

## Nyhetsbrev vecka 21 2026

### Hälsovecka, månadsmöte, ny resa och ordförandekonferens

Äntligen har det regnat och våra trädgårdar och balkonglådor kommer snart att explodera i blomsterprakt.

#### Månadsmöte

Rolf Hammarlund, Eskilstuna underhåller med "Följ med på en nostalgitripp med musik och inslag från 60-talet". Rolf har mött världsartister som Beatles, Mamas and the Papas, Rolling Stones, BeeGees, Bruce Springsteen med flera. Han har gjort TV-serierna Sixties och Seventies.

Anmälan senast 17:e maj till

Annika Ståhl 070 394 56 02, [kjell.stahl@outlook.com](mailto:kjell.stahl@outlook.com)

eller till

Ingegerd Hermansson 070 953 27 88, [bosseingegerd@outlook.com](mailto:bosseingegerd@outlook.com)

#### Klassiska bilar och segelflyg

**Klassiska bilar på Mercedesmuseet** Följ med till Lyrestad och se en imponerande samling Mercedesbilar. Vi samåker för en smidig resa.

**Tid:** 21 maj kl. 13:00 – 17:00

**Plats:** Samåkning från Varnhems klosterkyrkas parkering kl. 13:00

**Anmälan:** Senast 18 maj till Anette Tellskär, 076-309 36 65

**Läs mer:** [SPF Seniorerna - Mercedesmuseum](#)

#### Vi har en ny resa till Segelflygmuseet på Ålleberg

Den 13 augusti samlas vi kl.13 på kyrkoparkeringen i Varnhem för att åka till Ålleberg utanför Falköping. Museet är det enda av sitt slag i Sverige. Det finns många plan att beskåda, bland annat världens äldsta nu flygande Tiger Moth som användes som skolflygplan under andra världskriget. En guide kommer att visa oss runt bland de olika objekten, men vi är också välkomna att gå runt själva om vi så önskar.

Museet kostar 50kr/person.

Efter besöket finns möjlighet att äta lunch eller ta en kopp kaffe i den närbelägna restaurangen där vi kan njuta av utsikten. Vi hoppas på gott väder så vi även kan få se uppvisning av flygande plan.

Anmälan senast 10 augusti till

Eva Borglund

e-post [piluttan@hotmail.com](mailto:piluttan@hotmail.com)

Mobilnummer 073 927 06 12

## Vallebygdens Hälsovecka

8-22 maj är utlyst till SPF Seniorernas Folkhälsovecka och vi Vallebygden utmanar alla medlemmar att delta. Årets rörelseutmaning är Seniorsklassikern. Vi i SPF Seniorerna Vallebygden utmanar alla medlemmar att delta efter var och ens förmåga.

Här finns [Aktivitetskortet](#)

Skriv ut kortet eller hämta upp det på månadsmötet 19/5 (kortet kommer också att finnas på Hälsomässan i Skara den 22 maj) och fyll i dina aktiviteter. Vill du delta i Vallebygdens utlottning fyller du i vilka aktiviteter som du deltagit i under veckan. Det kan vara en promenad eller cykeltur på egen hand eller så har du deltagit i någon av SPF Seniorerna Vallebygdens aktiviteter (ingen poängräkning). Ett utmärkt tillfälle att prova en ny aktivitet. (Klicka på aktiviteten så får du veta mer detaljer)

Måndag 18 maj [Vattengympa](#)

Tisdag 19 maj [Boule kl 9:30 i Axvall](#), [Dart kl 18 i Skara](#)

Onsdag 20 maj [Bowling kl 13 i Skara](#), [Styrketräning kl 9 i Skara](#), [Cykeltur kl 10 i Varnhem](#)

Torsdag 21 maj [Gymnasik kl 9 i Varnhem](#)

Fredag 22 maj [Promenad kl 10 i Axvall](#)

För att vara med på Vallebygdens utlottning lämnar du in ditt Aktivitetskort på Hälsomässa i Skara. Utlottning sker ca kl 15:30. Mer information här: [Hälsomässa för seniorer 2026 - Skara kommun](#)

Du har också möjlighet att delta i SPF Seniorernas förbundstävling där du samlar poäng beroende på hur långt eller länge du tränar. Information om detta finns här: [SPF Seniorerna - Seniorsklassikern](#)

## SPF Seniorerna Ordförandekonferens

Den 12 maj deltog tre styrelseledamöter från Vallebygden i vårens ordförandekonferens i Skaraborgsdistriktet. Ett 70-tal styrelseledamöter från distriktets alla SPF-föreningar samlades på Jula Konsthotelet i Skara för en **valupptakt**. Sex regionpolitiker, alla på valbar plats, grillades med frågor med seniorfokus: vård, förebyggande hälsofrämjande åtgärder och kollektivtrafik. Politikerna hade, som sig bör, olika åsikter på hur framtiden inom de tre områdena behöver utvecklas men samtliga var eniga om att Skaraborgs utmaningar behöver lyftas inom Västra Götalandsregionen. SPF Seniorerna kommer att ha fler utfrågningar efter sommaren. Alla medlemmar är välkomna att möta regionpolitiker i Göteborg den 31 augusti. Mer information kommer när det börjar närma sig

## Annat som händer i Valle (och omnejd)

### Världscup i orientering mitt i stan

Skara fylls av fart och fläkt när världseliten i orientering gör upp om viktiga världscuppoäng. Glöm djupa skogar – de här tävlingarna avgörs i ren stadsmiljö, vilket gör det otroligt publikvänligt!

- **Lördag 30 maj (kl. 16.00):** Individuell sprint mitt i Skara centrum.
- **Söndag 31 maj (kl. 15.00):** Den spännande sprintstafetten avgörs på Skaras gator.
- *Tips:* Tävlingarna sänds även på SVT om du föredrar att följa dramatiken från tv-soffan.

### Unik orgelinvigning i Varnhems Klosterkyrka

För den kultur- och musikintresserade är helgen historisk. Efter en lång tids väntan ska den helt nya, lokalproducerade **De la Gardie-orgeln** äntligen invigas i Varnhems klosterkyrka under tre dagars festligheter.

- **Fredag 29 maj:** Högtidlig invigningsceremoni och konsert med Göteborg Baroque (OBS! Biljett krävs via Skara pastorat).
- **Lördag 30 maj (kl. 11.00–13.00):** En maffig maratonkonsert där åtta olika organister avlöser varandra på orgelbänken. Fri entré (begränsat antal platser), och det går utmärkt att smyga in och ut under konsertens gång.
- **Söndag 31 maj (kl. 11.00):** Festhögmässa där den nya barockorgeln ljuder tillsammans med kyrkokören.

Det blir en helg fylld av liv, rörelse och vacker musik i vår hembygd. Missa inte chansen att ta del av arrangemangen!