

Program hösten 2024



Bilderna är från den uppskattade bussresan den 23 maj till Tygrieket i Marks kommun, Sveriges textila centrum. En dag med många fina upplevelser i strålande sol och glädje!

Du hälsas hjärtligt välkommen till ett program, laddat med mängder av spännande aktiviteter, som vi hoppas att du ska känna lockande att delta i!

Månadsmöten i Redbergskyrkan

Klockan 11.00 - ca 13.00 i Redbergskyrkan, Landerigatan 9.

Du når hit enklast med spårvagn linje 1 eller 3, hållplats Stockholmsgatan. Buss 62 från Skår går till Redbergsplatsen där du kan ta spårvagnen.

Bindande anmälan OCH endast till närmast kommande möte.

OBS! Datum för anmälan tidigast och senast står vid varje programpunkt nedan.

Anmälan sker till mail: manadsmoteorgryte@gmail.com, alt. sms eller tel. till Ingegerd Alvbring: 070-829 89 57 eller Barbro Netz: 0706-60 69 77.

Kostnad för månadsmötet (om inget annat anges) är 50 kr som betalas via swish 123 1333 384 eller bankgiro 5063-7214 alt. kontant. Fika ingår! Lotteri: betala inte i förväg då det inte alltid äger rum, utan betala kontant eller via swish på plats vid mötet.

Anmäl alltid förhinder. Ingen återbetalning av avgiften.

Onsd. 11/9 Den stora emigrationen Sverige - Amerika



Bengt Herrman berättar engagerat om emigranternas resa från Göteborg, via Hull och Liverpool till New York. Ca 1,2 milj. svenskar lämnade Sverige för en hoppfullare bättre framtid i Amerika. Bengt visar bildspel som bygger på emigranternas egna vykort hem till Sverige. Ett intressant föredrag väntar! **OBS! Anmälan tidigast 26/8 och senast 6/9.**

Onsd. 9/10 Jorden runt med "ELLA" - en seglats från GBG till NY



Våra medlemmar, tillika jordenruntseglarna Berit och Anders Hjort, tar oss med på en spännande seglats med segelfartyget ELLA. Den 9900 sjömil långa färden startar i Göteborg den 12 juni 2021 via Europas kuster mot bl a Karibien. Den fantastiska seglatsen avslutades längs den amerikanska östkusten till New York den 4 juni 2022!

I ord och bild och garanterat torrskodda kommer vi att få ta del av en oerhört spännande seglats. Välkommen ombord! **OBS! anmälan tidigast 16/9 och senast 4/10.**

Onsd. 13/11 Evert Taube - från början - vad handlade låtarna om



Karl Hellevik, intendent vid Sjöfartsmuseet, berättar om Everts uppväxt på Vinga och åren som sjöman vilket formade nationalskalden. En berättelse om sjömansvisorna, vad handlar de om, egentligen? Vad var äkta, fanns personerna på riktigt....Korta snuttar av Everts låtar är inbäddade i presentationen - en spännande resa med Evert Taube väntar. **OBS! anmälan tidigast 21/10 och senast 8/11.**

Onsd. 11/12 Välkommen till årets Julfest!



Välkommen till en härlig julfest som bjuder på överraskningar, bl a traditionell sång av de fina förskolebarnen samt påhälsning av vår egen tomte som delar ut julklappar. **OBS! anmälan tidigast 18/11 och senast 6/12.**

TA GÄRNA MED EN INSLAGEN BOK SOM DU LÄST OCH GILLAT SÅ FÅR DET BLI EN FIN JULKLAPP TILL EN VÄN I FÖRENINGEN.



Studiebesök

Anmälan till ansvarig samt ev. kostnad för studiebesöken framgår under respektive programpunkt där också sista anmälningdag står.

OBS, om du inte kan närvara anmäl det till respektive ansvarig. Om du uteblir utan avanmälan debiteras kostnaden.

Torsd. 5/9 Kl. 12.00 **Mölnads stadsmuseum, Kvarnbygatan 12, Mölndal**
Spårvagn 4 till Mölndals Bro, därefter buss 751 läge B6. Ett modernt kulturhistoriskt museum i Mölndals Kvarnby. Här kan du se både permanenta och tillfälliga utställningar med hög igenkänning och aktuella intresseväckande teman! **Anmälan till: Ann-Katrin Blomster**, mail: ankablomster@gmail.com alt. sms eller tel. 073-539 95 81 senast den 3/9. Möjlighet till fika finns!



