



Skara



Hösten/Vintern 2025-26

Månadsmöten: Centrumkyrkans kyrksal kl. 14:00. Entrékostnad 50:-

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 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

Höstens operor från Metropolitan

Folkets Hus Lidköping.

18/10 La Sonnambula.

8/11 La Boheme.

22/11 Arabella.

13/12 Andrea Chénier.

Samåkning från Skara.

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

SEPTEMBER

Fredag 5/9

Lunch på Jula Konsthottel kl. 13:00.

Anmälan till Anneli Andersson tel 070 313 15 78
senast 1/9.

Tisdag 9/9

"IT&AI-café"

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Lär dig mer om:

AI Hjälp i vardagen med ChatGPT.

Digital Säkerhet.

Digitala Vårdkontakter.

AI bilder och film.

Vi träffas fyra gånger under hösten, en gång i månaden. Alla gånger mellan 13:00-16:00, med början tisdag 9/9 sedan 7/10, 4/11 och 2 /12.

Vi kommer att vara i SV-lokalen på Skolgatan 10 i Skara. Det blir max 20 st. IT & AI-caféet är kostnadsfritt.

Kontaktperson SPF: Rune Lundén tel.

0708-69 68 04 E-post: lundenrune1@gmail.com

Ledare från Vuxenskolan: Loreen Vallin.

Anmälan till Vuxenskolan tel: 010-682 10 90

eller e-post: skaraborg@sv.se

Innan vi börjar, ska du ha laddat ner ChatGPT-appen på Google Play (Android) eller Appstore (Ipad) eller besökt <https://chatgpt.com/>

Man kan använda ChatGPT utan att registrera sig, men får bättre resultat och fler funktioner om man gör det. Enklast att anmäla över ett Google/Microsoft-konto. Ladda även ner Googles AI-assistent Gemini.

Onsdag 10/9

Matcirkeln startar kl. 16:30.

Se information sidan 14, Studiecirklar.

Torsdag 11/9

Ryttarens Torvströfabrik Kättilstorp.

Torvströaktiebolaget Ryttaren grundades 1906 för brytning av strötorv. Fabriken var i drift fram till 1998. År 2004 fick Ryttaren utmärkelsen Årets Industriminne. Vi får information om hur man bröt torv och vad den användes till innan vi åker med tåget ut på mossarna. Max 40 st. På hemvägen åker vi till Mössebergsgården Falköping där vi kan välja på en fika eller lättare lunch.

Besöket på Ryttaren kostar 120:- betalning till SPF Skara BG 5404-6669 eller Swish 123 650 75 29 senast 5/9. Skriv "Ryttaren" i meddelanderutan. Samåkning från Krabbelund kl. 9:00.

Anmälan till Anneli Andersson tel 070 313 15 78 senast 4/9.



Onsdag 17/9

Månadsmöte. OBS Obligatorisk anmälan.

Vi får besök av "Lilla Bandet" från Färgelanda som består av Ulrika Claesson, sångerska och Johan Pettersen på keyboard.

"Alla behöver skratta minst sex minuter per dag. Vi sprider glädje och trivsel på vårt sätt".

Fredag 26/9

Besök på Radio Skaraborg Skövde kl. 10:30.

I år fyller Sveriges Radio 100 år. Det firar vi med ett studiebesök på P4 Skaraborg. Max 20 st. Avslutas med lunch på Vallegrillen. Samåkning från Krabbelund kl. 9:15. Anmälan till Aina Andersén tel 070 366 85 21 senast 19/9.

OKTOBER

Onsdag 1/10

Information om Seniorboendet Stinsen kl 14:00.

David Pettersson från Centumbostäder berättar om det nya seniorboendet. Här kan du som är 65+ bo bekvämt, med hög standard.

Plats: Sockerbagaren Skara. Max 32 st.

Vi bjuder på fika. Anmälan till Eva Süttenbach tel 073 930 17 67, gärna SMS senast den 22/9.

Fredag 3/10

Lunch på Bianco kl. 13:00.

Anmälan till Aina Andersén tel 070 366 85 21 senast 29/9.

Torsdag 9/10

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 23/9.

Onsdag 15/10

Månadsmöte. OBS Obligatorisk anmälan. De

muntra fruarna i Skara ger smakprov på teaterimprovisation med utgångspunkt från grundläggande övningar ledda av Ingemar Carlehed.

Eternellerna underhåller.



Torsdag 16-17/10 Resa med tema historia och hantverk.

Tillsammans med Valle SPF.

Vi åker via Jönköping till Älmhult, stannar för en kortare paus - tag med egen fika -, första besöket är **IKEA museum** där vi får en guidad visning innan vi äter lunch och får lite tid att gå runt på egen hand. Nästa besök blir **Utvandrarnas Hus i Växjö**, en guide visar oss runt.

Övernattning i Växjö. Gemensam middag på kvällen.

Efter frukost åker vi till **Lessebo handpappersbruk** som har tillverkat papper i mer än 300 år. En guidad visning och tillfälle att gå på egen hand.

Sista besöket blir på **Kosta Glasbruk**, vi besöker glashyttan med guidning, äter lunch och får tid att besöka Kostas stora outlet innan vi vänder hemåt.

Mer information om besöksmål och resan hittar du på SPF Skaras hemsida.

Avresa kl. 07:30 från bussgaraget,

kl 7:45 från Skara busstation.

Åter i Skara ca kl. 19:30.

Pris: 2,990- inkl. entré o guidning, lunch båda dagarna, logi med middag. Enkelrumstillägg 490:-.

Bindande anmälan senast 1/9 till Bengts Resetjänst tel 0511-155 55.

Betalning till BG 842-1323 senast 16/9.



Fredag 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.



Onsdag 29/10

Information om Syn och Hörsel kl. 14:00.

Varmt välkomna till denna eftermiddag med Annelie Hellberg som informerar om Syn och Hörsel. Annelie berättar om hjälpmedel, hembesök och vart du vänder dig för att du ska se och höra så bra som möjligt. Vi bjuder på fika.

Plats: Sockerbagaren Skara. Max 32 st.

Anmälan till Lisbeth Neth Jern tel 070 728 36 27 senast 24/10.



NOVEMBER

Torsdag 6/11

Vinprovning – Italien kl. 18:00.

Ciao! Amarone, Nebbiolo, Toscana, Sicilien. Visst låter det underbart. Vi provar tre italienska viner. Vi dukar bordet med delikatesser och godsaker. Benvenuto! Välkommen! Vi ses hemma hos Tuija på Gunnar Wennerbergsgatan 3 Skara. Max 12 st. Pris 495:- betalas till SPF Skara



BG 5404-6669, Swish 123 650 75 29 senast 28/10
Skriv "Vinprovning" i meddelanderutan.
Bindande anmälan till Tuija Kaskamo
tel 070 160 45 74 senast 28/10.

Onsdag 12/11

Månadsmöte. OBS Obligatorisk anmälan.

Uppdatera dina trafik kunskaper. Trafikinformation av Jonas från Flinks trafikskola i Falköping. Eternellerna underhåller.



Fredag 14/11

Pubkväll på Stadshotellet kl. 18:00.

Vi träffas för en trevlig kväll med mat och underhållning av Tomas och Micke. Kvällens meny grillad pluma med rödvinssås och potatiskaka samt ett glas vin/öl till ett pris av 250:- betalas till SPF Skara BG 5404-6669, Swish 123 650 75 29 senast 10/11. Skriv "Pubkväll" i meddelanderutan. Begränsat antal, först till kvarn. Anmälan till Aina Andersén tel 070 366 85 21 senast 3/11.



Fredag 21/11

Lunch på Viktoria kl. 13:00.

Anmälan till Anneli Andersson tel 070 313 15 78
senast 1711.

DECEMBER

Fredag 5/12

Jullunch på Brunsbo Gästgifveri.

Samåkning från Krabbelund kl. 11:45.

Anmälan till Gunilla Magnusson 070 357 10 61
senast 27/11.

Onsdag 10/12

Månadsmöte. OBS Obligatorisk anmälan.

Luciatablå med Skara Skolscen.



GOD JUL
&
GOTT NYTT ÅR!



JANUARI 2026

Vinterns opera från Metropolitan

Folkets Hus Lidköping.

10/1 Puritanerna.

Samåkning från Skara.

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

Onsdag 14/1

Månadsmöte. **OBS Obligatorisk anmälan.**

Jesper Eggensen, känd Skarafotograf, kommer och visar bilder och berättar från sina resor i Albanien, Zimbabwe och Svalbard.



Fredag 16/1

Lunch på Coop i Skara kl. 13:15.

Anmälan till Gunilla Magnusson tel 070 357 10 61
senast 12/1.

Onsdag 21/1

Besök på Skaraverken kl. 13:00.

I nästan 60 år har Skaraverken använt sin kompetens, till vad? Och vad gör dom i dag? Kom med på ett studiebesök. Max 30 st.

Efter besöket åker vi till Nockes och fikar.

Anmälan till Lars Andersson tel 070 535 04 55
senast 13/1.



FEBRUARI

Fredag 6/2

Lunch på Skara Stadshotell kl. 13:00.

Anmälan till Anneli Andersson tel 070 313 15 78
senast 2/2.

Onsdag 18/2

Månadsmöte/Årsmöte.

Parentation. Årsmöteshandlingar.
Eternellerna underhåller.



