



## SPF-KOMIHÅG

5/5 Seniorernas eftermiddag  
12/5 Gavnö slott



14/5 Gökotta Danskesjön  
21/5 Tura på sundet  
26/5 Resa till Fyn  
5/6 Sillafest

### Måndagspromenader kl 13:30.

I [Vårprogrammet 2026](#) finns tider och platser.

### Boule tisdagar kl 14.00.

Spelas vid vattentornet Munka Ljungby så länge vädret är med oss.

### Maj:

#### 5/5 Seniorernas eftermiddag kl. 14:00.

Personlig inbjudan skickas till våra 80+ seniorer. Widuo underhåller med "Svensktopphits". Begränsat antal.

#### 12/5 Gavnö slott med tulpaner och öl.

En endagsresa med buss till Danmark. Frågor och anmälan kontakta Monica K SMS 0703 80 02 60 eller [mknutsson1@gmail.com](mailto:mknutsson1@gmail.com)  
**Det finns platser kvar!**

#### 14/5 Gökotta Danskesjön kl. 09:00.

Anmälan senast 7/5 till Monica Knutsson på SMS 0703 80 02 60 eller [mknutsson1@gmail.com](mailto:mknutsson1@gmail.com)  
Medtag egen kaffekorg.  
Kostnad korv med bröd och tipsrunda 20:-

#### 21/5 Tura på sundet med lunchbuffé.

Anmälan senast 1/5 till Jan S på SMS 0793 39 81 50 eller [jan.sigge@telia.com](mailto:jan.sigge@telia.com)  
Samling på Knutpunkten kl. 11:30.

#### 26/5 Resa till Fyn i 3 dagar.

Slottsboende på sagoön Fyn. Frågor och anmälan kontakta Monica K SMS 0703 80 02 60 eller [mknutsson1@gmail.com](mailto:mknutsson1@gmail.com)

### Juni:

#### 5/6 Sillafest kl. 18:00

Välkomna på fest, Erik Arnolds orkester spelar till dans. Vi serverar sill, potatis med tillbehör, kaffe med tårta. Egen dryck medtages. Bindande anmälan senast 28/5 till Monica K på SMS 0703 80 02 60 eller [mknutsson1@gmail.com](mailto:mknutsson1@gmail.com)  
Kostnad 190:- Betalas senast 28/5. Begränsat antal.

### Hänt sedan sist.

#### 9/4 Herrarnas After Work

39 herrar träffades och provsmakade och avnjöt några öl och goda smörrebröd. Trevligt som vanligt.



#### 14/4 Uppstart Boule

Boulen startade med att vi öppnade upp, gjorde planer och möbler klara och fina efter vintern.

#### 16/4 Medlemsträff

Carina Hammarstrand besökte oss och berättade om sitt idrottsliv och vikten av att röra på sig. Hon roade och såg till att få igång alla 85 medlemmar.



Ändring av adressuppgifter meddelas till Åke Sandberg 0705 97 65 96 eller e-post: [akesandberg47@gmail.com](mailto:akesandberg47@gmail.com)  
Vill du inte bli uppmärksam i födelsedagsrutan när du fyller jämnt kontaktar du Åke Sandberg/Jan Svensson  
Redaktion: Jan Svensson 0793 39 81 50 e-post [munka@spfsejorerna.se](mailto:munka@spfsejorerna.se)

På måndagen i samma vecka som månadmötet är har vi annons i NST. Rubrik: FÖRENINGAR.

Adress:  
Ö. Järnvägsgatan 1  
266 32 Munka Ljungby

Bankgiro  
443-9626  
Swish  
123 259 2475

Hemsidan  
[www.spf.se/munka](http://www.spf.se/munka)  
Organisations nr  
802457-6335

Medlemsavgift 2026:  
290 kronor  
Betalas till SPF centralt  
på avi från Förbundet

### 23/4 Damernas trivselkväll

Tjejernas egenkväll avslutades med fin film o god mat samt gott att dricka till. Ses igen till hösten!



Fler foton finns på [hemsidan](#) under "Återblickar".

### Kommande resor.

#### 23/7 Skepparps vingård.

Härlig helg med SPF Munka och en unik vinfestival, slott och torsdagsmys på ett gemytligt gästis 23 juli, 2 dagar.

Frågor och anmälan kontakta Monica K  
SMS 0703 80 02 60 eller [mknutsson1@gmail.com](mailto:mknutsson1@gmail.com)

#### 25/8 Tjejdag på Österlen.

Vi stiger på bussen i Munka-Ljungby kl. 08:30 för att ta oss mot Österlen. På bussen njuter vi av lite choklad och vin när vi kickar igång dagen.

Frågor och anmälan kontakta Monica K  
SMS 0703 80 02 60 eller [mknutsson1@gmail.com](mailto:mknutsson1@gmail.com)

#### 14/9 Mosel i 6 dagar på vackra tyska vinvägar.

Följ med till Tysklands mest kända vindistrikt vid Mosel. Frågor och anmälan kontakta Monica K  
SMS 0703 80 02 60 eller [mknutsson1@gmail.com](mailto:mknutsson1@gmail.com)

### TÄNK PÅ ATT!

Ni som får **dubbla utskick av Senioren** i hushållet och anser att det räcker med ett exemplar. Kontakta Åke Sandberg via mail (enl. nedan).

Vid anmälan & betalning till evenemang och fester ber vi er **ange vad evenemang/fest samt deltagare** inbetalt belopp avser.

- Vid lottköp, betala med sedlar i små valörer
- Anmäl och **betala** aktiviteterna **senast en vecka innan**.

**OBS!** Saknar du eller någon du känner månadsbladet?

Kontakta Jan [munka@spfseniorerna.se](mailto:munka@spfseniorerna.se)  
eller Åke [akesandberg47@gmail.com](mailto:akesandberg47@gmail.com).  
Kolla gärna dina kontaktuppgifter hos SPF via "Mina sidor" på [SPF - Seniorerna Mina sidor](#)

## I maj gratulerar vi

6/5 Lennart Nilsson 70 år

11/5 Ann-Christin Nilsson 80 år

12/5 Majlis Larsson 80 år

13/5 Majvi Johansson 80 år

17/5 Gun Nordqvist 90 år

20/5 Christel Sandberg 70 år

24/5 Lena Hahne 75 år

26/5 Christer Bengtsson 75 år

**Ett stort GRATTIS från oss  
i SPF till alla jubilarerna!**