Månd. 18/11 Kl. 09.30 **Kahls kafferosteri, Beatrice Lesslies gata 18, V Fr.**
på detta studiebesök får vi veta mer om kaffets historia, kaffet som handelsvara, produktion samt Kahls historia. Det blir provsmakning av olika kaffesorter etc. etc. Kahls kaffe är ett familjeföretag i Göteborg med anor sedan 1911 och **med fokus på kunden!**



Anmälan till: Kerstin Sjöstrand Tysk, kmst87@hotmail.com alt. 070-759 24 08 senast den 11/11. Kostnad: 100:- som betalas in på bankgiro:5063-7214 eller via swish 123 1333 384 senast den 11/11.

Vägbeskrivning: Buss 752 eller 82 , läge C från Marklandsgatan, ca 5 min. För anslutning till Marklandsgatan, se Togo appen.

Fredag 6/12 Spårvägmuseet - Ringlinjen, Vagnhallen Gårda
Kl. 10.00



Ett besök som väcker minnen hos alla Göteborgare. Museivagnar presenteras tillsammans med bilder från forna dagar. Vagnhallen Gårda är hallen där alla veteranspårvagnar- och bussar står. Spårvägstaxan genom tiderna - se hur de gamla biljetterna och

kupongerna såg ut. Uniformens utveckling från början av 1900-talet fram till 1970-talet. Spårvägssällskapet Ringlinjen är en ideell förening som kör de gamla vagnarna genom Göteborgs gator. **OBS! max 25 personer. Anmälan till ankablomster@gmail.com alt. 073-539 95 81 senast den 29/11. Kostnad 40:- som betalas in på bankgiro: 5063-7214 eller via swish 123 1333 384 senast den 29/11.**

Mat, dryck och upplevelser



Anmälan och eventuell kostnad se respektive programpunkt nedan. OBS! meddela alltid förhinder för att undvika onödig kostnad för arrangören.

Fredag 20/9 Lunch på Ester Mosessons gymnasium, Esters rest.,
Kl. 12.15 Lindholmen, Lärdomsgatan 5



Vi äter en god lunch hos Mosessons där eleverna praktiserar och utvecklar sina gastronomiska färdigheter!
Kostnad ca 155 kr för en 3-rätters lunch, som betalas av var och en. **Ej kontanter eller swish, bankkort gäller. Antal 24 personer. Anmälan senast den 13/9 till Britt Wheeler mail: brittwheeler99@gmail.com alt. 070-270 48 59.**

Torsdag 24/10 Vinprovning i restaurangen i Dicksons hus
Kl. 15-17.30 *Favorit i repris!!*



Leif som under många år var lärare i Vinkunskap, vid Göteborgs universitet, kommer att prata om vin och mat. Hur får man till bra kombinationer? Leif går igenom teorin för hur smaker påverkar varandra. Vi provar 4 viner tillsammans med olika smakprover för att se om teorin stämmer! Och vad gör man om det inte blir bra.....

OBS! tag med 4 vinglas och ett vattenglas.

Antal 24 personer. Kostnad 250 kr som betalas via bankgiro 5063-7214 senast den 17 oktober. Anmälan senast den 17 oktober till A-K Blomster mail: ankablomster@gmail.com alt. 073-539 95 81.

Fredag 25/10 Lunch på Ester Mosessons gymnasium, Esters rest.,
Kl. 11.45 Lindholmen, Lärdomsgatan 5



Vi äter en god lunch hos Mosessons där eleverna praktiserar och utvecklar sina gastronomiska färdigheter!

Kostnad ca 155 kr för en 3-rätters lunch, som betalas av var och en. **Ej kontanter eller swish, bankkort**

gäller. Antal 24 personer. Anmälan senast den 18/10 till Britt Wheeler mail: brittwheeler99@gmail.com alt. 070-270 48 59.

AFTER WORK - HÖSTEN 2024 - på John Scott´s, Avenyn
Ingen anmälan, bara kom!

Torsdagar

26/9, 31/10 och 28/11
Kl. 16-18



Vi ses på John Scotts, Kungsporsavenyn 15 i höst. Ingång den nedre dörren mot stan. En värd från oss finns på plats. Burgare för 99;- och vin/öl eller cider för 49;-, det finns även andra rätter till AW-priser.

Hållplats Valand.

Väl mött på AW hos John Scott´s, Avenyn!

I höst testar vi ett nytt koncept, att ses i stan, umgås och äta gott hos John Scott´s mitt på Avenyn.

