

Välkommen till vårens aktiviteter i SPF Seniorerna Näset – Önnered 2017.

Vi, i styrelse och kommittéer hoppas att få träffa Dig ofta under våren – på våra månadsmöten, studie- och teaterbesök, friskvårdspass, resor m.m.

Styrelse och kommittéer			
Ordförande	Gunilla Swanteson Larsson	28 52 32	selmaputte@tele2.se
Vice ordförande	Britt Kjellberg	28 39 45	hammarv164@gmail.com
Sekreterare	Britt Wernlundh	47 99 02	britt.wernlundh@telia.com
Kassör	Leif Pettersson	0727-33 86 75	petteil@telia.com
Medlemssekreterare	Mona Hagström	29 80 00	hagstrom50@gmail.com
Ledamöter	Lars-Göran Karlsson	0733-28 57 27	lgk@fure.se
	Arne Karrin	68 21 55	arnekarrin@hotmail.com
	Thore Åhslund	0702-44 19 09	thore@ahslund.se
Revisor	Leif Solving	28 48 03	031-284803@telia.com
Revisorsuppleant	Per-Arne Karlsson	28 18 84	perkab@telia.com
SDN Pensionärsråd	Lars-Göran Karlsson	0733-28 57 27	lgk@fure.se
Bridge	Birgit Björsell	47 78 92	birgitbjorsell@comhem.se
Friskvård	Irène Hylén	28 25 35	irenehysten@gmail.com
Hemsida	Thore Åhslund	0702-44 19 09	thore@ahslund.se
Korta promenader	Vakant		
Långa promenader	Thomas Samuelson	28 04 66	thomas.samuelson1947@gmail.com
Programkommitté	Ivan Byfeldt	28 50 09	ivan@byfeldt.se
	Lill Emanuelsson	97 19 97	lill.ema@telia.com
	Åke Lindén	47 07 85	ake.linden11@gmail.com
	Birgit Lycke	0303-67 146	birgit.lycke@gmail.com
Resekommitté	Gunilla Swanteson Larsson	28 52 32	selmaputte@tele2.se
	Bo Andersson	28 89 39	bo.mottvik@telia.com
	Lars-Göran Karlsson	0733-28 57 27	lgk@fure.com
Studiebesök, teater	Arne Karrin	68 21 55	arnekarrin@hotmail.com
	Britt Kjellberg	28 39 45	hammarv164@gmail.com
Trafikombud	Leif-Arne Bruhn	28 33 71	bruhn1358@gmail.com

Valberedning	Bo Andersson	28 89 39	bo.mottvik@telia.com
	Hans Kjellberg	28 39 45	hammarv164@gmail.com
	Margit Kärrström	47 34 43	margit.karrstrom@telia.com
Värdar	Eva Andersson	28 89 39	eva.mottvik@telia.com
	Gunilla Lindén	47 07 85	glinden@telia.com

Månadsmöten

Onsdagar klockan 11.00 i Åkeredskyrkan, Cinnobergatan 41

- 11 januari** Seppo Rapinoja – undervattensfotograf. Han kommer att berätta om Galapagosöarna och havslivet i Stilla Havet.
- 8 februari** **Observera datum!** Årsmötesförhandlingar. Anette Aastradsen från Skandia Bank och Försäkring kommer att informera om "Ekonomi för oss något äldre."
- 1 mars** Magnus Ekman sjunger sånger från "Scen och Kabaré". Blandade godbitar från Karl-Gerhard-epoken till modernare låtar.
- 5 april** Niklas Jendeby från Sjöräddningssällskapet informerar om sjöräddningens verksamhet – sommar som vinter. Ett mycket aktuellt och viktigt arbete.
- 3 maj** Artistparet Daga och Rolf Wallgren gästar oss. De underhåller med musik från 50-60- och 70-talen.
- 7 juni** Per Umaerus – göteborgsmusiker, skådespelare och författare låter oss ta del av "svängig musik" av Beatles som "Yeah, yeah, yeah..." och av flera andra modernare musikkompositörer.

