

### **Tisdag den 14 januari – Månadsmöte – Pecke Polis**

Pecke, eller Per-Erik som han är döpt till, föddes i Avesta 1955. Pecke har just avslutat sin karriär som polis efter 36 år. Nu ägnar han sig åt musik i alla dess former. Vi får lyssna på ett brett spektrum av sånger och kanske blir det lite allsång med tillhörande anekdoter.



**Tid:** Tisdag den 14 januari kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

---

### **Tisdag den 21 januari – Dina rättigheter och möjligheter i kontakt med vården**

Välkommen till ett samarrangemang mellan Region Jönköpings län och SPF Seniorerna Jönköping Öster, Väster och Centrum. Temat för dagen: Dina rättigheter och möjligheter i kontakt med hälso- och sjukvård. Vad kan du göra själv och vad gör vården?



**Tid:** Tisdag den 21 januari kl. 14.30  
**Plats:** Seniorernas Hus  
**Pris:** 60 kr inkl. fika, kontant betalning och helst jämna pengar

**Anmälan:** senast den 14 januari till Mari-Ann Josefsson 070-518 03 13, [mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningdag.

Begränsat antal deltagare

---

### **Tisdag den 28 januari – Cirkeln Läs och Res – Riga startar**

Inför resan i slutet av april träffas vi 4 gånger för att förbereda oss, så att vi ska få ut så mycket som möjligt av resan.

**Begränsat antal deltagare!**



**Tid:** 28 januari kl. 14.00  
**Plats:** Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40  
**Pris:** 100 kr för cirkeln betalas till plusgiro 358 576-7

**Anmälan:** senast den 15 januari till  
Göran Viklander, 073-814 07 13  
[goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

### **Torsdag den 6 februari – Start för Sällskapsspel med fika**

Vi träffas några gånger under våren för att fika och spela sällskapsspel t.ex. kinaschack, whist eller bara träffas och prata en stund. Anmäl enligt nedan eller bara kom.



**Tid:** första träffen blir den 6 februari kl. 14.00  
**Plats:** Hyresgästföreningens lokal på Kanalgatan 38  
**Pris:** 30 kr/gång inkl. fika  
**Info:** till Göran Viklander, 073-814 07 13 eller [goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

---

### **Tisdag den 11 februari – Årsmöte**

Vi börjar med sedvanliga årsmötesförhandlingar. Därefter kommer Olle Burström att berätta och visa bilder från Sydafrika. Vi lovar vackra motiv från bl.a. Krugerparken. Vi avrundar så klart med lottdragning och gemensamt fika.



**Tid:** **Tisdag den 11 februari kl. 14.30**  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar  
**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

---

### **Torsdag 20 februari – Boula La**

Vi kör en repris på Boula La (på Smedjegatan). En timmes boule i en mysig miljö med bord runt banorna där vi kan smaka på husets vin med lite småtugg (Petite assiette de charcuterie). Passar alla, både nybörjare och proffs.



**Tid:** **Torsdag den 20 februari kl. 14.30**  
**Plats:** Smedjegatan 5  
**Pris:** 149 kr/person som betalas på plats  
**Anmälan:** senast den 12 februari till Göran Viklander, 073-814 07 13 eller [goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)  
Begränsat deltagarantal

## **Torsdag 27 Februari – Studiebesök Schur Ekmans Kartong**

Vi får en guidad tur på den anrika kartongfabriken Ekmans. Därefter avnjuter vi en gemensam lunch på en närliggande restaurang.



**Tid:** Torsdag den 27 februari kl. 09.30  
**Plats:** Samling 09.30 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** 120 kr/person inkl- lunch. Kontant betalning och gärna med jämna pengar. Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 20 februari till Bengt-Åke Gustafsson, 076-255 85 55 eller [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)

Begränsat antal deltagare

---

## **Mars**

### **Tisdag den 3 mars – Promenad**

För den som vill ut och röra på sig passar denna aktivitet perfekt. Har du stavar, ta gärna med dem och glöm inte att ta med eget fika. Du kan anmäla dig enligt nedan eller bara komma.