Välbefinnande



**Promenader, samtalsgrupper, diskussionsklubb, buss-
utflykt, föreläsningar, operan, studiecirkel etc.**

**Onsdagar 4/9,
18/9, 2/10, 16/10,
30/10, 20/11, 4/12
Kl. 10.45**



**Promenader från Stora Torp till Lyckans café
med tipsfrågor och vinster**
Samling kl. 10.45 vid frisersalongen i de
nybyggda husen mitt emot 5:ans hållplats,
Bögatan. Ingen anmälan behövs. För mer
information: **Eva Bergfeldt tel: 073-750 03 56.**
Vi promenerar inte vid regn.

**Tisdagar 10/9
8/10, 5/11, 3/12
Kl. 10-11.30**



**Ett gott samtal med lite fika - samtals-
grupp i Dicksons hus, Danska vägen 61 A**
Samtal om vardagen eller aktuella frågor
som berör oss sker i små grupper. **Anmälan
till Elisabet Lindholm, senast fredagen innan
mötet, på tel. 0703-63 45 56 alt mail:
elisabetannalindholm@gmail.com**
Kostnad: 20 kr för fika som betalas på plats.

**Måndagar 16/9,
14/10, 11/11, 9/12
Kl. 10.30-12.00**



Diskussionsklubb för herrar - Dicksons hus
Herrarna fortsätter att träffas i höst med sina diskussioner kring stora och små teman, samtidigt som man upptäcker nya perspektiv.

Anmälan till Anders Behn, mail:
anders@behn.se alt. 070-767 35 91.

Bussresa torsdag 3 oktober - Göteborg - en stad i utveckling

Tillsammans med Hisingebuss och en välrenommerad guide gör vi en resa genom Göteborg för att inspektera vad som är på gång, och det är mycket som händer i vår stad. Vi lutar oss tillbaka och får en oförglömlig intressant tur samt även en och annan bensträckare.

Start: Kl. 09.00 vid Posthotellet, Drottningtorget dit vi också anländer ca kl. 15.00.

En välsmakande lunch på en populär restaurang i Partille ingår i priset. Max 50 personer. Pris medlemmar 450:- (medföljande 595:-).

Välkommen på denna tur om "det nuvarande Göteborg". Anmälan senast den 23/9 till: anders@behn.se alt. 070-767 35 91.



Torsdag 19/9
Kl. 13.30



”65 nya göteborgska kuriositeter” - föredrag på Dicksons hus, Biblioteket, Danska v. 61 A
Kom och lyssna på Leif Fredén som genom sina promenader runt om i stan berättar om lite anmärkningsvärda och udda märkvärdigheter. Leif berättar inlevelsefullt och underhållande. Hans första bok med samma tema väckte nyfikenheten hos göteborgarna och han fick många tips till sin nya bok som kom ut i mars 2024. Leif har ett

förlutet som journalist och skribent i Göteborg.

Anmälan till Linda Frank, mail: linda.m.frank52@gmail.com alt. 073-501 60 04 senast den 16/9. Ingen kostnad, men kom gärna och ät lunch innan som betalas av var och en. Möjlighet att köpa bok.

Torsdag 5/12
Kl. 13.30-14.30



Åldersvänliga Göteborg - info från Hälsofrämjande enheten och Anhörigstöd Dicksons hus, Biblioteket, Danska v. 61 A
Hur kan Göteborg bli en bättre stad att åldras i? Kom och lyssna på vad representanter för Åldersvänliga Göteborg har att säga och även välkommen att delta med dina frågor och egna förslag! Samverkan sker tillsammans med

Mötesplats Lunden. **Anmälan till: A-K Blomster, mail: ankablomster@gmail.com alt. 073-539 95 81 senast den 2/12.**

Operabiljetter - Vill du gå på GöteborgsOperan,



Kontakta Maimo Baumann så hjälper hon dig! Maimo bevakar dessutom föreställningar med rabatterade priser, missa inte detta!
Mail: maimo47@gmail.com alt. 070-719 65 68.

HÄLSOCIRKELN – en studiecirkel för ett hälsosamt åldrande



Välkommen till denna studiecirkel med fokus på reflektion kring ett hälsosamt åldrande!

Startdatum: 24 september 2024

Veckodag: tisdag

Tid: Kl. 11.00-13.00

Omfattning: 8 tillfällen

Målgrupp: 65+

Plats: Redbergsskolan, Örngatan 6

Pris: Kostnadsfritt

OBS! Sista anmälningsdag: 17 september

Studiecirkeln består av 8 träffar där varje träff berör ett särskilt tema utifrån det skriftliga materialet *Hälsoguiden - för ett hälsosamt åldrande* och dess 8 kapitel. Varje träff inleds med en presentation/kort genomgång av ämnet och följs av diskussionsfrågor i smågrupp, därefter presentation i helgrupp (totalt ca 6-8 personer i helgrupp). Vid flera träffar förekommer någon övning. Vi ses samma veckodag i 8 veckor. Varmt välkommen!

