

SPF Seniorerna
Jönköping Öster

Program

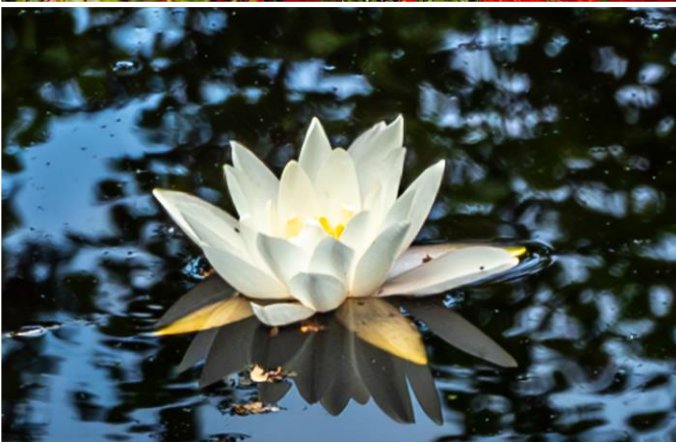
Hösten 2024



Din trivsel - vårt fokus



Bilder från Läs och Res på Åland och Studiebesök på Grytet



Augusti

Torsdag den 8 augusti – Besök på Rosariet i Jönköping

Rosenlunds rosarium är naturskönt beläget i gammal kulturmiljö med en vacker utsikt över Vättern. Här finns mängder av vackra rosor, men också exotiska träd och planteringar med perenner. På Rosenlunds rosarium finns det cirka 550 olika sorters rosor. Under 2022 tilldelades rosariet det internationella priset "Award of Garden Excellence" som första svenska rosarium någonsin.

Det innebär att rosariet klassas som ett av världens mest besöksvärda rosarium.



Tid: Torsdag den 8 augusti, kl. 10.00
Plats: Rosenlunds Herrgård, Stora ingången
Pris: 40 kr/person (kontant eller Swish)

Anmälan: Senast 1 augusti till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20 eller jolo.sv@netatonce.net

Deltagarantalet är begränsat till 25 st.

Tisdag den 13 augusti – Månadsträff med Biggo

Värm upp era nostalgiska hjärtan och förbered er på en oförglömlig resa genom musikens alla nyanser. Vi hälsar alla gamla och nya fans välkomna till en eftermiddag fylld av överraskningar och elektrisk atmosfär. Det här är inte bara en konsert – det är en händelse du inte vill missa!



Tid: Tisdag den 13 augusti, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr inkl. fika

Anmälan: Ingen anmälan behövs

Fredag den 23 augusti – AW på La Locandiera

Vi träffas en stund på restaurang La Locandiera för att umgås och äta en bit mat och något gott att dricka till.

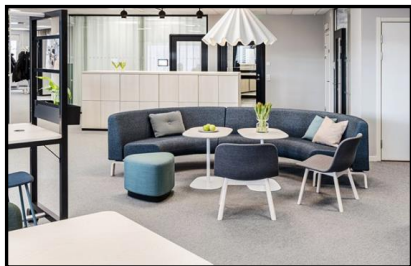


Tid: Fredag den 23 augusti, kl. 17.00
Plats: Östra Storgatan 39
Pris: 229 kr/person

Anmälan: Senast 15 augusti till Bengt-Åke Gustafsson
076-255 85 55, mb.gustafsson@gmail.com

Torsdag den 29 augusti – Studiebesök på Kinnarps Möbler

Kinnarps skapar inredningslösningar och möbler för kontor, skola och omsorg – de hjälper till med allt från behovsanalys till implementation. Med fokus på hög kvalitet, ergonomi och innovativ design sedan 1942. Guidningen tar cirka 1,5 timmar och en del trappor förekommer.



Tid: Torsdag den 29 augusti, kl. 10.30
Plats: Industrigatan 14, 521 73 Kinnarp
alternativ Lindgården kl 09.00
120 kr/pp inkl. fika + samåkning 10 kr/mil/pp
Betaling på plats via Swish

Anmälan: Senast 22 augusti till Bengt-Åke Gustafsson
076-255 85 55, mb.gustafsson@gmail.com

Deltagarantalet är begränsat till totalt 19 st.

September

Torsdag den 5 september – Visning & Kafferep på Gamla Bankgården

I Bankgårdens unika miljö får vi tillfälle att avnjuta ett traditionellt kafferep med sju sorters kakor. De bjuder även på visning av familjen Dahls lägenhet och den intressanta historien om Bankgården i Vrigstad.



