

Veckomail v 42 och 43

För perioden måndag 13 oktober – söndag 26 oktober

Nästa veckomail för v 44 och 45 kommer ut söndag 26 oktober

Telefon till expeditionen: **073 – 977 37 06**

Mailadress till expeditionen: **karlskoga@spfseniorerna.se**

Expeditionen på Solbringen öppen måndagar och torsdagar kl. 10.00 – 12.00
och onsdagar kl. 14.00 – 16.00

Anmälan är öppen för nedan aktiviteter.

Måndagar kl 09.30, måndagspromenaderna startar från Solbringen.
Ansvariga är Christina Svärd, Margareta och Hans Boer. Ingen föranmälan behövs.

Gympa med Britt

Sittgympa: Måndagar kl. 14.00 på Solbringen, onsdagar kl. 13.30 på Nickkällan.

Stågympa: Torsdagar ojämna veckor kl. 14.00 på Solbringen.

Ingen föranmälan till gympagrupporna.

Bowling torsdag 16 oktober är inställt.

Nästa träff blir den 30 oktober kl. 13.00 – 14.00

Christina Svärd och Viwi-Ann Israelsson tar hand om och instruerar er på bowlinghallen.

Anmälan till exp. Sista anmälningsdag dagen innan kl. 11.00.

Tisdag 21 oktober, Åta bör man . . . och gärna tillsammans

Tid: kl. 12.30. Välkomna till restaurang Hugo, Baggängsvägen 33. Lunchen kostar 120 kr och inkluderar 2 rätter, salladsbuffé, bröd, måltidsdryck, kaffe och kaka.

Aktivitetsansvariga: Tord Larsson, Marianne Persson och Kristina Ström Lekberg.

Anmälan till exp. Sista anmälningsdag måndag 20 oktober kl. 11.30, Välkomna!

Tisdag 28 oktober, Månadsmöte kl. 14.30 på Solbringen

Musikunderhållning med trubaduren Anders Ess", som bjuder på en musikalisk resa med "Gott och Blandat".

Ansvarig: Marianne Leijder.

Anmälan till expedition

Sista anmälningsdag torsdag 23 oktober kl 11.00.



Välkommen till Uppsala – lärdomens och den eviga ungdomens stad

Fredag 7 november reser vi till Uppsala och tar del av dess historia. Vi besöker Domkyrkan och Gustavianum med Rudbecks anatomiska teater och det berömda Augsburgska konstskåpet.

Priset för denna resa är 1 100 kr. I priset ingår fika och lunch på Katedralkaféet samt guidade visningar i Domkyrkan och Gustavianum. Vi gör även ett besök på Värmlands Nation.

Avresa: OBS! Avresetiderna

Medborgarplatsen i Degerfors kl. 06.25, Nickkällan kl. 06.40, Solbringen kl. 06.50, Bergmästaren kl. 07.00. Hemkomst ca kl. 19.00



Anmälan till expeditionen senast torsdag 23 oktober, kl. 11.00. Ange telefonnummer, påstigningsplats och ev. matallergier. Max deltagare 30. **Förskottsbetalning via Swish till 123 552 32 12 eller bankgiro 5715-5640 ange "Uppsala".**

Hålltider:

Kl. 06.25	Medborgarplatsen Degerfors: Se ovan respektive påstigningsplats
10.15	Fika i Katedralkaféet
10.45 - 11.45	Grupp 1, guidad tur i Domkyrkan
11.00 - 12.00	Grupp 2, entré och visning av Gustavianum
12.00	Lunch i Katedralkaféet
13.00 - 14.00	Grupp 1, entré och visning av Gustavianum
13.00 - 14.00	Grupp 2, guidad tur i Domkyrkan
14.30 - 15.30	Värmlands Nation
16.00	Återresa Hemkomst: Ca kl. 19.00

Gruppindelningen beror på att man inte tar större visningsgrupper än 15 personer. Tiderna i Uppsala kan verka vara väl tilltagna, men om tiden medger finns mycket att se i kvarteren runt Domkyrkan, om man strosar runt på egen hand, exempelvis runstenarna i Universitetsparken, Universitetsaulan, Ärkebiskopsgården och Helga Trefaldighetskyrkan. Dessutom är det ett stenkast till Värmlands Nation, Skytteanska trädgården, och citykärnan.

Aktivitetsansvarig: Hans-Eric Wikström

Öppen för anmälan måndag 20 oktober

Tisdag 11 november, Vetgiriga Veteraner kl. 14.30 på Solbringen

FÖRSVARSMAKTEN – Bergslagens Artilleriregemente

Återetablering av Bergslagens Artilleriregemente, en del i att stärka artilleriförmågan!

Våren 2024 gästades vi av representanter från A9 som berättade om nystarten av att återetablera A9 i Kristinehamn och deras arbete med Villingsberg. Nu blir vi uppdaterade på vad som har hänt under de senaste 18 månaderna, var står man idag, hur ser man på den förändrade världsbilden och var innebär det för vår beredskap?

Aktivitetsansvariga: Hans-Eric Wikström och Eva Öberg

Anmälan till exp. senast 6 november kl. 11.00.

Varmt välkomna till våra aktiviteter i höst!
Styrelsen