**Tid:** Tisdag den 3 mars kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Till Jan-Olof Svensson, 0735-32 67 20, [jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)

---

### **Tisdag den 10 mars – Månadsmöte – Det ska vara gott att leva**

Björn Westerlind, överläkare på geriatriska kliniken på Ryhov, berättar om **den åldrande, sköra kroppen** och effekterna av att äta för många och rentav felaktiga mediciner som inte passar ihop. Kanske hinner han även med att prata om demens och ökad fallrisk för äldre



**Tid:** Tisdag den 10 mars kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

---

## **Fredag den 13 mars – After Work på Pipes**

Vi samlas för att äta en bit mat, umgås och ha trevligt en stund. Vi hinner säkert med ett glas öl eller vin också, men det viktiga är ändå att träffas och umgås.



**Tid:** Fredag den 13 mars kl. 16.00  
**Plats:** Pipes, Brunnsgatan 13  
**Pris:** Alla betalar var för sig

**Anmälan:** senast den 6 mars till Olle Burström,  
070-220 54 77 eller [olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com)

## **Tisdag den 17 mars – Promenad**

För den som vill ut och röra på sig passar denna aktivitet perfekt. Har du stavar, ta gärna med dem och glöm inte att ta med eget fika. Du kan anmäla dig enligt nedan eller bara komma.



**Tid:** Tisdag den 17 mars kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Till Bengt-Åke Gustafsson, 076-255 85 55,  
[mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)

## **Torsdag den 19 mars – Arv, testamente och framtidsfullmakt**

Representant från Familjens Jurist kommer och informerar om arv och testamente - vad som gäller i olika familjesituationer samt om framtidsfullmakt - vad den innebär och hur den ska vara utformad för att gälla.



**Tid:** Torsdag den 19 mars kl. 13.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika, kontant betalning

**Anmälan:** senast den 12 mars till Mari-Ann Josefsson  
070-518 03 13 eller  
[mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)  
Anmälan är bindande efter sista anmälningsdag

## **Torsdag den 25 mars – Erikshjälpen**

Genom försäljning av skänkta second handvaror genererar Erikshjälpen Second Handbutiker medel till sociala och humanitära insatser via Insamlingsstiftelsen Erikshjälpen eller samarbetspartners. Vi får en guidad visning av verksamheten i Huskvarnabutiken av platschefen Mia Sörman.



**Tid:** Torsdag den 25 mars kl. 14.00  
**Plats:** Samling 13.45 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person  
**Anmälan:** Senast den 18 mars till Jan-Olof Svensson,  
0735-32 67 20 eller [jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)

## **Tisdag den 31 mars – Promenad**

För den som vill ut och röra på sig passar denna aktivitet perfekt. Har du stavar, ta gärna med dem och glöm inte att ta med eget fika. Du kan anmäla dig enligt nedan eller bara komma.



**Tid:** Tisdag den 31 mars kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Till Mari-Ann Josefsson, 070-518 03 13  
mariann.josefsson@gmail.com

---

## **April**

### **Tisdag den 14 april – Månadsmöte - Bauerkören**

Vi får njuta av John Bauerkörens trevliga och vårlika repertoar under ledning av dirigent Gerd Andersson samt vid pianot Gunilla Adler. Vi hoppas naturligtvis att vi kommer att få igång härlig allsång vid detta månadsmöte. Vi har ju dessutom egna medlemmar som är med i denna kör.



**Tid:** Tisdag den 14 april kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

---

### **Fredag den 17 april – After Work – La Locandiera**

Vi samlas för att äta en bit mat, umgås och ha trevligt en stund. Vi hinner säkert med ett glas öl eller vin också, men det viktiga är ändå att träffas och umgås.



**Tid:** Fredag den 17 april kl. 16.00  
**Plats:** La Locandiera (gamla Amadeus på Öster)  
**Pris:** Alla betalar var för sig

**Anmälan:** senast den 10 april till Olle Burström,  
070-220 54 77 eller [olleburstrom@gmail.com](mailto:olleburstrom@gmail.com)

---

## **Hör av dig!**

Om du har idéer till cirklar, månadsmöten, andra arrangemang,

Om du har tid och lust att engagera dig i föreningsarbetet.

Det behövs alltid hjälp i lotterikommittén, festkommittén, valberedning mm.

Du är välkommen att kontakta vem som helst i styrelsen. Kontaktuppgifter finns på hemsidan, [www.spfseniorerna.se/jonkopingoster](http://www.spfseniorerna.se/jonkopingoster) och på sidan 11 i programmet.

## Tisdag den 21 april – Promenad

För den som vill ut och röra på sig passar denna aktivitet perfekt. Har du stavar, ta gärna med dem och glöm inte att ta med eget fika. Du kan anmäla dig enligt nedan eller bara komma.



**Tid:** Tisdag den 21 april kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Till Göran Viklander, 073-814 07 13

---

## Torsdag den 23 april – Studiebesök Stora hotellet

Följ med på ett besök på Stora Hotellet, ett av Sveriges äldsta stadshotell, som 2020 firar 160-årsjubileum. Carl-Henrik Nilsson berättar om Stora Hotellets historia mm. Besöket inleds med gemensam lunch.



**Tid:** Start torsdag den 23 april kl. 12.00  
**Plats:** Samling i Stora hotellets reception  
**Pris:** 120 kr/pers. inkl. lunch

**Anmälan:** senast den 16 april till Mari-Ann Josefsson  
070-518 03 13, [mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)

---

## Onsdag den 29 april – Läs och Res - Riga

2014 utsågs Riga till Europas mest attraktiva stad. Man pekade på bland annat stadens skönhet, trevliga läge och fördelaktiga prisbild. Resan är 4 dagar med buss från Jönköping via Stockholm, där vi kör på båten till Riga. I resans pris ingår förstås själva transporten, frukost tre dagar, insides dubbelhytt på båtresan samt dubbelrum på trestjärnigt hotell i Riga samt en guidad rundtur på cirka tre timmar vid ankomsten till Riga.

För att få ut så mycket som möjligt av resan träffas vi under våren 4-5 tillfällen för att lära oss lite mer om Riga.

### Begränsat antal deltagare!



**Tid:** Onsdag 29 april kl. 10.00  
avgår buss, hemkomst kväll 2 maj  
Cirkeln startar 28 januari kl 14.00  
**Plats:** för avresan: meddelas senare  
för cirkeln: Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40  
**Pris resan:** grundpris enligt ovan ca 2.700 kr/person  
enkelrums/enkelhytt tillägg 1.000 kr  
**Betalning:** inbetalningskort/faktura kommer från bussbolaget

**Anmälan:** senast den 15 januari till Göran Viklander,  
073-814 07 13 eller [goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

---

## Maj

### Tisdag den 5 maj – Promenad

För den som vill ut och röra på sig passar denna aktivitet perfekt. Har du stavar, ta gärna med dem och glöm inte att ta med eget fika. Du kan anmäla dig enligt nedan eller bara komma.



**Tid:** Tisdag den 5 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Till Lilian Mattsson 070-270 17 16

---

### Torsdag den 7 maj – Vandring på Liljeholmen

Välkommen till en vårvandring på Liljeholmen/Rosenlund med vår eminenta guide Lena Andersson. Vi avslutar vandringen med gemensam lunch.



**Tid:** Torsdag den 7 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lustigkullen  
**Pris:** 120 kr/person inkl. lunch  
Kontant betalning och jämna pengar

**Anmälan:** senast den 30 april till Mari-Ann Josefsson  
070-518 03 13, [mariann.josefsson@gmail.com](mailto:mariann.josefsson@gmail.com)

---

### Tisdag den 12 maj – Månadsmöte – Från Haile Selassie till Bert Karlsson

Journalisten och författaren Uno Grönkvist, uppväxt i Småland, kåserar om berömda människor han träffat på sin vandring genom livet. Mest svenskar men också utländska kungligheter, politiker, kulturprofiler och idrottsstjärnor. Han visar ett spännande bildspel med privata foton, som han fått av bl a Dag Hammarskjöld och Sammy Davis Jr. Han signerar sin nya bok som har undertiteln "88 nostalgiska möten med känt folk som du kanske glömt att du kommer ihåg".



