

Välkommen till Våren 2023

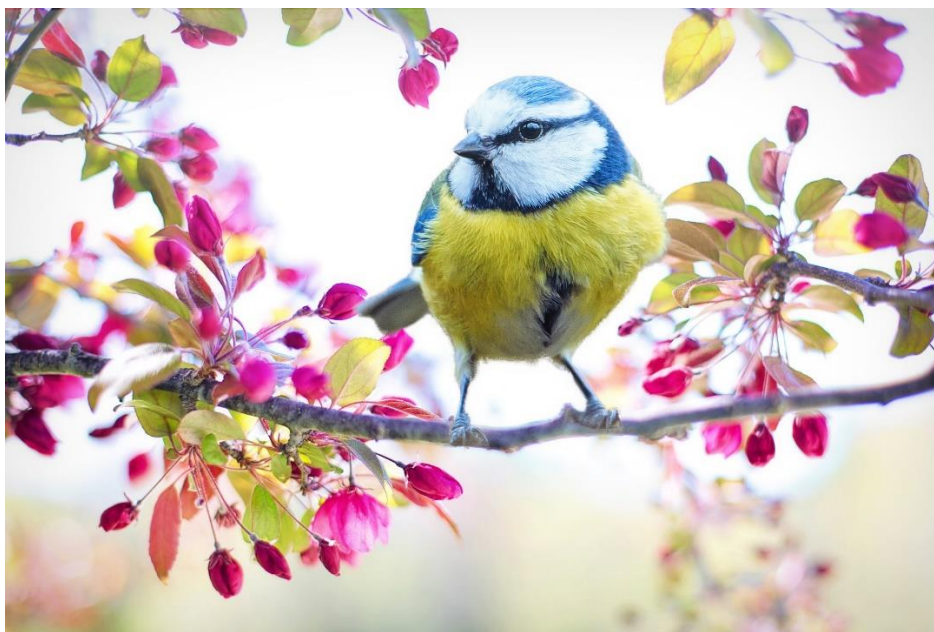


Bild av Jill Wellington från Pixabay

PROGRAM

Styrelsen

Ordförande	Kerstin la Fleur Jeppsson	0768-162502
Vice ordf./Kassör	Yvonne Andersson	0733-313042
Sekreterare	Inge Petersson	0708-495588
IT-ansvarig	Per Arne Bjurling	0709-181413
Vice IT ansv	Göran Lander	0706-004803
Ledamot	Gunnar Karlsson	0761-680186
Ledamot	Laila Andersson	0733-854542
Ledamot	Stig-Olof Lindén	0705-215316
Ledamot	Marianne Thorell	0763-627135

Välkommen till Våren 2023

Vi fortsätter med att man måste anmäla sig till varje evenemang och caféträffar så att vi kan förbereda våra möten på bästa sätt! Först till kvarn gäller!

Alla anmälningar skall ske till någon av nedanstående:

Yvonne Andersson, tel 0733-313042, yvonnegunandersson@gmail.com

Kerstin la Fleur Jeppsson, tel 0768-162502, spfseniorerna.ronneby@gmail.com

Meddela namn, telefonnummer och ev. specialkost.

OBS! Glöm ej att avanmäla om du får förhinder!

Vid vanliga cafémöten i Rosa Huset serveras fika inkl. underhållning till ett pris av **50 kr.**

OBS! Vid övriga evenemang i Rosa Huset gäller olika priser enligt programmet!

Vid månads- eller årsmöte på Bergslagskrogen/Golfrestaurangen serveras buffé och underhållning till ett pris av **150 kr.** Anmälan senast måndagen före respektive aktivitet.

PROGRAM

JANUARI

Torsdag den 12 januari kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Gröt och skinkmacka. Vuxenskolan informerar om sin verksamhet. **Pris 90 kr.**

Torsdag den 19 januari kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Folkhälsoansvariga Eva Holmberg informerar om *Läkemedel för äldre och om hörselnedsättning.*

Fredag den 20 januari.

Arlövsrevyn.

Torsdag den 26 januari kl 15.00. Obs! Tiden!

Månadsmöte på Bergslagskrogen/Golfrestaurangen.

Musik och sång av Jonathan Nilsson, Karlshamn. Lotteri.

FEBRUARI

Torsdag den 2 februari kl 14.00. Café i Rosa Huset.

En resa från kvantitet till kvalitet. Lite historik om hur fiskens och fiskets förutsättningar ser ut. Bengt Larsson berättar. Lotteri.

Torsdag den 9 februari kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Laila Johansson, SV, informerar om högläsning för äldre. Information om äldreomsorgen i Ronneby Kommun av Maria Appelskog, förvaltningschef, och Sara Blixt, ordförande i äldrenämnden.

