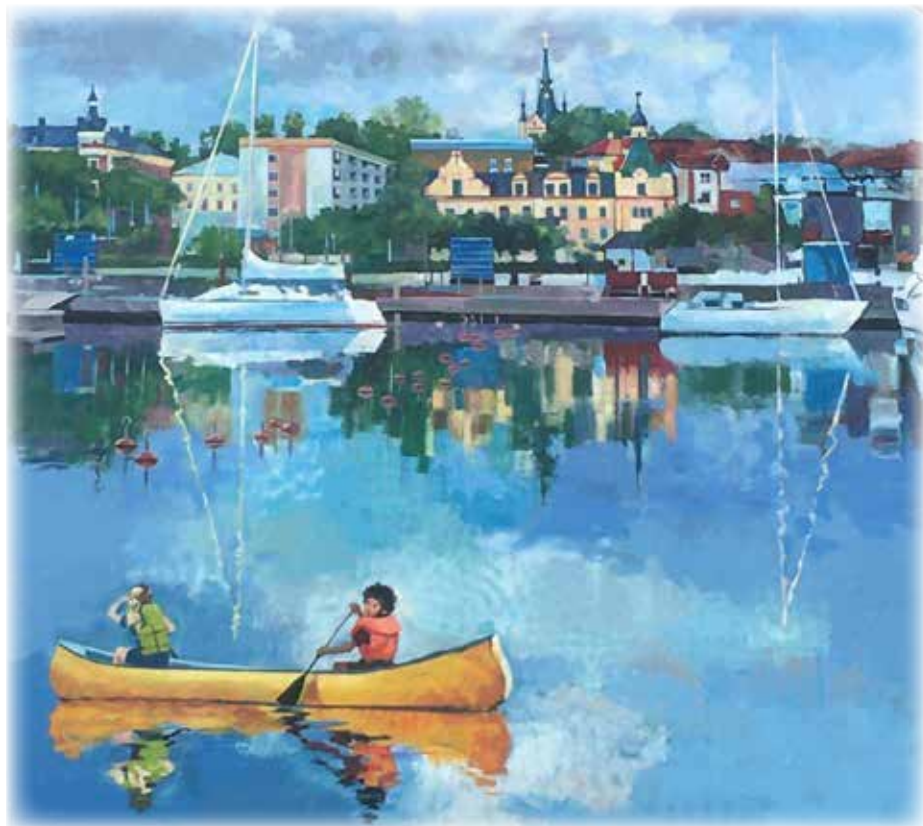




Oskarshamn

www.spfseniorerna.se/oskarshamn



PROGRAM FÖR 2026

fram till årsmötet i februari 2027

I samarbete med



Studieförbundet
Vuxenskolan



Länsförsäkringar

VÄLKOMMEN TILL VÅRA TRÄFFAR OCH AKTIVITETER

Föreningen är ideell samt partipolitiskt och religiöst obunden.

Våra prioriterade frågor är äldres ekonomi, hälsa & omsorg, boende och rätt att arbeta, motverka "ålderism" och minska ensamhet bland äldre. Vi kämpar för att få fler träffpunkter, där våra äldre kan mötas och umgås, eftersom ensamheten bland våra äldre är stor vilket kan leda till psykisk ohälsa.

Vi värnar varje persons lika värde och rätt. Rätten till ett gott och värdigt liv är centralt för SPF Seniorerna.

Genom Oskarshamnsforum och kommunens Dialogforum strävar vi efter att kommunen ska förbättra äldreomsorgen samt mer beakta äldres behov i samhället.

Våra månadsmöten håller vi i Folkets Park, ibland blir det extra möten. Skrivtolkar är bokade till alla medlemsmöten.

Vi har olika **Friskvårdsaktiviteter** för att passa var och en av våra medlemmar. I friskvårdsgrupperna träffar du medlemmar med samma intresse som du.

Vi lever med och i den digitala världen!

Du som har lämnat mejladress kommer att få fortlöpande information. Därför är det extra viktigt med korrekt mejladress och gärna mobilnummer! Vänligen meddela ändringar/kompletteringar till Christer Olsson, ansvarig för medlemsregister:

Mejla: christer_ohlsson@outlook.com eller mob/sms 070 398 90 24

Vi annonserar i Oskarshamns Tidningen sista lördagen i månaden samt Annonsbladet på "föreningsanslagstavlan". Besök gärna vår hemsida för mer information: www.spfseniorerna.se/distrikt/kalmar-distriktet/foreningslista/spf-seniorerna-oskarshamn/.