**Tid:** Tisdag den 12 maj kl. 14.30  
**Plats:** Lindgården  
**Pris:** 60 kr inkl. fika.  
Kontant betalning och gärna med jämna pengar

**Anmälan:** Ingen anmälan behövs

---

## **Fredag den 15 maj – Vårfest på Idas Skola**

Vi festar in våren eller kanske försommaren med en härlig tre-rätters vårsupé på Idas Skola . Vi sjunger och roar oss tillsammans med Smålands egen Elvis, Erling Lundberg.



**Tid:** Fredag den 15 maj kl. 17.00  
**Plats:** Idas Skola  
**Pris:** 375 kr inkl. dryck. Betalning via plusgiro 358 576-7 vid anmälan. Ange namn!

**Anmälan:** Senast den 8 mars till Jan-Olof Svensson, 0735-32 67 20 eller [jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)

Antalet deltagare är begränsat

---

## **Tisdag den 19 maj – Promenad**

För den som vill ut och röra på sig passar denna aktivitet perfekt. Har du stavar, ta gärna med dem och glöm inte att ta med eget fika. Du kan anmäla dig enligt nedan eller bara komma.



**Tid:** Tisdag den 19 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Till Bengt-Åke Gustafsson, 076-255 85 55, [mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)

---

## **Torsdag 28 maj – Vi besöker Ellen Keys Strand**

Ellen Keys Strand byggdes 1910 – 1911 och är en blandning av Ellen Keys många inspirationskällor: jugendstilen, Italien och den svenska herrgården. Efter en guidad tur åker vi vidare för att avnjuta en gemensam lunch. *Observera att det bara finns trappor ned till Herrgården.*



**Tid:** Torsdag den 28 maj kl. 10.00  
**Plats:** Samling 10.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** 220 kr/person inkl. guidning och lunch. Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 21 maj till Göran Viklander, 073-814 07 13 eller [goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

---



## Juni

### **Torsdag den 2 juni – Flättinge Gårdscafé**

Här dricker vi kaffe från utvalda leverantörer, lokalproducerad glass och ekologisk dryck. De bakar nästan allt från grunden med utvalda råvaror i sitt egna bageri. De odlar och skördar alla bär själva och även den mesta frukten som används. Av detta producerar de egen saft, marmelad, chutney och inläggningar.



**Tid:** Tisdag den 2 juni kl. 14.00  
**Plats:** Samling 14.00 vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Var och betalar för sig.  
Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Senast den 25 maj till Göran Viklander,  
073-814 07 13 eller [goran.viklander@gmail.com](mailto:goran.viklander@gmail.com)

---

### **Tisdag den 9 juni – Försommarlunch på Fjällstugan**

Vi avnjuter en härlig försommarlunch, tillsammans och njuter av den fantastiska utsikten med vy över Vättern och Jönköping. Vi gör denna aktivitet i stället för att ha ett vanligt månadsmöte.



**Tid:** Tisdag den 9 juni kl. 13.00  
**Plats:** Fjällstugan, busslinje 2  
**Pris:** 120 kr/person. Betalning via plusgiro 358 576-7 vid anmälan. Ange namn!

**Anmälan:** senast 2 juni till Jan-Olof Svensson,  
0735-32 67 20 eller [jolo.sv@netatonce.net](mailto:jolo.sv@netatonce.net)

---

## Juli

### **Onsdag den 1 juli – Jordgubbstårta i Bönared**

Välkommen till vår årliga tradition med jordgubbstårta tillagad av Bjurbäcks hembygdsförening. Som vanligt räknar vi med riktigt fint sommarväder och bra uppslutning. Kanske vi kan slå ett besöksrekord? Med denna sista aktivitet före sommaren önskar vi varandra en riktigt skön sommar.



**Tid:** Onsdag den 1 juli kl. 14.00  
**Plats:** Samling vid Lindgården för samåkning  
**Pris:** Ersättning till bilförare är 5:-/mil och person

**Anmälan:** Till Bengt-Åke Gustafsson, 076-255 85 55 eller  
[mb.gustafsson@gmail.com](mailto:mb.gustafsson@gmail.com)