Torsdag den 16 februari kl 15.00. Obs! Tiden!

Årsmöte på Bergslagskrogen/Golfrestaurangen.

Underhållning "Brothers in Law" med Lars Brown och Olof Gustafsson. **Pris 150 kr.**

Torsdag den 23 februari kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Jakten på spöket i Hjortsberga prästgård. Föreläsning av Peter Bowin.



MARS

Torsdag den 2 mars. Föreläsning i Soft Center.

Åldersdiskrimineringen, viktig fråga att lösa! Barbro Westerholm, f.d. ordförande i SPF Seniorerna, f.d. riksdagsledamot, numera sakkunnig i SPF Seniorerna, föreläser på Soft Center i lokalen Tellus. Tid meddelas senare.

Torsdag den 9 mars kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Kris- och beredskapsinformation, Per Drysen, kris- och beredskapssamordnare, Ronneby Kommun informerar.

Torsdag den 16 mars kl 15.00. Obs! Tiden!

Månadsmöte på Bergslagskrogen/Golfrestaurangen.

Underhållning av Stefan Nilsson, Nordersund. Lotteri.

Lördag - söndag 18 - 19 mars. FUNNY GIRL, musikal med Sanna Nielsen på Malmö Opera.

Se vidare information i särskilt program.

Torsdag den 23 mars kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Tommy Nilsson berättar och visar bilder från Ronneby. Lotteri.

Torsdag den 30 mars kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Från fullt seende till helt blind. Gunilla Bengtsson berättar.

APRIL

Torsdag den 13 april kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Allmän frågesport med 12 frågor, 1x2-svar.

Torsdag den 20 april kl 18.00. Obs! Tiden!

Månadsmöte på Bergslagskrogen/Golfrestaurangen.

Trubadurafteon med Johan Svedberg. Lotteri.

Torsdag den 27 april kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Hur skyddar vi oss mot bedrägerier? Länsförsäkringar berättar.

MAJ

Torsdag den 4 maj kl 14.00. Café i Rosa Huset.

Underhållning av Ukelelegruppen. Lotteri.

Torsdag den 11 maj kl 14.00. Stadsvandring i Ronneby.

Vandring med Tommy Nilsson. Samling i Rosa Huset. Efter vandringen bjuder vi på fika.

Torsdag den 25 maj kl 15.00. Obs! Tiden!

Månadsmöte på Bergslagskrogen/Golfrestaurangen.

Ronnebysonen Olle Björngreen underhåller. Lotteri.

JUNI

Torsdag den 1 juni kl 15.00. Obs! Tiden! Våfflor i Rosa Huset.

Föreningen bjuder på våfflor i trädgården. Underhållning av Bälgakompisarna. Lotteri.

Måndag den 26 juni kl 15.00. Obs! Dag och Tid! Besök på Björketorps gård.

Guidad tur på gård, lunch, kaffe och gårdens glass. Möjlighet till samåkning. **Pris 250 kr.**

JULI

Torsdag den 27 juli kl 17.00. Obs! Tiden! Korvgrill i Rosa Huset.

Föreningen bjuder på korvgrill och kaffe. Underhållning av Bälgakompisarna. Lotteri.

Allmänna

Föreningsfrågor	Kerstin la Fleur Jeppsson 0768-162502	spfseniorerna.ronneby@gmail.com
Försäkringsfrågor/ Medlemsansvarig	Yvonne Andersson 0733-313042	yvonnegunandersson@gmail.com
Medlemsansvarig	Kerstin la Fleur Jeppsson 0768-162502	spfseniorerna.ronneby@gmail.com
KPR/Folkhälsa	Eva Holmberg 0706-840172	eva@vieryd.se
Mediaansvariga	PA Bjurling 0709-181413	pa.bjurling@gmail.com
	Göran Lander 0706-004803	goranlander@hotmail.se
Studieansvariga	Yvonne Andersson 0733-313042	yvonnegunandersson@gmail.com
	Marianne Thorell 0763-627135	thmarianne@hotmail.com
Trafikansvarig	Mats Artebrant 0705 566424	mats.artebrant@bahnhof.se



Resor och studiebesök

Bussresor utgår från Resecentrum.

Särskilda regler för anmälan och betalning gäller vid resor. Se nedan.
Vid anmälan uppgi namn, adress och telefonnummer samt specialkost.

Välkommen och ha en trevlig resa!

Fredag den 20 januari 2023. Arlövsrevyn.

**Lördag den 18 mars 2023. Musikalen Funny Girl på Malmö Opera. Pris 2 395 kr.
Tvådagars resa. Se separat program.**

Måndagen 26 juni 2023. Besök på Björketorpsgård. Guidning mm. Pris 250 kr.