Installera gärna appen "SPF Senioren", instruktioner finns på hemsidan.

Besök även vår FaceBook-grupp; SPF Seniorerna Oskarshamn! Ditt medlemskort för 2026 finns på förbundets hemsida för nedladdning! Önskar du ett tryckt medlemskort kontakta Christer Olsson! Årsavgiften för 2026 är 280 kr/år. Inbetalningskort kommer från förbundet.

Lokalförening 0357 har sitt säte i Oskarshamn.

Org. nummer är 832800-7037. Vårt **Bankgiro är 5445-2040** och **Swishnummer 123 242 44 14**. Anmälan till samtliga möten är bindande och betalning sker via Swish eller Bankgiro innan sista anmälningssdag.

Vårens program

Anmälan till samtliga möten är bindande och betalning sker via Swish eller Bankgiro innan sista anmälningsdag.

Onsdag 11 mars kl. 14:00 Entréavgift 80 kr Parken

Kaffe/te och semla. Projektledare Anders Strömbäck kommer och berättar om O-ringen 2024 och nya träningshallen vid Arenan.

Anmälan senast 4 mars till: Irene Joelsson mob/sms 070 671 76 04

Måndag 23 mars kl. 13.00 Entréavgift 130 kr Parken

Kroppkakelunch. Kaffe/te. Press Kogyo informerar om sin verksamhet.

Anmälan senast 16 mars till: Stellan Hedlund mob/sms 073 372 11 34

Onsdag 15 april kl. 14:00 Entréavgift: 100 kr Parken

Kaffe/te, paj med vaniljsås Modevisning. H-G Johansson konferencier.

Anmälan senast 8 april till: Kerstin Nordlinder mob/sms 070 916 34 06

Måndag 27 april kl. 13:00 Entréavgift: 130 kr Parken

Kroppkakelunch. Kaffe/te. "Hela Människan", information av Ulf Ljunggren

Anmälan senast 20 april till: Britt-Louise H Johansson mob/sms 070 229 08 91

Onsdag 20 maj kl. 14.00 Ingen avgift Kyrkans hus

Träff för våra medlemmar som är 85+. Barbro Lennartsson Tarsén underhåller.

Inbjudan till berörda sker i god tid via brev/mail/telefon.

Onsdag 20 maj kl. 18.00 Entrepravgift: 195 kr Parken

Vårsupé: Lax med nypotatis och kall sås inkl. alkoholfri dryck. Baren är öppen. Glada bokens orkester underhåller.

Anmälan senast 13 maj till: Christer Olsson mob/sms 070 398 90 24

Vårens resor

22-24 APRIL LÜBECK MED SHOPPING I BURG

Dag 1 reser vi med buss till Lubeck för övernattnig på hotell Park in Radisson 2 nätter. Efter inkvartering äter vi en gemensam middag på hotellet. Ta med egen förmiddagsfika

Dag 2 tar vi en rundtur till fots med guide i Lubeck vilken vi avslutar med gemensam lunch på restaurang Schiffergessellschaft. Eftermiddagen disponerar var och en utifrån eget intresse. Middag på kvällen kan arrangeras på Schiffergessellschaft för de som vill och anmälan görs då i samband med anmälan till resan. Den ingår inte i priset.

Dag 3 börjar vi hemresan efter frukost och stannar till i Burg för de som önskar handla av vad som kan vara av intresse.

Priset är 4865kr om vi blir 30 personer och 4365kr om vi blir 40 personer. Enkelrumstillägg 1200kr. Detaljerat program kommer senare.

Bindande anmälan till Guje Larson via tel./sms 0769100127 **tidigast**

15 februari och senast 15 Mars. Betalning görs direkt till resebolaget efter överenskommelse. Först till kvarn gäller!

forts. nästa sid.

3 JUNI - UT I DET BLÅ - RESA TILL HEMLIG ORT.

Avresa med buss från parkeringen utanför Arenan kl. 07.00. Ta med eget förmiddagsfika. Priset för resan: 800 kr. Bindande anmälan till Guje Larson via tel./sms 0769100127 **tidigast 15 mars och senast 14 april** betalning sker i samband med anmälan - först till kvarn gäller!

Höstens program

Anmälan till samtliga möten är bindande och betalning sker via Swish eller Bankgiro innan sista anmälningsdag.

