

Kom med du också!

Du kan anmäla dig på vår hemsida spf.se/orsa
eller kontakta någon i styrelsen!



Sonja Persson
Styrelsen ordförande
Tel: 070-248 88 99



Per Rudfeldt
Styrelsen vice ordförande
Tel: 076-110 17 24



Elize Göransson Larsson
Styrelsen medlemsansvarig
Tel: 070-597 97 92



Lennart Bärjegård
Styrelsen kassör
Tel: 070-592 29 27



Åke Back
Styrelsen ledamot
Tel: 070-391 77 08



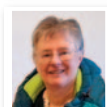
Carina Conradson
Styrelsen ledamot
Tel: 070-303 26 97



Ann Chatrin Norrbom
Styrelsen sekreterare
Tel: 070-364 60 95



Roland Björkman
Styrelsen ledamot
Tel: 070-571 50 42



Iris Holmstrand
Styrelsen ledamot
Tel: 076-774 28 47



SPF
SENIORERNA

Orsa

www.spf.se/orsa



MEDLEMSPROGRAM Hösten 2026

Aktuell info på vår hemsida spfseniorerna.se/orsa samt i vårt skyltfönster i
föreningslokalen, Frelins gränd 9, även annonser i Orsakompassen.
Info skickas också via mejl, SMS och Facebook (SPF Seniorerna Orsa)

SPF
SENIORERNA Orsa



SPF Seniorerna Orsa

Föreningslokal: Frelins gränd 9, Orsa
Ordförande Sonja Persson, 070-248 88 99
orsa@spfdalarna.se • www.spf.se/orsa

AUGUSTI

- 5/8 kl. 13–15 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
13/8 kl. 10.00 Styrelsemöte i SPF-lokalen.
19/8 kl. 13–15 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
28/8 kl. 12.30 SPF-lunch/Mat o Prat Restaurang meddelas via mejl.
31/8 kl. 14.00 Månadsträff på Orsa hembygdsgård.
KG Ståbis med flera underhåller.

SEPTEMBER

- Sept. kl. 14.30 Stickcafé i SPF-lokalen. Varje tisdag, udda veckor.
Sept. kl. 16.00 Vattengympa i Sporthallen. Höststart meddelas. Varje tisdag.
Sept. kl. 16.00 Innegympa i Bergets sporthall. Höststart meddelas. Varje torsdag.
2/9 kl. 13.00 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
3/9 kl. 13.00 Lär dig göra blombukett. I Spf-lokalen med Iris Holmstrand.
10/9 kl. 10.00 Styrelsemöte i SPF-lokalen.
11/9 kl. 12.30 SPF-lunch/Mat o Prat Restaurang meddelas via mejl.
11/9 kl. 18.00 Dans på Orsa hembygdsgård till Pär Norlings orkester.
14/9 kl. 17.00 "För din säkerhet" Försvarsutbildarna Dalarna informerar.
16/9 kl. 13.00 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
28/9 kl. 14.00 Månadsträff på Orsa hembygdsgård.
Janne Bäckman föreläser om järnvägens tillkomst.
30/9 kl. 13.00 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.

OKTOBER

- 1/10 Äldredag.
9/10 kl. 12.30 SPF-lunch/Mat o Prat Restaurang meddelas via mejl.
14/10 kl. 13-15 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
15/10 kl. 10.00 Styrelsemöte i SPF-lokalen.
16/10 kl. 18.00 Dans på Orsa hembygdsgård till Strike orkester.
26/10 kl. 14.00 Månadsträff på Orsa hembygdsgård.
Gösta Granholm med gäng underhåller.
28/10 kl. 13-15 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.

NOVEMBER

- 11/11 kl. 13-15 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
12/11 kl. 10.00 Styrelsemöte i SPF-lokalen.
13/11 kl. 12.30 SPF-lunch/Mat o Prat Restaurang meddelas via mejl.
25/11 kl. 13-15 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
25/11 kl. 15.00 Kransbindning
30/11 kl. 14.00 Månadsträff på Orsa hembygdsgård.
Aktivitet är ännu ej klar.

DECEMBER

- 3/12 kl. 10.00 Styrelsemöte i SPF-lokalen.
9/12 kl. 15.00 Vi gör juldekorationer inför julfest
9/12 kl. 13-15 Café Träffpunkten i SPF-lokalen.
12/12 kl. 16.00 Julfest på Orsa hembygdsgård
Orsa Dragspelssklubb musikunderhåller.

AKTIVITETER UNDER VÅREN 2026

Bridge: Onsdagar kl. 16.30 i PRO-lokalen. Arrangemanget är ett samarbete mellan PRO och SPF. Info: *Ove Huligren*, tel. 070-672 87 89.

Promenader/stavgång: Måndagar kl. 10.00, samling vid PRO-lokalen, Kyrkogatan. Ansvarig: *Eva Ljung-Lecomte*, 073-703 95 21.

Vattengympa: Tisdagar kl. 16.00 i Sporthallen.
Info: *Carina Conradsson*, tel. 070-303 26 97.

Stickcafé: Tisdagar udda veckor kl. 14.30. Höststart meddelas via mejl.
Info: *Berit Samuelsson*. Tel: 070-647 08 49.

Mat och prat/Lunch tillsammans:
Kl. 12.30. Andra fredagen i varje månad på olika restauranger.

Boule: Onsdagar kl 10.00 med SPF. Plats: Dalagatan 1. Återstart i augusti.
Info: *Bo Conradson*. tel. 070-632 84 68.

Café Träffpunkten: Onsdagar kl. 13-15 jämna veckor. Fika, samtal, kortspel.
Öppet hus i SPF-lokalen, "Kom in för en kopp fika".

Innegympa: Torsdagar kl. 16.00–17.00. Bergets skola. Ledare: *Clara Csefalvay*.
Info: *Roland Björkman* tel. 070-571 50 42.

Bowling: Torsdagar kl. 11.00. Tillsammans med SPF Mora i Moraparken.

Hjärn-gympa: Torsdag en gång/månad. Info: *Per Rudfeldt*, tel. 076-110 17 24.

Dans på Hembygdsgården: Info: *Per Rudfeldt*, tel. 076-110 17 24.

Bokcirkel: Info: *Karin Hansson*, tel. 070-537 57 29. Höststart meddelas via mejl.

Resor: Info/kontaktperson: *Gunnel Lovén*, tel. 070-381 05 21.

Samtalsgrupp: 1 ggr/månad. Info: *Sonja Persson*, Tel: 070-248 88 99

Tipspromenader/gåbingo **Studiecirklar i samarbete med Vuxenskolan.**
Resor • Dagsturer/vandringar **Vinprovning/PUB-kvällar**