

Program hösten 2026



SPF:s förbundsordförande Maria Larsson gästar SPF Örgryte på höstens första Månadsmöte. (foto: Margareta Bloom Sandebäck)

SPF Seniorerna Örgryte hälsar dig välkommen till höstens program. Programgruppen har satt samman ett rikt och varierat program som vi hoppas ska intressera dig som medlem. Det varierar från föredrag och studiebesök till vinprovning, måltidsgemenskap, samtalsgrupper, målargrupp, operabesök etc.

Har du någon vän eller bekant som du tror skulle vara intresserad av att bli medlem i vår förening är våra Månadsmöten särskilt välkomnande för nya medlemmar.

Nytt för hösten 2026 är att vi åter kommer att ha våra möten och samlingar i Örgryte församlingshem.

Styrelsen

SPF Seniorerna Örgryte återvänder till Örgryte församlingshem hösten 2026



Örgryte församlingshem är en öppen miljö som välkomnar SPF Örgryte att ha sin verksamhet i församlingens lokaler. (foto: Karolina Braun)

Under några år har SPF Örgryte hyrt Redbergskyrkan för sina medlemsmöten och sammanträden. Tidigare var Örgryte församlingshem platsen där föreningen samlades. Nu välkomnar Församlingen oss tillbaka till församlingshemmet. Församlingen erbjuder ett förmånligt hyresavtal då de ser ett värde i att församlingshemmet brukas av människor i Örgryte. I denna välkomnande miljö ser vi nu fram emot en fortsatt positiv utveckling av vår föreningsverksamhet.

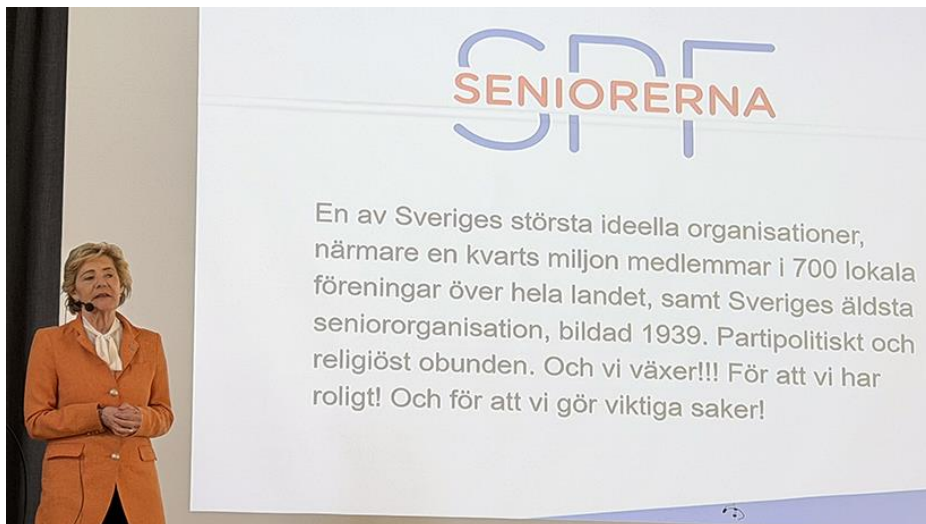
Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2, entré via innergården.

Styrelsen

PS Tack Redbergskyrkan, för de år vi varit hos er! DS

Månadsmöten

9/9 Seniorer för landets framtid



SPF:s förbundsordförande Maria Larsson. (foto: Torgny Lindén)

Maria Larsson valdes till SPF:s förbundsordförande 2025. Åren 2006–2014 var hon Sveriges första äldreminister. – SPF Seniorernas alla aktiviteter och engagerade medlemmar gör skillnad för äldre varje dag. Vi är en av Sveriges viktigaste rörelser, säger Maria Larsson.