Regler för anmälningar och avbeställningar vid resor arrangerade av SPF Ronneby.

I programmet skall förutom anmälningsdag och betalningsdag även anges hur många som kan delta. Vid anmälan skall namn på alla deltagare samt telefonnummer uppges.

För varje resa anges sista anmälningsdag och i förekommande fall även betalningsdag.

De först anmälda kommer med på resan. När resan är fulltecknad, noteras reserver i turordning. Om resan inte blir fulltecknad av våra medlemmar före sista anmälningsdag går erbjudandet över att delta till andra SPF-föreningar, därefter till anhöriga och vänner.

Avbeställning skall göras så snart som möjligt, så att reserv kan kallas in. Vid återbud efter anmälningstidens utgång debiteras den kostnad föreningen får om reserv ej kan sättas in.

Reglerna fastställdes i styrelsen den 11 maj 2012.



FRISKVÅRD

Boule

Boulehallen i Kallinge.
Sommartid utomhus.

Måndag	13.30 - 15.45
Onsdag	13.30 - 15.45 och 17.30 - 19.30
Fredag	13.30 - 15.00
Söndag	10.00 - 12.00

Medlemskap krävs i Ronneby Bouleallians för spel i Kallinge.
Vid intresse kontakta Mona Hägebrink, tel 0706-212948.

Boule i Brunnsparken

Måndag	13.30 - 15.30
Torsdag	10.00 - 12.00

Golf

Vid intresse kontakta Claes Friberg, tel 0701-477166.

Simning

Onsdag kl 14.30 - 15.30. Pensionärstid i Ronneby sporthall.

United Motion Gym

Gruppträningsklasser anpassade för 60+.

Utökat utbud se United Motions hemsida.

Egen träning i gymmet mellan kl 05.00 - 24.00 alla dagar i veckan.

Introduktion och individuellt programupplägg i gymmet ingår i medlemskapet.

Kostnaden är en inskrivningsavgift på 349 kr, som betalas, när man tecknar avtalet samt för medlem i SPF, 299 kr/månad dagtid.

United Motion Gym

Kungsgatan 11

37230 Ronneby

www.unitedmotiongym.se

mail: info@unitedmotion.se tel 0457-14646



Vårens studiecirklar 2023

I samarbete med

Studieförbundet Vuxenskolan i Ronneby

arrangerar vi studiecirklar i följande ämnen under våren 2023.

Vi söker hela tiden efter personer, som är intresserade av att leda cirklar!

Är du intresserad? Hör av dig! Även önskemål om nya cirklar mottages tacksamt.

u.v.=udda vecka och j.v.=jämn vecka. **Cirklar i egen regi kostar 80 kr/termin.**

Skönlitteratur. Fortsättning

Onsdag kl 13.00 - 15.15 u.v. Anmälan till Ulla Ignell, tel 0766-281347.

Start 18 januari.

Skönlitteratur.

Tisdag kl 13.00 - 15.15 u.v. Anmälan till Monika Lorentzon, tel 0709-957596.

Start 17 januari.

Konst. Akvarell och olja.

Kamratcirkel med viss experthjälp.

Måndag kl 14.00 - 17.00 varje vecka. Anmälan till Anita Pettersson, tel 0721-557856.

Start 9 januari.

Körsång. Vi sjunger med glädje.

Onsdag kl 14.00 - 16.15 j.v. Anmälan till Birgitta Lindén, tel 0733-229771.

Start 11 januari.

Stickcafé

Tisdag kl 13.00 - 15.15 j.v. Förfrågan och anmälan till Laila Andersson, tel 0733-854542.

Start 10 januari.

Vi spelar Canasta.

Tisdag u.v. och onsdag j.v. kl 10.00 - 12.30.

Förfrågning och anmälan till Brita Olofsson, tel 0738-299729.

Start tisdag 17 januari.

SPF Seniorerna Ronneby

Ågårdsgatan 6, 372 35 Ronneby. Kerstin tel 0768-162502

Bankgiro: 5107-3930

Swish: 1234576856

SPF Seniorerna Ronneby Styrelsen 2022 - 2023



e-post till SPF Seniorerna Ronneby:

spfseniorerna.ronneby@gmail.com



Skaffa appen SPF Seniorerna i mobil och surfplatta. Där du kan läsa nyheter och annan information från hemsidan.

Föreningens hemsida:

<http://www.spf.se/ronneby> Där finns våra nyheter.

Hemsidesansvariga: Per Arne Bjurling/Göran Lander.

Sponsorer



I samarbete med