Material

Hälsoguiden - för ett hälsosamt åldrande. Alla deltagare kommer att få var sitt exemplar av Hälsoguiden.

Cirkelledare: Margareta Andersson och Ingrid Löfstaf

Kontaktperson för anmälan: Ingrid, telefon 070 761 11 41 alt. mail:

redheadmas@hotmail.com

I samarbete med Riksföreningen Äldres Hälsa, med stöd av Allmänna arvsfonden.



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

Samverkan med Göteborg stad i frågor som rör seniorer.

Inte sällan händer det i samtal oss medlemmar emellan att ett bra tips eller en viktig fråga kommer på tal. Saker som har med livet för oss seniorer i Göteborg att göra. Att ge en korrekt och aktuell information i samhällsfrågor är något som vi som förening inte har resurser att ta ansvar för fullt ut. Vi vill dock gärna medverka till att synliggöra det utbud som Göteborgs stad tillhandahåller om olika slags service som finns att tillgå som kan underlätta i vardagen.

Utmärkta informationsfoldrar som alltid hålls aktuella hittar du på biblioteken, i entrén till Dicksons hus, vid våra månadsmöten i föreningen samt på hemsidan: www.goteborg.se/hof

Flexlinjen:

Du vet väl att "Flexlinjen" är en del av den allmänna kollektivtrafiken och är till för alla! För mer information se www.goteborg.se/flexlinjen eller ring kundservice 031-368 25 50.

Mötesplatser:

Samverkan med den kommunala verksamheten "Mötesplatser" från den hälsofrämjande och förebyggande avdelningen i Göteborgs stad är ett konkret och praktiskt exempel. "Mötesplatser" har en idégrund och ett utbud som kompletterar SPF Seniorerna Örgryte mycket väl. Att de dessutom finns och verkar i samma närområde, där många medlemmar också bor, är särskilt värdefullt.

Mötesplats Lunden: Mötesplats Lunden är beläget på Dicksons Hus, Danska vägen 61A. Den är en av cirka 30 mötesplatser för seniorer runt om i Göteborg. Här kan du delta i aktiviteter och umgås med andra. Om du är ny på Mötesplatsen kan du boka träff med en äldresamordnare som kan introducera dig till verksamheten. Tel.nr. 031-365 54 43.

Mötesplatsen har öppat vid verksamhet, kontakta för mer information om vad som erbjuds just dig, tel.nr. 031-365 54 43 eller via mail: motesplatser.centrum@aldrevardomsorg.goteborg.se

Våra aktiviteter i Medlemsbrev och på Hemsidan:

Vi kommer kontinuerligt att presentera våra aktiviteter i de månatliga medlemsbreven som kommer på mail till dig.

Aktivitetserna finns dessutom utförligt beskrivna på vår hemsida:
www.spfseniorerna.se/orgryte

Det kan också tillkomma nya aktiviteter under hösten och då skriver vi om dessa i Medlemsbreven och under Senaste nytt på hemsidan, så håll utkik!

Gå gärna in på vår hemsida och botanisera. Under fliken "Bild/Evenemang" finns foton från våra olika aktiviteter. De ger härliga tillbakablickar på allt trevligt vi gjort tillsammans!

Kontakter Styrelsen SPF Seniorerna Örgryte.

NAMN	FUNKTION	MOBILNUMMER	MAILADDRESS
Linda Frank	Ordförande	073-501 60 04	linda.m.frank52@gmail.com
Ingegerd Alvbring	Ledamot	070-829 89 57	imalv@hotmail.com
Anders Behn	Ledamot	070-767 35 91	anders@behn.se
Lars Bergfeldt	Ledamot, vice ordf.	070-825 88 40	bergfeldt45@gmail.com
Håkan Bergqvist	Kassör	070-880 14 92	hakanbergqvist48@gmail.com
Barbro Netz	Sekreterare	070-660 69 77	b.netz@telia.com
Gun Nybratt	Ledamot	070-308 86 67	gun.nybratt@gmail.com
Ingrid Löfstaf	Ledamot	070-761 11 41	redheadmas@hotmail.com
Ann-Katrin Blomster	Ledamot	073-539 95 81	ankablomster@gmail.com

Övrig information:

SPF Seniorerna Örgryte:

Bankgiro: 5063-7214

Swish: 123 1333 384

OBS! Vi reserverar oss för eventuella program- och prisändringar som står utanför vår kontroll.

Hemsida: www.spfseniorerna.se/orgryte



Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan.