



Skara



Välkommen till  
SPF Skara

## Hösten/Vintern 2024 - 25

**Månadsmöten:** Missionskyrkans kyrksal kl. 14:00. Entrékostnad 40:-

**Anmälan, alltid senast måndag kväll till:**

Gun Barrljung telefon eller sms 073 836 21 61 eller mail:

gun.barrljung@gmail.com

Meddela om Du vill ha eller erbjuder möjlighet till skjuts.

Pris 30:- tur och retur. Ring Lars Andersson 070 535 04 55

---

Bilersättning vid andra utflykter, 10:- /mil till bilägaren.

**Bevaka SkLTs "Föreningsrutan" varje fredag.**

**Bevaka även SPF-appen och hemsidan.**

Aktiviteterna arrangeras i samarbete med Vuxenskolan.

**Du som inte får mail från SPF**, var vänlig och meddela din

mailadress till Rune Lundén [lundenrune1@gmail.com](mailto:lundenrune1@gmail.com)

## **Vinterns operor från Metropolitan.**

5/10 Hoffmanns äventyr

23/11 Tosca

30/11 Trollflöjten

25/1 Aida

Anmälan till Aina Andersén tel 070 366 85 21  
en vecka före respektive opera.

**OBS! 2 nya aktiviteter gåfotboll och seniordans  
i samarbete med PRO, se "Övriga aktiviteter".**

## **AUGUSTI**

**Lördag 31/8**

**Seniormässa "Det goda seniorlivet".**

Vilanhallen, gratis rälsbuss från busstation.

Ett samarbete mellan Skara Kommun,

SPF Seniorerna, PRO, SKPF och Folkhälsorådet.

10:00 Mässan öppnas – Yvonne Eriksen.

Invigning och föreläsning – Jonas Von Essen

**Se utförligt program i SkLT.**

## **SEPTEMBER**

**Fredag 13/9**

**Lunch på Jula Konsthote kl. 13:00.**

Anmälan till Anneli Andersson tel 070 313 15 78  
senast 9/9.

**Onsdag 18/9**

**Upptaktsmöte/Månadsmöte.**



Med glimten i ögat och fötterna i folkmusikmyllan har Susanne Lind i drygt 25 år turnerat i hela Sverige med sina folksånger, historier och spelmanslåtar. Nu kommer hon till Skara med sång, spelmansglädje, fiol och gitarr.

**Måndag 23/9**

**Studiebesök på Benders i Edsvära.**

Företaget startade 1960 och är i dag en av de marknadsledande producenterna av betong- och naturstensprodukter i Norden.

Vi börjar i visningshallen och bjuds på kaffe och kaka innan vi får en företagspresentation och fabriksvisning, Max 25 st.

Efter besöket åker vi till Kvänum och äter lunch på Lumber och Karle.

Samåkning från Krabbelund kl.9:15.

Anmälan till Gunilla Magnusson tel 070 357 10 61 senast 6/9.

## **OKTOBER**

**Fredag 4/10**

**Lunch Ha Long (fd Enjoy) kl. 13:00.**

Anmälan till Jonas Abrahamsson tel 070 519 32 66 gärna sms senast 30/9.

**Måndag 14/10**

**Att leva med minnessjukdom.**

Lena Kilander, professor i geriatrik föreläser i Stadshusets aula, måndag förmiddag.

**Onsdag 16/10**

**Månadsmöte.**

**AI** Artificiell Intelligens. Gunnar Sporrang kommer och förklarar vad AI är, dess funktioner och påverkan av vårt samhälle i framtiden!

**Torsdag 17/10**

**Resa till Rörstrandsmuseum.**

Valle SPF inbjuder oss till sin resa. Mer information från samt anmälan till Ingrid Kvarnlöf tel 070 609 56 63

**Fredag 18/10**

**Pubkväll på Smedjan kl. 18:00.**

Vi träffas för en trevlig kväll med mat, quiz och underhållning av Bill Mountain Bluegrass.

Tag med egen dryck.

Begränsat antal, först till kvarn.

Anmälan till Aina Andersén tel 070 366 85 21

senast 4/10.



**Torsdag 24/10**

**Grynkorvslunch på Odd Fellow kl. 12:30.**

Tommy Kroon från "Grynkorvens Vänner" berättar korvens historia och det senaste från dess akademi.

Vi serveras två sorters korv, testar och avgör vilken vi tycker smakar bäst.

Anmälan till Lars Andersson tel 070 535 04 55 senast 17/10.



e

**Tisdag 29/10**

**Travdag.**

Distriktet planerar en travdag på Axevalla.  
Se mer information på hemsidan.

## NOVEMBER

**Torsdag 7/11**

**Vinprovning kl. 18:00.**

Camilla Åhlin sommelier tar oss med på en härlig vinprovning . Dukat bord a lá Frankrike, med snittar ost och kex.

Hemma hos och anmälan till Tuija Kaskamo  
tel 070 160 45 74

Max 12 pers, pris 495:-.

**Fredag 8/11**

**Lunch på Kråks Vårdshus kl. 13:00.**

Anmälan till Claes Göran Hedström  
tel 070 694 31 46  
Senast 4/11.

**Onsdag 13/11**

**Månadsmöte.**

Några händelser i den amerikanska countrymusikens historiebok presenteras av countryarkeologen Jörgen Andersson



**Torsdag 14/11**

**Resa till Limmared och Borås.**

Valle SPF inbjuder oss till sin resa till Glasets Hus i Limmared, ett utflyktsmål med Hytta, där vi får en guidning på ca 45 minuter. Här finns både tillverkning och försäljning av glas.

Lunch på Limmareds Vårdshus.

Vi åker sedan till Textilmuséet i Borås där vi ser basutställningen "Textil Kraft" som berättar om textilindustrin och textilmaskiner från museets samlingar, vi får en introduktion på ca 15 minuter innan vi går runt i museet.

Mer information från samt anmälan till Ingrid Kvarnlöf tel 070 609 56 63.

**Fredag 29/11**

**Jullunch på Brunsbo Gästgifveri.**

Samåkning från Krabbelund kl. 11:45.

Anmälan till Gunilla Magnusson tel 070 357 10 61  
senast 18/11.

## DECEMBER

**Onsdag 11/12**

**Månadsmöte.**  
Luciatablå med Skara Skolscen.



## JANUARI 2025

**Onsdag 8/1**

**Lunch på Bianco kl. 13:00.**  
Anmälan till Anneli Andersson tel 070 313 15 78  
senast 2/1.

**Onsdag 15/1**

**Månadsmöte.**  
Litteraturvetare Helena Runelid  
föreläser om kvinnor som fått  
nobelpriset i Litteratur.



## FEBRUARI

**Fredag 7/2**

**Lunch på Coop i Skara kl. 13:15.**  
Anmälan till Aina Andersén

tel 070 366 85 21 senast 3/2.

**Onsdag 19/2**

**Månadsmöte/Årsmöte.**  
Parentation. Årsmöteshandlingar.

## MARS

**Fredag 13/3**

**Lunch på Skara Stadshotell kl. 13:00.**  
Anmälan till Anneli Andersson tel 070 313 15 78  
senast 10/3.

## APRIL

**Torsdag 10-12/4**

**Teaterresa till Malmö.**  
Vi åker med Blombergs Buss till Malmö och ser  
”**Joyride the musical**”, en nyskriven feelgood-  
musikal med musik från legendariska popduon  
Roxette.  
På väg till Malmö tar vi en paus för lunch på  
Gästgivargården i Värnamo.  
Framme i Malmö checkar vi in på Scandic S:t  
Jörgen och äter en trerätters middag före avfärd till  
Joyride på Malmö Opera.  
På fredag får vi en guidad rundtur i Malmö,  
Eftermiddag fri tid.  
På kvällen en trerätters middag på hotellet.  
Lördag besöker vi Hallongården där vi intar en  
förmiddagsfika samt får tillfälle att handla i butiken  
innan vi vänder hemåt igen,  
Stannar för lunch på Laxbutiken i Falkenberg.  
Allt utom luncher till ett pris av 3.895:-  
enkelrumstillägg 670:-.  
Avresa från Skara busstation kl. 10:00.  
Bindande anmälan till Anneli Andersson tel.  
070 313 15 78 senast 6/1, vi har bokat 25 platser  
”först till kvarn”.  
Betaling till SPF Skara BG 5404-6669 eller  
Swish 1236507529 senast 24/1.  
Ange Malmö och ditt namn .

## Övriga aktiviteter

### Badminton

Onsdagar kl. 10:00 – 11:00.

Handbollshallen – Idrottshallen.

Ingen föränmälan.

Kontaktperson och tränare: Roland Johansson tel 070 675 31 99.

### Boule

Måndagar kl. 14:00 (sommar kl.10:00) och onsdagar kl.10:00.

Boulehallen vid Vilan.

Kontaktperson: Sven-Åke Gustavsson tel 070 563 25 12.



### Bridge

Måndagar kl. 13:30.

på Frejan.

Ingen föränmälan.



### Gåfotboll

Måndag

kl. 10:00 – 11:00

Vilanhallen

Kontaktperson: Roland Johansson tel 070 675 31 99.

Start 16/9.

### Körsång



Onsdagar kl. 14:00 – 17:00.

Missionskyrkan.

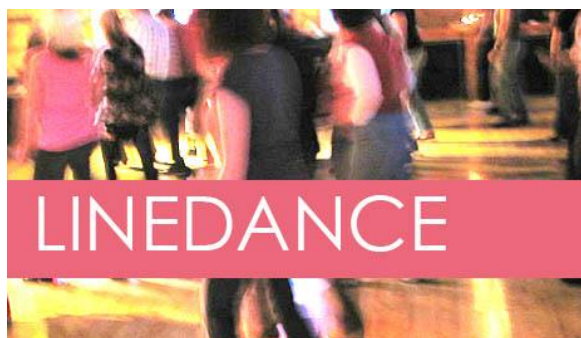
Körledare: Jennifer Lidgren, mail: [jennifer.lidgren@telia.com](mailto:jennifer.lidgren@telia.com)

tel 070 313 01 45.