Onsdag 9 september kl. 14:00

Entréavgift: 80 kr

Parken

Upptaktsmöte. Kaffe/te

Sjukgymnast Olga Vassiljeva pratar om att förebygga artros i höft och knä

Anmälan senast 2 september till: Irene Joelsson 070 671 76 04

Måndag 21 september kl. 13.00

Entréavgift: 130 kr

Parken

Kroppkakelunch. Kaffe/te

Anders Österman berättar om Furön

Anmälan senast 14 september till:

Kerstin Nordlinder sms/mob 070 916 34 06

Onsdag 14 oktober kl. 18:00

Entréavgift: 260 kr

Parken

Vinprovning med 4 sorters röda viner med Munsänkarna från Mönsterås.

Vinglas medtages! Köttgryta serveras och baren är öppen.

Anmälan senast 7 oktober till:

Britt-Louise H Johansson mob/sms 070 229 08 91

Måndag 26 oktober kl. 13:00

Entréavgift: 130 kr

Parken

Kroppkakelunch. Kaffe/te

Information om Scania's verksamhet

Anmälan senast till 19 oktober till: Stellan Hedlund mob/sms 073 372 11 34

Onsdag 18 november kl. 14:00

Entréavgift: 100 kr

Parken

Kaffe/te. "Växter på liv o död", Ulf Lidman är filosofie doktor i zoofysiologi

tar med oss på en intressant "exkursion".

Anmälan senast 11 november till: Christer Olsson mob/sms 070 398 90 24

Onsdag 9 december kl. 13.00

Entréavgift: 295 kr

Parken

Julbord, subventionerat av Länsförsäkringar och SPF Seniorerna Oskarshamn

Anmälan senast 2 december till: Irene Joelsson mob/sms 070 671 76 04

Onsdag 13 januari 2027 kl. 14:00

Entréavgift: 100 kr

Parken

Upptaktsmöte med Landgång inkl. lättdryck, kaffe/te samt liten kaka

Anmälan senast 6 januari till: Stellan Hedlund mob/sms 073 372 11 34

Onsdag 10 februari 2027 kl. 14:00

Ingen entréavgift

Parken

Årsmöte med parentation och musik av Hans-Göran Johansson

Kaffe/te och tårta.

Anmälan senast 3 februari till:

Kerstin Nordlinder sms/mob 070 916 34 06

STUDIEFÖRBUNDET VUXENSKOLAN

Vill du vara med i en STUDIECIRKEL?

SPF samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan.

Du kan anmäla dig till en studiecirkel som redan är i gång eller vara med och starta upp en ny tillsammans med vänner eller bekanta som delar samma intresse som du.

Vi lär av varandra!

SPF samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan. Genom dem kan vi anordna kostnadsfria studiecirklar där vi även har tillgång till Vuxenskolas lokaler. Det vi kan erbjuda till vårterminen 2026 är följande cirklar: Läs & Res, Kulturvandring, Hantverkscafé och Bokcirkel.

Vill du anmäla dig till en cirkel eller om du har något annat förslag, hör av dig till Sophie Axelsson på Vuxenskolan tel: 070-455 25 09 alt. sophie.axelsson@sv.se. Håll utkik i tex. Stadsmagasinet, på biblioteket eller Vuxenskolas sociala medier för mer information om studieförbundets utbud. Studieansvarig i SPF seniorerna Oskarshamn är Kerstin Nordlinder tel: 070-916 34 06.

Höstens resa

SEPTEMBER, TRE-DAGARSRESA TILL HALLAND - EVENTUELLT SUBVENTIONERAD AV OSKARSHAMNS KOMMUN.

Dag 1 Avresa från Oskarshamn på morgonen. Vi åker till Tjolöholms slottscafé och intar lunch där. Efter lunch går vi en guidad tur på Slottet. Efter besöket där går resan vidare till Varberg för övernattnig med middag och kvällsvandring. Ta med egen förmiddagsfika

Dag 2 Besök på Derome Trä vilket är ett museum som berättar om skogens betydelse för Sveriges ekonomiska utveckling. <https://dero-metramuseum.se/>. Efter besöket där fortsätter vi till Falkenberg med liten stadsvandring och lunchen intas på Skrea strand. Resan fortsätter kustvägen via Steninge mot Halmstad men vi gör ett stopp vid Mjellby konstmuseum. Övernattning och gemensam middag på hotellet blir det i Halmstad.

