

Program vår och höst 2025



Hemsida: www.spfseniorerna.se/ostrablekinge

App: SPF Seniorerna Östra Blekinge

Vi samarbetar med Vuxenskolan



MÖTEN OCH TRÄFFAR FÖR ALLA MEDLEMMAR

Alltid kl. 14.00 - om inget annat anges!!

2025

- Ons 8 jan **Månadsmöte.** Kristianopels Bygdegård.
Julgransplundring med julbord och dans kring
granen.
- Ons 19 feb **Årsmöte.** Jämfö Folkets Hus.
Harmonikören. Parentation.
Årsmötesförhandlingar.
- Ons 19 mars **Månadsmöte.** Torhamns församlingshem
Sång och musik med Åke och Lena.
- Ons 23 april **Månadsmöte.** Kustgården, Senoren.
Vi sjunger in våren tillsammans med
Harmonikören.
- Maj v. 20 **Månadsmöte.** Ersätts med en hemlig
bussresa.
- Ons 18 juni **Månadsmöte.** Jämfö Folkets Hus.
Sillamiddag. Musikunderhållning med
Proteserna.
- Ons 17 sep **Månadsmöte** Jämfö Folkets Hus.
Kroppkakor. Modevisning dam -och
herrkläder.
- Ons 15 okt **Månadsmöte** Kristianopels bygdegård..
Skördeauktion. Harmonikören sjunger in
hösten.
- Ons 19 nov **Månadsmöte.** Torhamns församlingshem.
Föredrag av Isabelle Karlström "Lokalt
producerad mat".
- Ons 10 dec **Månadsmöte.** Ramdala kyrka och
Församlingshem. Karlskronas lucia.
Harmonikören och paketauktion. Skänk
gärna paket med min 50 kr värde.

2026

- Ons 14 jan **Månadsmöte.** Kristianopels bygdegård.
Julgransplundring. Julbord och dans kring
granen.
- Ons 18 feb **Årsmöte.** Jämfö Folkets Hus. Harmoni-
kören. Parentation.
Årsmötesförhandlingar.

Trivselaktiviteter 2025

- Ons 23 juli **Grillträff.** Kustgården. Senoren.
Sång, musik med Quiz. Tag med mat till grillen.
- Ons 27 aug **Trivseldag.** Tvistens Missionshus.
Kl. 13-16. Mat, lekar, tävlingar, sång och musik. Prisutdelning.

Tematräffar

- Tor 6 Mars Frågor om ny teknik i vårt samhälle.
Hemsida, AI, App och telefoner.
- Mån 28 apr "Smultronställen i östra Blekinge"
Vandring i Ådalen tillsammans
med "måndagsgänget".
- Tor 25 Sep Tema Hälsa i SPF lokalen.
Äldresjuksköterska från Jämjö
Vårdcentral informerar.
- Tor 2 okt "Smultronställen i östra Blekinge"
Skogstema med Cecilia Rooth. Tid
och plats meddelas senare.

Studiebesök

- Tid våren Roxtec Verkö.
Tid hösten Bil -och porslinsmuseet.

Eftermiddagskaffe

Andra torsdagen i månaderna februari (13/2), mars(13/3), april (10/4), september (11/9), oktober (9/10), november (13/11) träffas vi **kl.14 i SPF lokalen.** Vi lyssnar på musik, frågesport, dricker kaffe och pratar. *Sitt inte ensam—kom och fika med oss.*

Studiecirklar

Vill Du vara med? Ring respektive ledare, då får du information om starttid m.m.

De flesta cirkarna hålls i SPF-lokalen.

Måndag

13.15 Harmonikören. Ledare Bo Zetterqvist
Särskild kallelse om tidpunkt till deltagarna.

Tisdag

09.30 Boule. Skarnholm, Kristianopel
Ledare Agneta Karlsson 0723-879790 och
Jan Enqvist 0709-189180.

14.00 Släktforskning. Start våren vecka 7, hösten vecka 43. Ledare: Nils-Erik Persson tel. 0705-954385.

14.00 Läsecirkel. Varannan vecka. Udda veckor. Ledare Maria Källström tel. 0706-004820.

Onsdag

13.30 Textila tekniker/återbruk. Varannan vecka udda veckor. Ledare Ulla Andersson tel. 0708-410650.

14.00 Akvarellmålning. Varannan vecka, jämna veckor Ledare: Karin Gustafsson tel. 0705-156784.

Torsdag

09.30 Minnesträning Canasta och Bridge.

Ledare: Anna Danell tel. 0705-641516.

09.30 Boule. Skarnholm, Kristianopel

Ledare Agneta Karlsson 0723-879790 och Jan Enqvist 0709-189180.

Fredagar

10.00 Qigong. Ledare Ulla Andersson tel. 0708-410650.

Välkommen till föreningens aktiviteter!

Vi kommer att under året att anordna en repetitionskurs i Hjärt-Lungräddning (HLR).

För mer information

Gå in på vår **hemsida:** www.spf.se/ostrablekinge

App: SPF Seniorerna Östra Blekinge

Facebook: SPF Seniorerna Östra Blekinge

Stöd och hjälp - någon att prata med?

Ring Elin Sjöström 0708-349129 eller Ing-Britt Åkesson 072-3190311.

Kontaktpersoner i styrelsen

Ordf.: Karl-Eric Andersson (KEA), tel. 0708-418490

Sekreterare: Bengt Billemyr, tel. 0703-256130.

Kassör: Bo Thorsell, tel. 0727-345447.