Onsdag 25/2

Erling Anderssons Åkeri kl. 13:00.

Erling Anderssons Åkeri — etablerades 1951 och har fokuserat på livsmedelstransporter sedan 1963. Sedan hösten 2021 tillhör de Tempcon Group. Gruppen som omfattar ett stort antal Åkerier i Sverige och förfogar över 750 fordon! EA har eget lager i Skara. Vi gör ett besök på Ängatorpsgatan 4 där de har sitt kontor, verkstad & terminal. Anmälan till Jonas Abrahamsson 070 519 32 66 gärna SMS senast 18/2.



MARS

Fredag 6/3

Lunch på Frejan kl. 13:00.

Anmälan till Aina Andersén tel 070 366 85 21
senast 2/3.

Övriga aktiviteter

Badminton

Onsdagar kl. 10:00 – 11:00

Handbollshallen – Idrottshallen.

Arrangör Badmintonklubben

Ingen föränmälan.

Kontak och information (bl.a, försäkring) 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.

Körsång

Onsdagar kl. 14:00 – 17:00

Centrumkyrkan.

Körledare: Jennifer Lidgren,

mail: jennifer.lidgren@telia.com

tel 070 313 01 45.



Linedance

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

Kontaktperson: Siv Bergqvist tel 070 944 56 64.



Matt-curling

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

Kontaktperson: Ingrid Hedberg 070 303 57 06.



Seniordans

Måndagar kl. 14:00 – 16:00

Idrottshallen Sal B.

Kontaktperson: Lennart Andersson tel 073 406 03 26.

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:

Desirée Andersson

Tel 073 622 11 36.



Vattengympa

Både kvinnor och män är
välkomna.

Tisdagar kl. 13:30 - 14:30

Skara Badhus.

Anmälan till Desirée Andersson

Tel 073 622 11 36.

Start den 16 september.



Studier

Kontaktperson: Tuija Kaskamo tel 070 160 45 74,

Studiecirklar

Utförligare program finns på

www.spfseniorerna.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 skafferi – SPF Skara.

Äntligen höst - Vi frossar i höstens smaker från skogen. Kantareller, lingon och blåbär. Vi lagar soppor, mustiga grytor och god husmanskost. Till dessert blir det blåbärspaj och glass med hjortron. Vi bjuder in intressanta föreläsare och bara njuter av vällagad mat och gott sällskap. Allt till självkostnadspris. Onsdagar den 10/9, 24/9, 8/10 och 22/10 kl. 16:30. Hjärtligt välkommen!

Plats: Gunnar Wennerbergsgatan 3 Skara.

Kursledare samt anmälan till Tuija Kaskamo tel 070 160 45 74 senast 3/9.

"IT&AI-café"

Tisdagar den 9/9, 7/10, 4/11 och 2/12 mellan 13:00-16:00.

Se all information i programmet den 9/9.

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



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.**

**Behöver du en hjälpende hand när du ska fixa i hemmet? Då kan du
ta hjälp av den kostnadsfria servicen Fixar-brandis tel 0511 320 04.**

Du kan få hjälp med att:

Byta glödlampor, proppar och batterier.

Fästa lösa sladdar.

Halksäkra dina mattor.

Sätta upp gardiner och tavlor.

Montera och kontrollera brandvarnare.

De kan också hjälpa dig att göra en
säkerhetsrond i ditt hem för att se vad
som behöver åtgärdas för brand-
säkerheten och minska risken för fall-
och halkolyckor.

Fixar-brandis är en tjänst som utförs av
personal från Samhällsskydd Mellersta
Skaraborg (tidigare Räddningstjänsten)

Gör din beställning via e-post: Magnus.thorsell@falkoping.se eller ring
tel 0511-320 04,

De legitimerar sig alltid med id-kort vid sina besök.



Styrelsen 2025

Ordförande Elisabet Stålmarm 070 663 72 98
E-post: estalarm@gmail.com

Vice ordförande Lars Andersson 070 535 04 55
E-post: asphyddan57@gmail.com

Kassör Inga-Britt Bohlin 070 293 76 29
E-post: ib.bohlin@gmail.com

Vice kassör Evy Edenholm 070 641 22 73
E-post: evy.edenholm@gmail.com

Sekreterare Sonja Lejmark 070 375 88 80
E-post: sonja.lejmark@gmail.com

Medlemsansvarig Rune Lundén 070 869 68 04
E-post: lundenrune1@gmail.com

Sammank. i Programkommittén Aina Andersén 070 366 85 21
E-post: tommy4502@hotmail.com

E-post: spf.skara@gmail.com

Hemsida: 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, Swish 123 650 75 29 Skriv "Vänmedlem" i meddelanderutan, faktureras ej.

