



Program Hösten 2025

SPF
SENIORERNA

Näset Önnered
Västra Frölunda

Integritetspolicy

I SPF Seniorerna Näset Önnered använder vi Dina personuppgifter enligt följande:

1. För kommunikation med medlemmar via post, e-post, sms, telefon.
2. För medlemsförsäkring från Skandia.
3. För mottagande av adressförändringar och avregistreringar från SPAR.
4. För deltagarlistor som används på de sätt som behövs för att driva våra aktiviteter samt avrapportering från dessa till kommunen och studieförbund.
5. För upprättande av födelsedagslistor (= högtidsuppvaktning).
6. Endast personuppgifter för styrelsemedlemmar och funktionärer publiceras i programblad, hemsida och funktionärsregister. I matrikeln endast medlemmarnas adresser och telefonnummer (likt Eniro, Hitta.se etc.).
7. Vid kommunikation i t.ex. e-post för kallelser eller deltagande i aktiviteter med många samtidigt medlemmar döljs övriga adresser.
8. Endast styrelsen, och av styrelsen utsedd ansvarig för medlemsregistret, ges åtkomst till Medlemsregistret.
9. Vid avslutat medlemskap tas alla personuppgifter bort efter ett år när all rapportering till berörda instanser skett.
10. Foton som tas vid våra sammankomster, möten och aktiviteter kan komma att läggas ut på föreningens hemsida. Information om föreningen och föreningens ändamål på detta sätt anser vi här väger tyngre än ingen information alls. Detta för att därigenom kunna erhålla nya medlemmar, samt att existerande medlemmar kan se vad som händer. Vi kommer därför också att minst en gång per vår och höst meddela detta till deltagarna på ett månadsmöte. Om då medlem begär att foto inte publiceras, kommer detta inte att ske.
11. Medlem har rätt att ta del av sina egna personuppgifter. På grund av ovanstående uteblir vår matrikel även i år.

2024-05-29

Styrelsen för SPF-Seniorerna Näset Önnered.

Välkommen till höstens aktiviteter hos SPF Seniorerna Näset Önnered 2025

Vi i styrelse och kommittéer hoppas att få träffa Dig ofta under hösten – på våra månadsmöten, resor, folkhälsoaktiviteter, studiecirklar, promenader, studiebesök, sportaktiviteter m.m.

Styrelse, kommittéer samt adjungerade
--

Ordförande	Rolf Landén	0706 - 46 03 29	rolf.landén@gmail.com
Vice Ordförande	Christina Fritzne	0724 - 42 95 55	christina.fritzne@gmail.com
Sekreterare	Gunnar Mårtensson	0730 - 30 37 95	gunnar.i.martensson@telia.com
Kassör	Leif Pettersson	0727 - 33 86 75	petteil@telia.com
Ledamöter	Thure Bergström	0730 - 27 34 00	thureb44@gmail.com
	Kirsten Abrahamsson	0768 - 58 10 56	kirstenE70@outlook.com
	Roger Månsson	0706 - 60 03 076	roger.wrangelso@gmail.com
	Thomas Samuelson	0760 - 47 50 05	thomas.samuelson1947@gmail.com
	Lennart Kärnefelt	0705 - 20 17 75	lennart.karnefelt@gmail.com
Revisor	Per-Arne Karlsson	0706 - 04 47 31	perkab@telia.com
Revisorsuppleant	Rolf Hammarström	0739 - 86 11 33	rolf.hammarstrom@gmail.com
Adjungerad till styrelsen:			
Medlemsregister- ansvarig	Solveig Fure	0706 – 28 57 27	solveig@fure.se
	Lennart Kärnefelt	0705 – 20 17 75	lennart.karnefelt@gmail.com

Kommitterande till olika verksamheter

Digitaliseringsombud	Thure Bergström	0730 - 27 34 00	thure44b@gmail.com
	Christina Fritzne	0724 – 42 95 55	christina.fritzne@gmail.com
Folkhälsa	Mimmi Welin Samuelson	0704 – 92 75 84	mimmi.welin@hotmail.se
IT/Webb	Thure Bergström	0730 - 27 34 00	thureb@gmail.com
	Lars Philip	0706 - 68 14 78	larsmail0610@gmail.com
	Christina Fritzne	0724 – 42 95 55	christina.fritzne@gmail.com
	Jan Oswan	0708 – 74 03 10	oswan@majano.se
Korta promenader	Lennart Kärnefelt	0705 - 20 17 75	lennart.karnefelt@gmail.com
Långa promenader	Thomas Samuelson	0760 - 47 50 05	thomas.samuelson1947@gmail.com