Tid: Kl 11.00-13.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: 50 kr (inkl fika) betalas i förväg med Swish 123 1333 384 eller Bg 5063-7214 efter bekräftelse på anmälan (ange namn+datum)

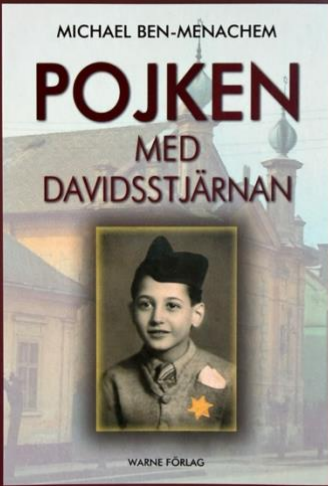
Anmälan tidigast 25/8 och senast 5/9: Till

manadsmoteorgryte@gmail.com (alt. endast sms till 070-005 83 12)

OBS! Anmälning- och betalningsrutin för SPF Örgrytes alla program.

Efter anmälan till angiven e-postadress alt. sms kommer bekräftelse om plats erbjuds på arrangemanget. Då bekräftelse erhållits ska betalning ske med Swish till 123 1333 384 alt. Bankgiro: 5063–7214. Två dagar före arrangemanget kommer en påminnelse med e-post. Meddela eventuellt återbud. Inbetald avgift återbetalas ej.

6/10 Extra Månadsmöte med förintelseöverlevare





"Tryckvågen kom innan jag hörde det öronbedövande ljudet. Ett ljud som gick rakt in i hjärnan och stannade där. Det susande ljudet, som brukade komma strax före detonationen, spräckte trumhinnan. Jag kände en glödande metallsmak i munnen, det luktade svavel och damm. En bittersöt doft spred sig i luften. Hade vi luft kvar?"

Plötsligt blev det tyst igen. Våldigt tyst. Jag öppnade ögonen, tittade mig omkring. Jag såg järnbalkar som låg huller om buller, stora betongbumlingar, betongspillror överallt och längst ner på golvet låg en arm. Den var helt grå..."

Pojken med Davidsstjärnan är inte en bok om Förintelsen, men ändå är den det. Michael Ben-Menachem beskriver den lille mannens stapplande steg i en värld han inte förstår och är skrämmd av. Han gör det med ett varmt hjärta på ett sätt som tvingar oss att le mitt i de tragiska händelserna.

Boken lär oss att man efter krig, koncentrationsläger, politisk terror, åsidosättande, flyktförsök och avslöjanden ändå kan komma på fötter, gå framåt, leva och till sist bli en lycklig människa.

Michael Ben-Menachem bok utkom 2014 på Warne förlag.

Michael Ben-Menachem, en av få kvarvarande förintelseöverlevare, talar om sina upplevelser som barn under kriget. Michael och hans far skickades till ett arbetsläger i Wien och efter kriget återvände han till sin hemstad, där endast fyra av femtio judiska skolbarn hade överlevt. Den ökande antisemitismen trodde Michael aldrig att han skulle uppleva igen.

Efteråt berättar styrelsen om SPF Örgryte och vår verksamhet, så bjud gärna med intresserade vänner!

Medverkande: Michael Ben-Menachem, förintelseöverlevare, författare och föreläsare

Tid: Kl 11.00-13.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: Ingen kostnad, föreningen bjuder på fika

Anmälan tidigast 17/9 och senast 2/10: Till

manadsmoteorgryte@gmail.com (alt. endast sms till 070-005 83 12)

14/10 Isbrytaren Oden och vintern 1969–70



*Statsisbrytaren Oden och sjökaptten Jan-Åke Lindstedt.
(foto: Oden Sjöfartsverket)*

Sjökapttenen och reservkapttenen i Flottan Jan-Åke Lindstedt berättar till bilder om den svåra isvintern 1969–70 ombord statsisbrytaren Oden. Det ger en inblick av vintersjöfarten längs våra kuster och skildrar isar, fartyg och besättning i vardag och dramatik. Även kryddat med en hel del kuriosas.

Medverkande: Jan-Åke Lindstedt, sjökaptten

Tid: Kl 11.00-13.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: 50 kr (inkl fika) betalas i förväg med Swish 123 1333 384 eller Bg 5063-7214 efter bekräftelse på anmälan (ange namn+datum)

Anmälan tidigast 29/9 och senast 10/10: Till

manadsmoteorgryte@gmail.com, (alt. endast sms till 070-005 83 12)

11/11 Drömmar är segel – minnen är roder



Tomas Sjödin är en uppskattad krönikör och författare. (foto: förlaget)

”Vi lever våra liv på den smala kustremsa som löper mellan minnen och drömmar. Drömmarna har en viktig funktion som något att sträcka sig och växa mot, medan minnena hanterar det liv som blev.”

I sin bok *Drömmar är segel – minnen är roder* delar Tomas Sjödin med sig av sina krönikor i GP. Krönikorna är skrivna under några korta år som kommit att präglas av både en global pandemi, krig i vårt närområde och ett alltmer spänt säkerhetsläge. Att i sådana tider söka sig mot det förflutna är inte verklighetsflykt utan ett sätt att navigera och bevara hoppet.

Medverkande: Tomas Sjödin, pastor och författare

Tid: Kl 11.00-13.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: 50 kr (inkl fika) betalas i förväg med Swish 123 1333 384 eller Bg 5063-7214 efter bekräftelse på anmälan (ange namn+datum)

Anmälan tidigast 27/11 och senast 7/11: Till

manadsmoteorgryte@gmail.com (alt. endast sms till 070-005 83 12)

9/12 Julfest med Alléspelarna



Alléspelarna var mycket uppskattade då de gästade oss 2025. Nu återkommer de till årets julfest! (foto: Torgny Lindén)

Välkomna till en glad och stämningsfull julfest där Alléspelarna, en ukulelegrupp + gitarr och körsångare, spelar och sjunger för och med oss!

Alléspelarna: Det blir lite allsångsvänligt och vi räknar med att spela och sjunga både med er och för er. Vi har mestadels kända, lite äldre låtar på repertoaren och framför dessa på svenska eller engelska till komp som oftast består av ukulele, banjo, gitarr och munspel. I december kryddar vi det hela med lite julsånger så klart!

Medverkande:

Tid: Kl 11.00-13.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: 50 kr (inkl fika) betalas i förväg med Swish 123 1333 384 eller Bg 5063-7214 efter bekräftelse på anmälan (ange namn+datum)

Anmälan tidigast 24/11 och senast 5/12: Till manadsmoteorgryte@gmail.com (alt. endast sms till 070-005 83 12)

Studiebesök, guidningar, upplevelser etc

16/9 Studiebesök: Nääs slott



*Målning av Nääs slott så som det såg ut på 1800-talet.
(foto: Gunilla Lindén)*

Nääs är ett nationellt byggnadsminne och ett naturreservat, men också en stor gård med en fantastisk historia. Slottet står som kronan på verket på sitt eget näs, ett landmärke som tronar över bygden och berättar om platsens historia. Vår guide Marie tar oss med på en rundvandring i slottet och berättar dess spännande historia. Efter guidningen sätter vi oss i det trevliga kaféet för en gemensam fikastund.
Max 20 personer

Medverkande: Marie Hjalmarsson Engelke, guide

Tid: Kl 11.00

Plats: Samåkning med privata bilar. Samling vid Sankt Sigrids plan.

Kostnad: 200 kr för guidning och fika

Anmälan tidigast 1/9 och senast 12/9: Till Kerstin Sjöstrand Tysk
kmst87@hotmail.com (alt. sms till 070-005 83 12)

23/9 Föreläsning: Hemberedskap i orostider och kaffe med reflex



Hur rustade är vi om krisen kommer? (foto: Civilförsvarsförbundet)

Att ha hemberedskap innebär att vara förberedd innan kriser sker. Vi förväntas klara oss utan samhällets hjälp i en vecka. Då kan samhället fokusera på att hjälpa dem som har svårast att klara sig själva.

Är du förberedd om krisen kommer? **Civilförsvarsförbundet** gästar oss för att ge grundläggande kunskap om hur vi kan stärka vår beredskap.

Till kaffet kommer en representant från **Nationella trafiksäkerhetsförbundet NTF** för att prata trafiksäkerhet när höstmörkret närmar sig – Kaffe med reflex!

Medverkande: instruktörer från Civilförsvarsförbundet och NTF

Tid: Kl 11.00-13.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: Ingen kostnad, föreningen bjuder på fika

Anmälan tidigast 8/9 och senast 19/9: Till Marianne Berter

marianne.berter@gmail.com alt. 073-665 62 96

25/9 Promenad: Bertilssons stuga i Delsjön



Efter en promenad njuter vi av fika i Bertilssons stuga. (foto: Kerstin Sjöstrand Tysk)

Välkommen till det sköna naturreservatet i Delsjön, alldeles intill lilla Delsjön. En underbar mötesplats där vi äter frukost med ostmörgås, kaffe/te samt hembakad mjuk kaka därtill. Gårdens ägarinna håller ett uppskattat kåseri om gården och dess historia till fikat.

Samåkning i bil för dig som har svårt att promenera. Mötesplats vid P-platsen St Sigfrids plan i anslutning till spårvagnen. **För dig som tar buss** möter Linda upp vid Liseberg Station för avgång ca 09.00.

Promenad ca 20 min till stugan från busshållplatsen.

Tid: Kl 9.45-11.00

Plats: Se ovan

Kostnad: 160 kr

Kontakt: Linda Frank sms/mobil 073-501 60 04

Anmälan tidigast 11/9 och senast 21/9: Till Linda Frank

linda.m.frank52@gmail.com alt. 073-501 60 04

1/10 Guidning: Kortedala museum



*Ett kök som nog många av oss känner igen från när vi var unga.
(foto: Torgny Lindén)*

Kortedala museum är ett lägenhetsmuseum beläget i Kortedala, Göteborgs första förort som byggdes på 1950-talet. En tidstypisk tvårumslägenhet som visar hur en barnfamilj bodde 1955–1965. Inredningen består av möbler och föremål som var vanliga vid den här tiden.

Tid: Kl 11.00

Plats: Adventsvägen 1. Spårvagn 6, 7 och 11 till hållplats Allhelgonakyrkan. Med bil, norrut från Kortedala Torg via Förstamajgatan till Citytorget. Det finns ett antal P-platser i närheten av museet och vid kyrkan.

Antal: Max 25 personer

Kostnad: 30 kr (guidad visning) betalas på plats med Swish

Anmälan tidigast 9/9 och senast 23/9: Till Elisabet Lindholm
elisabetannalindholm@mail.com alt. 070-363 45 56

20/10 Guidning och fika: Hotel Royal



Hotel Royal i centrala Göteborg. (foto: Torgny Lindén)

Upptäck Göteborgs historiska charm på Hotel Royal – stadens äldsta hotell! Mitt i centrala Göteborg, i korsningen Drottninggatan-Östra Larmgatan, hittar du Hotel Royal – ett familjeägt hotell i Göteborg med historiska anor, faktiskt det äldsta i staden. Sedan starten har gäster kommit och gått sedan år 1852, då Hotel Royal slog upp portarna för första gången.

Tid: Kl 13.00

Kostnad: Ingen kostnad, Royal bjuder på kaffe och kaka

Antal: Max 30 deltagare

Anmälan tidigast 1/10 och senast 12/10: Till Barbro Netz

b.netz@telia.com alt. 070-660 69 77

28/10 Vinprovning: Mousserande viner



Leif Ahlgren leder vinprovningen som denna gång handlar om mousserande viner. (foto: Linda Frank)

När det skall vara festligt vill vi gärna ha bubblor i glaslet.
Vi går igenom vilka vanliga alternativ som finns och hur de är gjorda.
Vi provar hur de smakar och får en idé om vad som passar den egna smaken och plånboken.

Medverkande: Leif Ahlgren

Tid: Kl 15.30-17.30

Plats: Restaurangen, Dicksons Hus, Danska vägen 61

Kostnad: 260 kr betalas till Swish 070-720 29 07, Leif Ahlgren, när bekräftelse på anmälan erhållits.

Anmälan tidigast 1/10 och senast 14/10: Till Linda Frank

linda.m.frank52@gmail.com alt. 073 501 60 04

Max antal: 25 personer

OBS Medtag 6 glas!

30/11 Chokladprovning: Storm & Bille



Johan Storm från Storm & Bille Chokladfabrik återkommer till SPF Örgryte. Bildtext. (foto: Torgny Lindén)

Johan från Storm & Bille Chokladfabrik berättar om chokladens ursprung och hur processen går till "Tree to Bean" och "Bean to Bar" – från Träd till Böna och från Böna till Chokladkaka. Det handlar om att hitta lämpliga bönor, hur de rostar och skalas och hur de genom stenmalning och conchning slutligen tempereras och formas i kakformar och förpackas. Efter genomgången får vi alla provsmaka olika sorter choklad. Avslutningsvis finns det choklad att köpa med 20 % rabatt!

Tid: Kl 11.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: 170 kr

Anmälan tidigast 13/11 och senast 27/11: Till Marianne Berter
marianne.berter@gmail.com alt. 073-665 62 96

Helpdesk: Hjälp med din smartphone



*Stort engagemang och intresse bland både hjälpare och hjälpta.
(foto: Bibbi Löwed)*

Vill du ha hjälp med att hitta och förstå funktionerna i din smartphone – iPhone eller Android? Direkt efter Månadsmötena under hösten 2026 kommer guider att finnas på plats för att hjälpa till med telefonens olika funktioner!

Detta är individuellt stöd och ingen generell utbildning. Tillsammans med några mer eller mindre vana smartphoneanvändare hjälps vi åt att förstå och använda olika funktioner på telefonerna.

OBS Kom ihåg att ta med dig ditt Apple ID om du har en iPhone!

Datum: 9/9, 14/10, 11/11 och 9/12

Tid: Kl 13.00 (ca), efter Månadsmötena

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: Ingen kostnad

Anmälan: Ingen föranmälan

Kontakt: Ingrid Sigfridsson Lundgren ingridsigfridsson@hotmail.com
070-765 91 07

Målarglädje: start 10/9



Vårens målargrupp i full aktion. (foto: Marie Kattilakoski)

Välkommen till sex målartillfällen. Vi går in i känslan och upplever minnen från förr, målar utan prestation och pratar om våra minnen. Vi målar med akryl men det är fritt att ta med sig egen färg eller färgkriter, det går också bra. Kläder att måla i eller förkläde.

Ledare: Marie Kattilakoski

Antal: Max 8 deltagare

Datum: Torsdagar 10/9, 24/9, 8/10, 22/10, 5/11 och 19/11

Tid: Kl 11.00-13.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: 150 kr för samtliga sex tillfällen, färg och material ingår

Betalning: Efter att du fått bekräftelse att du fått plats, betala till SPF Örgryte Swish eller bankgiro

Anmälan tidigast 21/8 och senast 4/9: Till Marie Kattilakoski,
creamarie73@gmail.com

Information: Linda Frank sms/mobil 073-501 60 04

Måltidsgemenskap

Lunch på Ester Mosessons gymnasium

Datum: 23/10

Tid: Kl 12.00-14.00

Plats: Esters restaurang på Lindholmen Lärdomsgatan 5

Kostnad: Ca 170 kr betalas på plats av var och en. OBS! Esters är en kontantfri restaurang. Endast bankkort ej Swish.

Anmälan tidigast 9/10 och senast 19/10: Till Ingrid Löfstaf

redheadmas@hotmail.com alt. 070-761 11 41 (24 platser)

OBS: Meddela ev. glutenfri, mjölkfri, nötfri, äggfri kost vid anmälan!

Tisdagar: Sopplunch i Örgryte församlingshem

Örgryte församling bjuder in till soppa med hembakat bröd, kaffe och kaka. Soppan tillagas och serveras av ett sopplag av ideella.

Datum: Varje tisdag under terminen med start 15/9

Tid: Kl 12.00

Plats: Örgryte församlingshem, Herrgårdsgatan 2

Kostnad: 40 kr för soppa, kaffe och kaka

Anmälan: Ingen föranmälan

Kontakt: Torgny Lindén, torgny.linden@telia.com 070-311 28 05

Torsdagar: AW på Stumari med Georgisk mat

Från och med sommaren 2026 ses vi för AW på, en för oss ny restaurang, Stumari – Göteborgs enda Georgiska restaurang.

Datum: 27/8, 24/9, 29/10 och 26/11

Tid: Kl 16.00-18.00

Plats: Stumari, Tidbloms Hotel, Olskroksgatan 23

Kostnad: 170 kr för meny med fyra rätter (alt. buffé om vi är 15+) samt ett glas vin/öl eller alkoholfritt

Anmälan senast tisdagen innan aktuell torsdag: Till Barbro Netz

b.netz@telia.com alt. 070-660 69 77

Återkommande aktiviteter

Måndagar: Diskussionsklubb för herrar

Herrarna träffas i vår med sina diskussioner kring stora och mindre teman, samtidigt som nya perspektiv upptäcks.

Datum: 14/9, 12/10, 9/11 och 14/12

Tid: Kl 10.00-11.30

Plats: Dicksons hus, Danska vägen 61A

Anmälan: Till Lars Bergfeldt bergfeldt45@gmail.com 070-825 88 4

Måndagar: Diskussionsklubb för herrar och damer

Kvinnor och män träffas i vår med sina diskussioner kring stora och mindre teman, samtidigt som nya perspektiv upptäcks.

Datum: 17/8, 21/9, 19/10 och 16/11

Tid: Kl 10.30-12.00

Plats: Dicksons hus, Danska vägen 61A

Anmälan: Till Dicksons 070-785 24 94.

Tisdagar: Ett gott samtal för kvinnor

Ett gott samtal med lite fika – samtalsgrupp för kvinnor. Vi samtalar om vardagen, aktuella frågor som berör oss och omvärlden.

Datum: 8/9, 6/10, 17/11 och 14/12

Tid: Kl 10.30-12.00

Plats: Dicksons hus, Danska vägen 61 A

Kostnad: 20 kr för fika (betalas på plats)

Anmälan senast fredagen innan mötet: Till Elisabet Lindholm elisabetannalindholm@gmail.com alt 070-363 45 56

Tisdagar: Spela boule

Till hösten fortsätter vi med vårt boulespel på Apslätten i Kålltorp. Jag kommer i god tid att ge information via SPF Örgrytes hemsida samt meddela er som lämnat intresseanmälan var och när vi träffas.

Kontakt: Lars Bergfeldt 070-825 88 40

Onsdagar: Promenad till Lyckans café

Promenad från Stora Torp till Lyckans café, med tipsfrågor och vinster.

Datum: 16/9, 30/9, 21/10, 4/11 och 18/11

Samling: Kl 10.45 vid frisersalongen i de nybyggda husen mitt emot 5:ans hållplats, Bögatan.

Anmälan: Ingen föranmälan. **OBS!** Vi promenerar inte vid regn

Kontakt: Eva Bergfeldt 073-750 03 56

OBS!

Anmälnings- och betalningsrutin för SPF Örgrytes alla program.