### Linedance

Torsdagar kl. 10:00 - 11:30 i Vilanhallen.

Kontaktperson: Siv Bergqvist tel 0511- 120 21.



### Matt-curling

Tisdagar kl. 10:00 - 12:00 Nya Vilanhallen.

Kontaktperson: Roland Hedberg tel 070 210 09 26.



### Seniordans

Måndagar 14:00 – 16:00

Idrottshallen Sal B

Kontaktperson: Lennart Andersson tel 073 406 03 26.

**Start 2/9.**

### Stavgång



Måndagar kl. 09:30 Petersburg.

Kontaktperson: Lennart Gustavsson tel 0511-136 11.

### Styrketräning

Fredagar kl. 10:00 - 11:00

Skara Hälsostudio

Östra Kungshusgatan 2.

Kontaktperson:

Desireé Andersson

Tel 073 622 11 36.



### Vattengympa

Både kvinnor och män är välkomna.

Tisdagar kl. 12:30 - 13:30.

Skara Badhus.

Anmälan till Ladies Place

Tel 073 444 46 80 eller

0511-106 80.

**Ny? ring den 26/8 och kolla om det finns plats kvar.**



### Studier

Kontaktperson: Tuija Kaskamo tel 070 160 45 74,

### Övrig information

KPR Kommunala Pensionärsrådet PO Damberg, Elisabet Stålmarm.

SPF representeras i Skara senior av Elisabet Stålmarm.

**Gör ett besök på Sockerbagaren,  
Skaraborgsgatan 25, tel 0511- 32959.**

Öppettider: måndag, tisdag, torsdag och söndag  
kl. 14:00 - 17:00.

Förslag till program och resor mottages av programkommittén,  
Aina Andersén tel 070 366 85 21, e-post: [tommy4502@hotmail.com](mailto:tommy4502@hotmail.com).

### **Studiecirklar**

Utförligare program finns på

[www.spfseniorena.se/skara](http://www.spfseniorena.se/skara)

Anmälan sker till Studieförbundet Vuxenskolan,  
skara@sv.se eller tel 070 309 75 47

SV:s lokaler finns på Skolgatan 10 Skara.

### **Matcirkel. Höstens smaker – SPF Damer och Herrar.**

Vi lagar mat, minglar, dukar bordet och njuter av en god måltid tillsammans. Onsdagar den 11/9, 25/9, 9/10, 23/10 och 6/11.

Tid: kl. 16:30 - 18:30. Självkostnadspris.

Plats: Gunnar Wennerbergsgatan 3. Antal platser: Max 8 deltagare.

Kursledare samt anmälan till Tuija Kaskamo tel 070 160 45 74.

**Avslappning och balans med Helena Grönberg.** På Hindsbogatan 34,  
8 gånger på tisdagar med start den 17/9 kl. 10:00 - 11:00.

Kostnad 600 kr. Max 9 personer.

Anmälan till Vuxenskolan tel 070 855 30 13 senast 6/9.

**Litteraturcirklar** Kontakt Vuxenskolan Helena Holmberg 070 855 30 13.

SPF Skara samarbetar med Studieförbundet

Vuxenskolan vid månadsmöten och studiecirklar.

SV:s hemsida: [www.sv.se/skaraborg](http://www.sv.se/skaraborg)



## Styrelsen 2024

Ordförande Elisabet Stålbarm 070 663 72 98  
E-post: [estalarm@gmail.com](mailto:estalarm@gmail.com)

Vice ordförande Lars Andersson 070 535 04 55  
E-post: [asphyddan57@gmail.com](mailto:asphyddan57@gmail.com)

Kassör Inga-Britt Bohlin 070 293 76 29  
E-post: [ib.bohlin@gmail.com](mailto:ib.bohlin@gmail.com)

Vice kassör Evy Edenholm 070 641 22 73  
E-post: [evy.edenholm@gmail.com](mailto:evy.edenholm@gmail.com)

Sekreterare Sonja Lejmark 070 375 88 80  
E-post: [sonja.lejmark@gmail.com](mailto:sonja.lejmark@gmail.com)

Medlemsansvarig Rune Lundén 070 869 68 04  
E-post: [lundenrune1@gmail.com](mailto:lundenrune1@gmail.com)

Sammank. i Programkommittén Aina Andersén 070 366 85 21  
E-post: [tommy4502@hotmail.com](mailto:tommy4502@hotmail.com)

E-post: [spf.skara@gmail.com](mailto:spf.skara@gmail.com)

Hemsida: [www.spfseniorerna.se/skara](http://www.spfseniorerna.se/skara)

Facebook-sida: <https://www.facebook.com/skara>

Medlemsavgift 240 :-

**Avgiften skall betalas centralt, avvakta fakturan!**

OBS! Vänmedlem betalar 60:- till SPF Skara BG 5404-6669, faktureras ej.

