

Välkommen till vårens aktiviteter i SPF Seniorerna Näset – Önnered 2016.

Vi i styrelse och kommittéer hoppas att få träffa Dig ofta under våren – på våra månadsmöten, café-träffar, resor, studie- och teaterbesök, friskvårdspass 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
Kassaförvaltare	Åke Lindén	47 07 85	ake.linden11@gmail.com
Medlemssekreterare	Mona Hagström	29 80 00	hagstrom50@gmail.com
Ledamöter	Lars-Göran Karlsson	28 57 27	lgk@fure.se
	Arne Karrin	68 21 55	arnekarin@hotmail.com
	Margit Kärrström	47 34 43	margit.karrstrom@telia.com
	Thore Åhslund	0702-441409	thore@ahslund.se
Adj. styrelseledamot	Sture Eliasson	18 63 70	sture.eliasson@bredband.net
Revisor	Leif Solving	28 48 03	031-284803@telia.com
Revisorsuppleant	Sune Birging	28 03 25	sune@birging.se
SDN Pensionärsråd	Lars-Göran Karlsson	28 57 27	lgk@fure.se
Bridge	Inga-Britt Löfström	45 92 60	
Friskvård	Lisa Strömberg	47 34 74	lisa.stromberg@telia.se
Hemsida	Thore Åhslund	0702-441409	thore@ahslund.se
Korta promenader	Britta Sjöberg	28 05 04	britta.sjoberg@home.se
Långa promenader	Thomas Samuelsson	28 04 66	thomas.samuelsson1947@gmail.com
Programkommitté	Margit Kärrström	47 34 43	margit.karrstrom@telia.com
	Ivan Byfeldt	28 50 09	ivan@byfeldt.se
	Åke Lindén	47 07 85	ake.linden11@gmail.com
	Birgit Lycke	0303-67146	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	28 57 27	lgk@fure.com
Studiebesök, teater	Arne Karrin	68 21 55	arnekarin@hotmail.com
	Britt Kjellberg	28 39 45	hammarv164@gmail.com

Trafikombud	Helge Johansson	0303-67146	helge.030367146@telia.com
Valberedning	Bo Andersson	28 89 39	bo.mottvik@telia.com
	Hans Kjellberg	28 39 45	hammarv164@gmail.com
	Bertil Larsson	28 52 32	selmaputte@tele2.se
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

- 13 januari** "Från Puccini till Povel" – Maria Edén och Arne Murby underhåller.
- 3 februari** Årsmötesförhandlingar. Lena Dramsvik från Optikkällaren informerar om företagets produkter och om rabatt på synundersökningar.
- 2 mars** UkuleleBandet delar med sig av sin spelglädje. Tiotalet glada musikanter framför en blandad repertoar från Taube till Beatles. Förutom ukulele spelar man dragspel och olika rytminstrument under ledning av Nimrod de Broen.
- 6 april** "Kafferepets historia" - Birgitta Rasmusson, hela Sveriges "kakdrottning" berättar. Birgitta är en av jurymedlemmarna i TV-prorrammet "Hela Sverige bakar" och har medverkat i de klassiska kokböckerna "Sju sorters kakor" och "Rutiga kokboken".
- 4 maj** "Göteborg – en stad hotad av översvämningar?" Landskapsarkitekten Ulf Moback informerar.
- 1 juni** Magnus Wassenius (musiker i Högsbo församling) spelar och berättar om sitt liv och sin musik. Det blir "fullt ös".

Med reservation för tryckfel och eventuella programändringar!

Kom till våra månadsmöten!

På månadsmötena får Du information om alla aktuella aktiviteter, och det är där 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 4466150-2
E-post: info@spf907.se – hemsida: www.spf907.se
Organisationsnummer 802421-1347

Studiebesök

- 20 januari** Besök hos V:a Frölundas Hembygdsförening på Tofta Nordgård 211, kl. 10.00. Fika serveras för 20 kronor p.p. Max 20 personer.
- 17 februari** Besök hos SML Dentallaboratorium. Ingemar Galeus visar runt. Start kl. 10.00 – max 15 personer.
- Mars** Besök i Lilla Änggården som är nyrestaurerad och åter är öppnad. Dag/tid meddelas senare.
- April** Besök i Sahlgrenskas nya Forskningslaboratorium. Thomas Samuelsson visar oss runt. Dag/tid meddelas senare.
- Maj** Nya Marieholmsförbindelsen. Eva Kraft visar vad som händer. Dag/tid meddelas senare.

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

KULTURARRANGEMANG

Sker i samarbete med:



Café-träffar

Fr.o.m. den 26 januari t.o.m. 23 februari ordnar vi varje **tisdag** mellan kl. 14.30 och ca 16.30 **Café-träffar** i Åkeredskyrkan. Vi börjar med att servera kaffe med dopp från kl. 14.30. Programmet börjar kl. 15.00. Någon anmälan behövs inte. Det är bara att komma. Entré: 30 kronor.

Kontaktpersoner: Margit Kärrström tel. 47 34 43
Åke Lindén tel. 47 07 85

Program:

- 26 januari** "Kustbevakningens räddningsarbete mellan Turkiet och Grekland". Niklas Samuelsson informerar.
- 2 februari** Fatima Olsson från Hälsökällan informerar om sin nystartade verksamhet. Den bygger på att tillverka produkter av kork från korkek som kommer från hennes hemland Portugal.
- 9 februari** "Vem har väjningsplikt? Bilisten eller cyklisten?" Föreningens trafikombud Helge Johansson informerar.
- 16 februari** "Hur man blir en säker konsument." George Chamoun från Konsument Göteborg informerar och varnar för fallgropar.
- 23 februari** Café-träffarna avslutas med en frågesport med pris till den som fått flest rätt svar. Som vanligt – trevlig samvaro med kaffe och kakor.

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=11 januari. Slutar vecka 22=30 maj.

Kontaktperson: Britta Sjöberg tel. 28 05 04

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=18 januari. Slutar vecka 21=23 maj.

Kontaktpersoner: Thomas Samuelsson 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 18 januari; 13 veckor.

Pris: 500:- för 1 gång/vecka – 600:-- 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

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

17 mars Besök i Gällstad för inköp samt visning av Borås Textilmuseum

9-12 maj Resa till den danska ön Bornholm – "Solens och vindarnas ö"-

3 juni Båttur i Göteborgs södra skärgård - Käsö – den gamla karantänstationen.

15-22 sept. Istrien – Kroatians pärla. Flygresor arrangerad av ReseSkaparna. Det mesta inkluderat. Specialpris för SPF: 10.990:--

Kontaktpersoner: Gunilla Swanteson Larsson tel. 28 52 32
Bo Andersson tel. 28 89 39
Lars-Göran Karlsson tel. 28 57 27

Teater

Vi informerar om ev. övriga teaterbesök på våra månadsmöten, genom veckobreven och på hemsidan.

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: Inga-Britt Löfström tel. 45 92 60

Start vecka 2 = 12 januari.

Övrigt

Vi informerar om eventuella trivselkvällar och andra arrangemang på våra månadsmöten, genom vecko-mailen och på hemsidan.

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

Kontaktperson: Margit Kärrström tel. 47 34 43

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.

Distriktets aktiviteter

Se Göteborgsdistriktets hemsida www.spfgbg.se.

Anmälan till distriktets aktiviteter görs till distriktskansliet tel. 12 17 59, e-post spf.gbg@telia.com.