Efter anmälan till angiven e-postadress alt. sms kommer bekräftelse om plats erbjuds på arrangemanget. Då bekräftelse erhållits ska betalning ske med Swish till 123 1333 384 alt. Bankgiro: 5063–7214. Två dagar före arrangemanget kommer en påminnelse med e-post.

Meddela eventuellt återbud. Inbetald avgift återbetalas ej.



SPF Seniorerna Örgryte

Hemsida: www.spfseniorerna.se/orgryte

Bankgiro: 5063-7214

Swish: 123 1333 384

Vid betalning av aktivitet – ange namn och datum för aktiviteten!

Gå på Operan



(foto: GöteborgsOperan)

Vårt Operaombud Maimo Baumann hjälper dig gärna med bra biljetter och bra platser! Är ni en mindre grupp erbjuds 10% rabatt på priset. Dessutom erbjuder Maimo biljetter till utvalda föreställningar med fina rabatter. Dessa erbjudanden läggs kontinuerligt upp på vår hemsida under egen rubrik och meddelas även i våra Medlemsbrev.

Kontakt: Maimo Baumann maimo47@gmail.com 070-719 65 68

Kalendarium hösten 2026

Månadsmöten, studiebesök, guidningar, upplevelser etc

9/9	<i>Månadsmöte:</i> Maria Larsson, SPF förbundsordförande
16/9	<i>Studiebesök:</i> Nääs slott
23/9	<i>Föreläsning:</i> Hemberedskap i orostider och Kaffe med reflex
25/9	<i>Promenad:</i> Bertilssons stuga i Delsjön
1/10	<i>Guidning:</i> Kortedala museum
6/10	<i>Extra Månadsmöte:</i> Michael Ben-Menachem
14/10	<i>Månadsmöte:</i> Isbrytaren Oden och vintern 1969–70
20/10	<i>Guidning och fika:</i> Hotel Royal
28/10	<i>Vinprovning:</i> Mousserande
11/11	<i>Månadsmöte:</i> Drömmar är segel – minnen är roder
30/11	<i>Chokladprovning:</i> Storm & Bille
9/12	Julfest

Återkommande aktiviteter

Måndagar:	Diskussionsklubb för herrar (14/9, 12/10, 9/11 och 14/12)
Måndagar:	Diskussionsklubb för herrar och damer (17/8, 21/9, 19/10 o 16/11)
Tisdagar:	Ett gott samtal för kvinnor (8/9, 6/10, 17/11 och 14/12)
Tisdagar:	Sopplunch i Örgryte församlingshem (varje tisdag under terminen med start 15/9)
Tisdagar:	Spela boule (under hösten)
Onsdagar:	Helpdesk: Hjälp med din smartphone (9/9, 14/10, 11/11 och 9/12)
Onsdagar:	Promenad till Lyckans café (16/9, 30/9, 21/10, 4/11 och 18/11)
Torsdagar:	Målarglädje (10/9, 24/9, 8/10, 22/10, 5/11 och 19/11)
Torsdagar:	Ät georgisk mat på Stumari (30/7, 27/8, 24/9, 29/10 och 26/11)
Fredagar:	Lunch på Ester Mosessons gymnasium (23/10)

Tack för att du är medlem!

Genom att vara medlem i SPF Seniorerna Örgryte får du tillgång till en mängd olika aktiviteter som föreningen arrangerar; mötesplatser, studiebesök, samtalsgrupper, workshops, måltidsgemenskaper, föreläsningar, resor mm. Ett 50-tal per termin och ett 15-tal under sommaren.

Det är alla dessa möten som är själva kärnan i SPF Örgrytes verksamhet. De personliga mötena där vi förhoppningsvis känner gemenskap och på sikt kanske också vänskap, där vi upplever nya saker tillsammans, utvecklas och är trygga i att dela tankar med varandra.