Dag 3 Efter frukost får vi lära känna Halmstad på egen hand och efter lunch träffas vi för att börja resan hemåt och någonstans kring Växjö blir det stopp för bussfika.

I priset ingår Bussresa, 2 övernattningar i dubbelrum, 2 hotellfrukostar, 2 luncher, 2 middagar och 1 bussfika med dopp. Entré till Tjolöholm slott, Derome museum och Mjellby konstmuseum, guide samt lagstadgad rese-moms. Pris 5900kr vid 40 personer. Detaljerat program kommer senare. Bindande anmälan till Guje Larson tel/sms 076 910 01 27 tidigast 1 juni och senast 30 juni. Betalning görs direkt till resebolaget efter överens-kommelse. Först till kvarn gäller!

Aktiviteter

MÅNDAGAR

Bridge Vi träffas i Be-Ge Bils lokaler Fabriksgatan 12. Varje måndag kl 13.15 till ca 18.00. Bridge är roligt och spännande, ger gemenskap och nya vänner samt ger stimulans åt hjärnan. Följ våra resultat på www.bridgedata.se/spfoskars-hamn **Peder Hjalmarsson 070 249 25 90** pederhjalmarsson@yahoo.se

Zamba Canasta (kortspel) 20 kr/tillfälle

Vi träffas i Be-Ge-hallen varje måndag kl. 17.

Catharina Rundbäck 070 551 75 49

catharina_rundback@outlook.com

Ann-Greth Jonsson 070-346 76 99

ann-greth.jonsson@telia.com

Bill Ulvemo 070-767 82 60

bill@ulvemo.se

MÅNDAGAR OCH TORSDAGAR

Luftgevär 30 kr/tillfälle Ingen anmälan!

Vi träffas på måndagar kl 17.00-18.30 samt torsdagar kl. 08.00 i skyttehallen mitt emot Jem & Fix (till höger vid ingången).

Stellan Hedlund 073 372 11 34

hedlundstellan@hotmail.com

TISDAGAR OCH TORSDAGAR

Boule 20 kr/tillfälle. Ingen anmälan! Vi träffas tisdagar och torsdagar kl. 13.00. Under sommaren på Kikeboplan och på vintern vid Strike, Sörviksvägen 15B. **Britt Redborn 070-566 25 96** bredborn@hotmail.com

Linedance tisdagar. Anmälan! Vi träffas tisdagar kl. 9.30 i Folkets Park, Inbetalning sker i samband med anmälan till bankgiro 5445-2040.

Anita Wahlstedt 070 597 78 53

wahlstedt.anita@gmail.com

Rosemarie Gard 073 076 32 11

Vattengymnastik tisdagar, två grupper 580 kr för 12 tillfällen.

Börjar 20 januari 2026 kl. 12.50 – 13.40 och 13.50 – 14.40

Första anmälningsdatum 8 januari 2026. Ledare: Kerstin Sjögren

Irene Joelsson 070 671 76 04

pederirene.j@gmail.com

TORSDAGAR 3 tillfällen vår respektive höst

Pensionärsbio på Sagabiografen Vårens biodatum 2026: 26 februari, 26 mars samt 23 april.

Kirsi Hemmingsson 070 765 12 15

kirsi.hsson@hotmail.com

FREDAGAR

Gymnastik 100 kr/termin. Ingen anmälan!

Vi träffas fredagar kl.10.00 i gymnastikhallen på Åsaskolan.

Ingrid Lind 070 671 86 30

lind_ingrid@yahoo.se

Funktionärer för 2026

STYRELSEN (VALBEREDNINGENS FÖRSLAG)

Britt-Inger Svensson, ordf.	070 533 13 18	linlud2@gmail.com
Börge Thörn, vice ordf.	070 544 11 83	thornborge@gmail.com
Guje Larson, kassör	076 910 01 27	spfseniorena.oskarshamn@outlook.com
Margaretha Håkansson, sekr.	070 250 65 83	magganhakansson50@gmail.com
Christer Olsson	070 398 90 24	christer_ohlsson@outlook.com
Irene Joelsson	070 671 76 04	pederirene.j@gmail.com
Britt-Louise H Johansson	070 229 08 91	britta@bahnhof.se
Stellan Hedlund	073 372 11 34	hedlundstellan@hotmail.com
Kerstin Nordlinder	070 916 34 06	nordlinder.k@gmail.com
Ingvar Persson, suppl.	070 606 64 38	ingvarp47@gmail.com
Anders Johansson, suppl.	070 090 89 70	pedalh53@gmail.com