Med reservation för tryckfel och eventuella programändringar!

Kom till våra månadsmöten!

På månadsmötena får Du, förutom underhållning, information om alla aktuella aktiviteter inom föreningen och även inom distriktet. Det är också här som du anmäler dig till våra resor, studie- och teaterbesök m.m.

**Anmälan om deltagande till månadsmöten och ev. kvällsmöten
görs senast måndagen före mötet (gärna tidigare) till**

Eva Andersson, tel. 28 89 39 alt. e-post eva.mottvik@telia.com

Gunilla Lindén, tel. 47 07 85 alt. e-post glinden@telia.com

**SPF Näset-Önnered: PlusGiro nr 446 61 50-2
E-post: info@spf907.se – hemsida: www.spf907.se
Organisationsnummer 802421-1347**

Studiebesök

- 15 februari** Besök på Medicinska Muséet, Östra Hamngatan 11. Guidad visning av muséet där operationsutrustning, medicinska verktyg samt farmaceutisk utrustning visas. Start ca kl. 12.00, max 25 personer. Pris: 50 kr p.p.
- 16 mars** Kul och uppskattat återkommande besök på Åby Travbana. Möjlighet att pröva lyckan vid några lopp. (Dag och tid ännu något osäkert!)
- 19 april** Vi besöker Spårvägs-muséet på J Sigrid Edströms gata 2 – Vagnhallen Gårda. Start kl. 10.30. Pris: 40 kr p.p.
- 17 maj** Botaniska Trädgården när den är som vackrast! Carl Skottsbergs gata 22A. Start kl. 11.00. Vi guidas av Sölve Kajanus. Pris: 50 kr p.p.

Kontaktpersoner: Arne Karrin tel. 68 21 55
Britt Kjellberg tel. 28 39 45

KULTURARRANGEMANG

Sker i samarbete med:



Tema-eftermiddagar 2017 kl. 14.30 i Åkeredskyrkan

- 20 februari** Svenska Fyrar. Esbjörn Hillberg, Svenska Fyrsällskpets ordförande, ger oss en historik om sällskapet och våra svenska fyrar.
- 20 mars** Information av Catrin Andersson från Göteborgs Stad om Flexlinjen och andra resmöjligheter för oss äldre. Henrik Hellström från Göteborgs Stads utvecklingsavdelning berättar om planerna för framtiden för Västra Göteborg.

Kontaktpersoner: Åke Lindén tel. 47 07 85

Friskvård

Korta promenader

På **måndagar** (helgfria) i **jämna** veckor ca 1 timmes promenad på vägar i vårt närområde. Promenaden är även lämpad för den som har rullator och för stavgång.

Start kl. 11.00 från ICA Supermarket, Åkered. Börjar vecka 2 = 9 januari. Slutar vecka 22 = 29 maj.

Kontaktperson: Vakant

Långa promenader

På **måndagar** (helgfria) i **ojämna** veckor görs längre promenader på ca 2 timmar, med eller utan stavar. Biltransport från utgångsstället kan förekomma.

Start kl. 10.00 från ICA Supermarket, Åkered. Börjar vecka 3 = 16 januari. Slutar vecka 21 = 22 maj.

Kontaktpersoner: Thomas Samuelson tel. 28 04 66

Gymnastik

Vi har tillgång till Korpens gymnastik i Åkereds Tennis- och Badmintonhall. Dusch och bastu finns.

Måndagar och torsdagar kl. 9.30. Start vecka 3, måndagen den 16 januari; 13 veckor.

Pris: 500 kr för 1 gång/vecka – 600 kr för 2 gånger/vecka. Medtag gympakläder och liggunderlag.

Kontaktperson: Terttu Urholm tel. 28 80 82

Mattcurling

I Åkereds Tennis- och Badmintonhall spelas mattcurling en gång i veckan.

Måndagar kl. 13.00

Kontaktpersoner: Hans Kjellberg tel. 28 39 45
Åke Lindén tel. 47 07 85

Bowling

Något för alla – med eller utan bollsinn. Underbart kul att utöva!