Fikastund efter Månadsmöte i Redbergskyrkan. (foto: Torgny Lindén)

Allt som föreningen erbjuder är sådant som medlemmarna själva hittar på, planerar och genomför. Utöver styrelsen finns en programgrupp som har ansvaret för föreningens program. I programgruppen deltar styrelsen och enskilda medlemmar. Har du idéer till program är du välkommen att höra av dig till oss i styrelsen. Och vill du vara med och planera vår verksamhet är du också välkommen att höra av dig. Det finns många goda krafter och en fin arbetsgemenskap i

programgruppen. Att vara engagerad kan handla om att vara med och planera aktiviteter, ta emot anmälningar, vara värd vid aktivitet, duka fikaborden, diska, hjälpa till med biltransport vid utflykter etc.

Det finns många anledningar att vara medlem i SPF Örgryte, utöver att delta i våra aktiviteter. Som medlemmar får vi tidningen Senioren nio gånger om året, vi får rabatterade försäkringar etc. En anledning att vara medlem är att SPF är en viktig lobbyorganisation för oss seniorer. Man kan också vara medlem för att föreningen gör bra saker för seniorer och av gammal vana. Tack för att du är medlem och möjliggör föreningens verksamhet!

Att förebygga och bryta ofrivillig ensamhet och isolering är en viktig och angelägen uppgift för SPF Örgryte. För detta har vi även i år fått statsbidrag. Hos oss ska alla aktiviteter ha som mål att förebygga och minska känslan av ensamhet! Vi vill också lyfta våra Månadsmöten som bra tillfällen att delta om man inte är så aktiv i föreningen. Det är en möjlighet att se vilka vi är, få information om föreningen och tillfälle att träffa medlemmar i vår styrelse för att ställa frågor och lämna synpunkter. Det är också ett utmärkt tillfälle att bjuda med gäster som är intresserade av att bli medlemmar i SPF.

Välkommen att höra av dig till oss i styrelsen om du har du frågor till föreningen, om du har någon idé till programpunkt, om du vill engagera dig eller om du vill berätta varför du är medlem. Du välkommen att ringa eller mejla oss. Kontaktuppgifter hittar du på sista sidan i detta program.

Styrelsen för SPF Seniorerna Örgryte

AVS: SPF Seniorerna Örgryte, c/o: Linda Frank, Överås Parkväg 13, 412 74 GÖTEBORG

SPF Seniorerna Örgryte

Utöver *Programbladet*, som utkommer två gånger per år, presenteras föreningens aktiviteter löpande på *SPF Örgrytes hemsida* samt meddelas i *Medlemsbrev* via e-post.

Under Bilder/Evenemang på hemsidan kan du se vad vi i föreningen gjort den senaste tiden. Nya aktiviteter kan tillkomma under terminen och presenteras då på hemsidan under Senaste nytt. Vi reserverar oss för eventuella program- och prisändringar som står utanför vår kontroll.

Läs mer på vår hemsida: **www.spfseniorerna.se/orgryte**

Styrelsen i SPF Seniorerna Örgryte (fram till årsmötet 2027)

Linda Frank	ordf.	073-501 60 04	linda.m.frank52@gmail.com
Lars Bergfeldt	v ordf.	070-825 88 40	bergfeldt45@gmail.com
Eva Jansson	kassör	070-940 07 79	eva@rejansson.se
Ingrid Löfstaf	sekr.	070-761 11 41	redheadmas@hotmail.com
Kerstin Sjöstrand Tysk	ledamot	070-759 24 08	kmst87@hotmail.com
Ann-Katrin Blomster	ledamot	073-539 95 81	ankablomster@gmail.com
Håkan Bergqvist	ledamot	070-880 14 92	hakanbergqvist48@gmail.com
Torgny Lindén	ledamot	070-311 28 05	torgny.linden@telia.com
Marianne Berter	ledamot	073-665 62 96	marianne.berter@gmail.com
Ingrid Sigfridsson			
Lundgren	IT	070-765 91 07	ingridsigfridsson@hotmail.com
Per Dahne	Trafik	072-734 44 88	per.dahne@telia.com