringar!

Delta gärna i Bygdens övriga aktiviteter:

- Bridge på måndagar hos Matfors Bridge
- Gåfotboll med Tuna-Attmars församling. Torsdagar kl 10 avslutas med fika. Datum: 20/8, 27/8, 3/9 och 10/9.

SPF Medelpads resor under hösten:

7- 9 sept Jämtlandsresa. Vi bor på Storlien. Vi ser bl.a Karolinermonumentet, Handöls Kapell och fors. Mus Olles Museum.

Anm via mejl utskickat 22/6 eller SPF Freja hemsida.

5- 6 okt Kryssning med Birka Gotland. Middags buffé.

Anm länk på Marmens hemsida eller till Ann-Marie R.

6- 13 okt Montenegro. Litet spännande land söder om Kroatien. Vi bor i Becici. Info gå in på hemsida SPF Freja, klicka på RESOR, välj resa och klicka på länken för anmälan.

Kontaktinformation

Ordförande Kerstin Thunholm

070-318 47 92

fia-lotta@bahnhof.se

Kassör Catarina Arvidsson

070-924 15 78

catarina@kalvsjo.se

Resansvarig Ann-Mari Renström

070-558 51 80

amrenstrom@telia.com

Varför vara med i SPF?

SPF seniorerna har idag närmare en kvarts miljon medlemmar. Det gör att vi är en stark röst i samhällsdebatten. SPF seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden medlemsorganisation.

- Ett enkelt sätt att träffa nya och gamla vänner
- Delta i aktiviteter, kurser och resor.
- Dra nytta av centrala och lokala medlemsförmåner.
- 9 nummer av medlemstidningen Seniorens.

Övrig information

Vi har ett samarbete med SPF Gaffelby och SPF Höstsol som gör det möjligt för oss att erbjuda ER större utbud av arrangemang och resor.

SPF Medelpad, del av distriktet anordnar resor. Oftast 2 resor under hösten och 2 resor under våren.

SPF Seniorerna Marmen samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan (SV). Kulturen vid våra medlemsmöten och studiecirkelarna sker i samverkan med SV.

Som medlem i SPF har du 10% på utvalda kurser hos Studieförbundet Vuxenskolan.

Vi reserverar oss mot eventuella förändringar i de uppgifter som står i detta blad.