Pensionärsråd SDN	Mimmi Welin Samuelson	0704 - 92 75 84	mimmi.welin@hotmail.se
Pensionärsråd HSN	Lars-Göran Karlsson	0733 - 28 57 27	lkg@fure.se
Programkommitté	Thomas Samuelson Kirsten Abrahamsson Roger Månsson	0760 - 47 50 05 0768 - 58 10 56 0706 - 60 03 76	thomas.samuelson1947@gmail.com kirstenE70@outlook.com roger.wrangelso@gmail.com
Resekommitté	Thomas Samuelson	0760 - 47 50 05	thomas.samuelson1947@gmail.com
Studiebesök	Thomas Samuelson	0760 - 47 50 05	thomas.samuelson1947@gmail.com
Studieombud	Gunilla Fastling	0704 - 82 51 51	gunilla.fastling@hotmail.com
Trafikombud	Leif-Arne Bruhn	0709 - 32 68 50	bruhn1358@gmail.com
Valberedning	Bo Andersson, ordf Bo Ekberg Marianne Oswan	0706 - 93 12 39 031 - 29 89 97 0708 - 86 55 45	bo.mottvik@telia.com bo.ekberg45@gmail.com marianne@majano.se
Vårdar	Gunilla Örn Doris Gustafson	0705 - 49 77 71 0708 - 72 99 65	gunillaorn@gmail.com dgustafson6@gmail.com

Månadsmöten

Onsdagar kl. 11.00 i Näsets Kyrka, Hammarvägen 6
OBS! Gratis parkering utanför kyrkan, max. 3 timmar 09.00 – 21.00

Onsdag 3 september – Countrydrottningar.



”Country på jobbet” är en flitig trio som spelar en bred variation av country från 30-talet och framåt. De blandar kända hits och okända guldskatten ur den breda countrygruvan. Hjärtekrossande ballader av Alf Robertson och glittrande hits av Dolly Parton.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Onsdag den 1 oktober – Musik Quiz.



En lätsam frågelek i musik med ”DuoKomp” som består av Kenneth Lundberg och Kenneth Ardehed.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Onsdag 5 november – Föredrag om Grönland.



Inuk Jörgensen är en grönländsk kortfilmsregissör. Jörgensen är född och uppvuxen på Grönland. Han har vunnit en rad internationella filmpriser. Han är fortfarande engagerad i att utforska sin inuitbakgrund i sina produktioner. Kom och lyssna till berättelsen om Grönland innan USA's president tar över.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Onsdag 3 december – Hon som är havet.



Ett musikaliskt porträtt av Tove Jansson. Tove är känd som målare, författare och som Muminrollets skapare. Marie Dellenskog, Amanda Arnborg, Erik Björkstén och Ida Görsch tecknar en bild av Tove. Föreställningen har spelat för fulla hus under två veckor på Gbg's Stadsteaters lunchteater. Den älskas av publiken.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Vårterminen 2026

Onsdag 14 januari – Det var en båt som sa...



Artisten **Daniel "The Moniker" Karlsson** tolkar sin husgud och stora idol Robert Broberg. Broberg-fanet har tagit sig an att med stor värme, känsla och humor sprida sin husguds klassiker över landet. Repertoaren rör sig från *Båtlåt* till *Ingela* och från *Vatten* till *Maria-Therese*. En avskalad soloshow där han till hjälp bara har sin gitarr, en bandspelare och en skrivmaskin.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Kom till våra månadsmöten!

På månadsmötena får Du information om alla aktuella aktiviteter, våra resor, folkhälsoaktiviteter, föredrag och kurser. Där möter du också våra andra medlemmar och kan knyta nya kontakter.

Anmälan om deltagande till månadsmöten görs senast söndagen för mötet. Du kan anmäla dig online. Då kommer du att få en bekräftelse i e-posten med möjlighet att ändra anmälan. Vill du tala med våra värdar/värdinnor så går det också bra.

Våra värdinnor är Gunilla Örn, mobil: 0705-49 77 71, e-post: gunillaorn@hotmail.com eller Doris Gustafson, mobil: 0708-72 99 65, e-post: dgustafson6@gmail.com.

SPF Seniorerna Näset Önnared: Plusgiro 446 61 50-2, Swish 1233582319

E-post: nasetonnered@spfseniorerna.se

Hemsida, sök: SPF Seniorerna Näset Önnared

Organisationsnummer: 80 24 21 - 1347

Folkhälsoaktiviteter

Långa promenader och eventuellt studiebesök i förening med promenad. Anmälan görs online nedan. Gå gärna med i "Vandringsgrupp SPF" i WhatsApp.

Skicka sms till Thomas Samuelson på 0760-47 50 05.

Tisdag 19 augusti – Mollösund

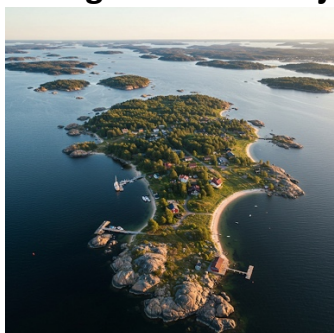


Ann-Sofie Bernhardsson kommer att ta oss på en liten rundvandring i Mollösund. Kostnad 100 kr/pers. Vi ser bl.a. muséet med långafisket, Sigurd Olssons gamla affär, hamnen och väderkvaren. Lunch på egen bekostnad äter vi på Restaurang Brygghuset.

Vi träffas kl.11.00 på p-platsen vid fotbollsplanen (Easypark). Hit kan ni även åka med bussen. För er som åker bil försök att samåka.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Tisdag 7 oktober – Björkö vandring ca 7 km.



Färja från Lilla Varholmen till Björkö, följ sedan Skarviksvägen till Skarvik där vi parkerar. Vi går till startpunkten vid Kavelundsvägen 9. Vi följer blå slingan genom vacker skog, förbi badviken, genom skog och öppna hagar upp på Röseberget, där vi ser utsikten över hela skärgården. Här fikar vi.

Samling kl. 10.00 i Skarvik.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Tisdag 21 oktober – Naturvandring i Hindås naturreservat.



Vi gör en lätt vandring på ca 7 km på fina vägar genom vacker 150-årig skog. Medtag fika för kortare rast vid ett gammalt torp från 1600-talet. Vandringen avslutas med god lunch på Hindåsgården. Vid kaffet berättar Anders Fors om gamla tider i Hindås.

Samling vid p-platsen Hindåsgården kl. 10.00.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Tisdag 4 november – Gränsen mellan Västergötland och Bohuslän.



Var går gränsen mellan Bohuslän och Västergötland på Hisingen? Vi går längs Hökällan våtmarkspark till Backaplan, förbi Kvillebäckens bostadsområde, över bron till Kvilletorget till Matteuskyrkan, längs Hallegatan på Rambergets sluttning till Långängens blandstad och avslutar på Kville Saluhall för lunch.

Samling på busshållplatsen S:t Jörgen Park kl. 10.00. Tag buss 42 från Hjalmar Brantingsplatsen till Skogome. Avgår kl. 09.36.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Tisdag 18 november – Besök på ett bogemenskapshus i Högsbo.



Vi besöker småhusområdet Ruddalen som byggdes 1910-1940, förbi Samplyfabriken som tillverkade klockarmband, genom Ruddalens motionsområde till Högsbohöjd. Besök på Boihop 41 lgh med gemensamt kök. Där äter vi lunch. Soppa med gott bröd. Kostnad 100 kr/pers.

Samling på busshållplatsen Trälåsvägen kl. 10.00. Ta buss 30.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Tisdag 2 december – Vandring kring byggnadsminnen i Vasastan.



Vi tittar på Louis Enders vackra jugendhus, Nya Elementarläroverket för flickor, kv Granen o Furan, Tomtehuset, Universitetets huvudbyggnad i Vasaparken, Betlehemskyrkan, kv Rydboholm, Wernerska Villan, Palmhuset och Dicksonska palatset där vi äter lunch.

Samling vid Föreningsgatan 2 kl. 10.00.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Tisdag 16 december – Julvandring i Majorna.



Vi besöker kv Standaret vid Karl Johans Torg och ser på hyresgästernas adventskalender som är pyntade i sina fönster. Därefter går vi vidare på jultvandring i Majorna och avslutar med lunch.

Samling spårvagnshållplatsen Kaptensgatan kl. 10.00.

[Anmälan via länk på hemsidan.](#)

Kontaktperson: Thomas Samuelson, Mobil: 0760-47 50 05 (Kontakt på WhatsUp).

Korta promenader

Denna aktivitet gör ett uppehåll under höstterminen 2025. Korta promenader har en WhatsApp grupp. Skicka sms till Lennart Kärnefelt på 0705-20 17 75. Återkommer till våren 2026.

Sittgympa i Näsets Kyrka



Torsdagar kl. 11.30 – Sittgympa i Näsets Kyrka.
Sittgympan är i kyrkans regi.

Lättare träning i 45 minuter och avslutning med gemensam fika till självkostnadspris. Sittgympan leds av Terttu Urholm som är en erfaren gympaledare. Ingen kostnad och ingen anmälan.

Mattcurling



Vi har även tillgång till Sportarenan, Åkered för mattcurling. Välkomna!

Måndagar kl. 11.30. Start vecka 37, 8 september.

kontaktpersoner: Hans Kjellberg mobil: 0706-74 80 96
Rolf Landen mobil: 0706-46 03 29

Boule



Vi spelar på så länge vädret tillåter på Åkereds arenor.

Fredagar kl. 11.00.

Kontaktperson: Rolf Hammarström Mobil: 0739-86 11 33

Gynna våra annonsörer!

Läs annonserna i vårens programblad. Som SPF-medlem kan Du få rabatt hos en del av annonsörerna. En del av dem finns även på vår hemsida.

Resor

Istrien - Sol och Mat 22 – 29 September

En resa till Istrien, en juvel i Europa! Här förenas kulturella arv och historia med kulinariska upplevelser. Under vår vistelse bor vi på det 4-stjärniga hotellet Istra Hotell på ön St Andrew. Hotellet är vackert beläget och innehåller alla ingredienser för en trivsamt semester. Resan innebär buss från Näset till Landvetter samt direktflyg till Istrien – Kroatien. Svenskspråkig lokalguide.



Mer information om resan finns på vår hemsida.

Våra aktiviteter

Presenteras i vårt programblad samt finns utförligt beskrivna på vår hemsida:

SPF Seniorerna Näset Önnered

<https://www.spfseniorena.se/distrikt/goteborgsdistrikt/foreningslista/naset-onnered/>.

Vid ytterligare frågor – kontakta ordförande – rolf.landén@gmail.com

Vi reserverar oss för eventuella ändringar och feltryck.

Det är sådant som kan hända – men som står utanför vår kontroll.

Göteborgsdistriktets aktiviteter hösten 2025



Anmälan till kansliet i Taubehuset, telefon 031-12 17 59, alt. E-post: kansliet@spfgbg.se

Se distriktets hemsida och kalendarium som går att nås på vår egen hemsida.

Sök: SPF Seniorerna Näset Önnered.

Filmer på Aftonstjärnan



Även under hösten genomförs filmdagar på Aftonstjärnan vid ett antal tillfällen. Separat inbjudan kommer i god tid före varje tillfälle.

Kolla på SPF-appen och vid intresse betalar du via "Biljettkiosken."

UPPROP till VÅRA MEDLEMMAR

Hjälp oss att värva nya medlemmar! Vi är många men vill gärna bli fler. Prata gärna med grannar och vänner – berätta om våra aktiviteter såsom möten, folkhälsoaktiviteter och resor.

Kontakta någon i styrelsen så informerar vi.

Kom gärna med programförslag, studiebesök och önskade utflyktsmål.



Falkenbergsrevyn januari 2025

Besök och anlita våra sponsorer nedan

Sportarenan

Bergsättersgatan 21 i Åkered, Näset.

Hemsida: www.sportarenan.se

Telefon: 031-28 55 60

Lasses Färg & Tapeter

Askims Kyrkväg 46, 436 42 Askim

Hemsida: www.lassesfarg.nu

Telefon: 031-45 11 34

Jungman Jansson

Önnereds Brygga, 421 57 Västra Frölunda

Hemsida: www.jungmanjansson.com

Telefon: 031-45 85 80

Fiskelyckan

ICA Supermarket vid rondellen i Åkered

Hemsida: www.fiskelyckan.se

Telefon: 031-28 85 52, Mobil: 0706-5825 50

Frölunda Lilla Saluhallen

Frölunda Torg mitt emot Systembolaget

Telefon: 031-709 99 25

Kockar & Kastruller

Järnbrottsprästväg 2, 421 47 Västra Frölunda

Hemsida: www.kockarkastruller.se

Telefon: 031-709 05 50

Café Smulan

Lilla Grevegårdsvägen 71, 426 55 Västra Frölunda

Hemsida: www.cafesmulan.se

Telefon: 031-47 06 64

Klangfärgsgatan 23, Grimmereds Industriområde

Telefon: 031-29 29 65

ICA Supermarket Åkeredshallen

Spektrumsgatan 1, 421 63 Västra Frölunda

Hemsida: www.ica.se

Telefon: 031-28 08 01

Kaprifolkött/DB Ekokött AB

Opaltorget 2, Västra Frölunda

Hemsida: www.kaprifolkott.se

Telefon: 031-47 60 30

Byggnadsaktiebolaget Sedin & Co

Britta Sahlgrens gata 8B, 421 31 Västra Frölunda

Hemsida: www.sedinbygg.se

Telefon: 031-35 25 300

Länsförsäkringar Göteborg och Bohuslän

Askims Verkstadsväg 17, Askim

Hemsida: www.lansforsakringar.se

Telefon: 031-63 23 20



En föreställning med tre pratglada sjömanshustrur.



Guidad spårvagnstur genom Göteborg och därefter en guidad visning och lunch på Hotell Eggers.



Julmarknad i Röros Norge.