DISTRIKTSOMBUD

Ordinarie

Britt-Inger Svensson, Börge Thörn, Margaretha Håkansson, Guje Larson, Christer Olsson

Ersättare

Irene Joelsson, Britt-Louise H Johansson, Stellan Hedlund

KOMMUNENS DIALOGFORUM SAMT OSKARSHAMNSFORUM

Britt-Inger Svensson 070 533 13 18 linlud2@gmail.com
ersättare: Irene Joelsson 070 671 76 04 pederirene.j@gmail.com

REVISORER

Carl-Johan Dunge 073 708 82 75 carl-johan.dunge@skogochlantbruk.se
Claes Engberg 070 970 83 60 claes_engberg@telia.com
Laila Bergvall (suppleant) 070-299 95 49 laila.bergvall@gmail.com

VALBEREDARE

Sven-Gunnar Skansberg 070 572 05 03
Carina Johansson 070 664 87 54
Ulla Yngwe 070 981 30 74
Två vakanser



Grafiskt Tryck AB

Övr. funktionärer för 2026

(tillsätts av styrelsen)

INFORMATION

Britt-Louise H Johansson

070 229 08 91 britta@bahnhof.se

HEMSIDA

Christer Olsson

070 398 90 24 christer_ohlsson@outlook.com

FB-ADMINISTRATÖRER

Conny Larson

070 455 47 19 conlar54@gmail.com

Britt-Inger Svensson

070 533 13 18 linlud2@gmail.com

MEDLEMSREGISTER

Christer Olsson

070 398 90 24 christer_ohlsson@outlook.com

FRISKVÅRD

Irene Joelsson

070 671 76 04 pederirene.j@gmail.com

PROGRAMKOMMITTÉN

Britt-Louise H Johansson sam.k.

070 229 08 91

britta@bahnhof.se

Irene Joelsson

070 671 76 04

pederirene.j@gmail.com

Börge Thörn

070 544 11 83

thornborge@gmail.com

Stellan Hedlund

073 372 11 34

hedlundstellan@hotmail.com

Kerstin Nordlinder

070 916 34 06

nordlinder.k@gmail.com

VÄRDKOMMITTÉN

Harriet Johansson

070 676 83 80

harriet.a.johansson@telia.com

Irene Joelsson

070 671 76 04

pederirene.j@gmail.com

Conny Larson

070 455 47 19

conlar54@gmail.com

Britt-Louise H Johansson

070 229 08 91

britta@bahnhof.se

Ann-Greth Jonsson

070 346 76 99

ann-greth.jonsson@telia.com

Irene Weinfors

072 234 64 60

irene.weinfors@gmail.com

Inger Hedlund

070 676 27 18

ingerlingrudhedlund@gmail.com

Kerstin Holtmer

070 639 88 75

k.holtmer@telia.com

Ann-Louise Pettersson

070 516 18 39

annlouisepettersson11@gmail.com

Monica Skansberg

070 554 42 04

monica@skansberg.se

Carina Oskarsson

073 559 61 61

carina.oscarsson@telia.com

Anders Johansson

070 090 89 70

pedalh53@gmail.com

Irene Larsson

070 305 08 65

irenelarsson1952@icloud.com

Siw Adolfsson Fält

070 364 60 33

siw.af@hotmail.com

Anders Fält

070 684 24 35

anders.falt2@telia.com

Ann-Marie Gustafsson

070 875 31 19

ann-marie-gustafsson@hotmail.com

Margita Nilsson

070 600 68 96

gitan6@hotmail.coM

LOTTERIKOMMITTÉN

Kerstin Kalmsten

070 775 55 97

Britt-Marie Bredhammar

070 415 17 58

Ann-Charlotte Lundgren

070 219 88 22

Heléne Carlsson

070 573 53 59

5 starka skäl att gå med i SPF Seniorerna

- Ett enkelt sätt att träffa nya och gamla vänner
- Delta i aktiviteter, kurser och resor
- Stödja arbetet för seniorernas villkor i samhället
- Dra nytta av centrala och lokala medlemsförmåner
- 9 nummer av medlemstidningen Senioren (värde 441 kr/år)