Tid och pris meddelas senare – vill gärna se intresset först!

Kontaktperson: Åke Linden tel. 47 07 85

MediYoga

Inriktningen är medicinsk Yoga som är en modern och svenskutvecklad yogaform som forskningsmässigt har visat sig ha god effekt mot bland annat stress, oro, rygg-, hjärt-, och sömnproblem. MediYoga är en yogaform där alla kan delta. Övningarna görs sittande på en stol eller liggande på en matta/filt.

Tid och pris meddelas senare – vill gärna se intresset först!

Kontaktperson: Britt Wernlundh tel. 47 99 02

Gynna våra annonsörer!

Vi får många bra erbjudanden från våra annonsörer. Utnyttja dem! Tala om att Ni är medlemmar i SPF Seniorerna så kan Du få rabatt hos en del. Se även hemsidan www.spf907.se

Resor

- 23 februari** Besök hos Grimetons Radiostation samt ett par timmars shopping i Ullared. Morgonfika och lunch ingår.
- 7-11 maj** Resa till det "Sago-omspunna Solling, båtutur på floden Weser samt besök i det mäktiga bergsområdet Harz med klosterliköravsmakning" i norra Tyskland. I samarbete med Rolfs Flyg & Buss.
- 20 juni** Båtutur med lunch på Dalslands kanal - från Håverud upp till Baldersnäs där eftermiddagskaffe serveras. I samarbete med Rolfs Flyg & Buss.
- 19-26 sept.** Apulien – Italiens "sydklack". Fantastisk resa genom ett historiskt och vackert landskap. Boende på endast 2 hotell. I samarbete med Rolfs Flyg & Buss. Pris vid 40 bokade 9.675:--. Vid färre bokningar: 9.975:--. Transfer Åkered/Frölunda Torg tur och retur ingår. Frågor och anmälningar till Gunilla.

Kontaktpersoner: Gunilla Swanteson Larsson tel. 28 52 32
Bo Andersson tel. 28 89 39

Lars-Göran Karlsson tel. 0733-28 57 27

Teater

- 17 februari** "Stadens ljus" – en stumfilm med Charlie Chaplin med musik av George Gershwin.
- 12 mars** Musikalen "Hair" – en dundersuccé!
- 22 april** "Trollflöjten" – W. A. Mozarts underbara opera om fågelfångaren Papageno och hans Papagena.

Kontaktpersoner: Britt Kjellberg tel. 28 39 45
Arne Karrin tel. 68 21 55

Bridge

I IF Västers klubblokal vid Önneredsskolan spelar vi bridge **varje tisdag klockan 10.00--14.00.**

Kontaktperson: Birgit Björsell tel. 47 78 92

Start vecka 2 = 10 januari.

Övrigt

28 december Sedvanlig julträff på Olles gård med kaffe, "Ollebröd" med skinka och ost samt julsånger kl. 11.00.

Kontaktperson: Åke Lindén tel. 47 07 85

April När det nya vårmödet kommit – **"Tjejkväll"** hos Flash på Korsgatan. Visning, förfriskning med tilltugg och rabatter på inhandlade varor. Max 25 personer. Gratis!

Kontaktperson: Gunilla Swanteson Larsson tel. 28 52 32

SPF Seniorerna Näset Önnered firar 25-års-jubileum under 2017.

Någon gång under hösten kommer vi att fira detta med ett "större kalas". Mer härom senare på vår hemsida samt i vecko-mail.

Våra aktiviteter

presenteras kontinuerligt i vecko-mailen samt finns utförligt beskrivna på vår hemsida:
www.spf907.se

UPPROP till VÅRA MEDLEMMAR

Hjälp oss att värva nya medlemmar! Vi är många men vill gärna bli fler!

Prata med grannar och vänner – berätta om våra aktiviteter såsom möten, studie- och teaterbesök, friskvårdsaktiviteter och resor m.m.

Kom också gärna med programförslag och utflyktsmål!

Kontakta vår medlemssekreterare eller någon annan i styrelsen.