Tid: Torsdag den 5 september, kl. 10.00
Plats: Samling Lindgården för samåkning kl. 09.00
alternativt kl 10.00 vid Gamla Bankgården,
Vrigstad. Samåkning 10 kr/mil/pp
Pris: 150kr/pers. inkl. fika och guidning.

Anmälan: Senast 1 sept. till Bengt-Åke Gustafsson
076-255 85 55, mb.gustafsson@gmail.com

Deltagarantalet är begränsat till 25 personer

Tisdag den 10 september – Månadsträff med Leif Ockander

Några medicinska profiler. Hade de rätt eller fel?

Leif Ockander berättar om några av våra kända medicinska profiler. Det blir ca 1½ timme av intressanta berättelser om Elis Sandbergs THX, Dr. Hjorton och hans pulver samt Flahultarn.



Tid: Tisdag den 10 september, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr inkl. fika

Anmälan: Ingen anmälan behövs

Tisdag den 17 september – Studiebesök Husqvarna AB

Favorit i repris då alla inte fick plats förra gången. Vi får en guidad tur i Husqvarnas monteringsfabrik för motorsågar. Vi får följa tillverkningen och se monteringsprocessen för motorsågar. Besöket startar med en kort historiektion om Husqvarna innan vi vandrar in i fabriken. **Ej fotografering och bekväma skor rekommenderas.**



Tid: Tisdag den 17 september, kl. 13.00
Plats: Samling kl 12.50 vid Huvudporten, Drottninggatan 2, Buss linje 1 till Viktoriaplan
Pris: Ingen kostnad
Anmälan: Senast 10 september till Jan-Olof Svensson 073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

OBS! Begränsat antal. Eventuellt 2 grupper om 14-15 pers/grupp

Fredag den 20 september – Räkfrossa på Seniorernas hus

Nu träffas vi för att frossa på räkor igen! I priset ingår räkor med tillbehör som smör och bröd, ost, pajer, lite goda såser och så klart en entrédrink samt kaffe. Musikunderhållning hela kvällen. Utlottning på entrébiljetten.



Tid: Fredag den 20 september, kl. 18.00
Plats: Seniorernas hus, Klostergatan 69
Pris: 275:-/person, inkl. ett glas vin/öl/alk fritt. Extra glas vin/öl 40:-. Alkoholritt 15:-
Betalas vid entré och gärna med kort

Anmälan: Senast 14 september till Jan-Olof Svensson 073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

Anmälan är bindande efter sista anmälingsdatum

Lördag den 28 september – Kiviks äppelmarknad

Häng med till Kivik och Äppelmarknaden där Robert Wells och The Vocalettes underhåller under dagen. Buss-fika med kaffe och fralla på nervägen och lunch på Brösarps Gästgiveri. Besök på Kiviks Musteri. Vidare till festivalområdet för att uppleva Äppelmarknaden på Svabesholms Kungsgård. Vi åker hem vid 17.00 och kör då direkt hem.



Tid: Lördag den 28 september
Plats: Vi träffas vid gamla bussgodset Jönköping kl 05.45 alt Huskvarna bibliotek kl 06.00
Pris: 1290 kr/pers. inkl lunch och inträde

Anmälan: Senast 1 sept. till Bengt-Åke Gustafsson 076-255 85 55, mb.gustafsson@gmail.com

Anmälan är bindande efter sista anmälingsdatum

Oktober

Tisdag den 8 oktober – Månadsträff med Kennet Holmström

Kennet Holmström bjuder på ett nostalgiprogram som innehåller gamla goa låtar som vi kommer ihåg. Efter 20 år med dansbandet Drifters åker han nu runt på egen hand och underhåller. Han trakterar saxofon, klarinett, elgitarr och sjunger till eget ackompanjemang. Du kanske kommer ihåg honom från hans senaste succébesök hos oss.



Tid: Tisdag den 8 oktober, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr inkl. fika

Anmälan: Ingen anmälan behövs

Tisdag den 15 oktober – Studiebesök på Science Park Towers

Vi får information och en rundvandring i Science park och Science Park Tower. Därifrån får vi en fantastisk utsikt över centrala Jönköping samtidigt som vi får veta hur man utvecklar och skapar Jönköpings mötesplats för hållbart entreprenörskap och innovation.



Tid: Tisdag den 15 oktober, kl. 14.00
Plats: Entré, Barnarpsgatan 52, Jönköping
Pris: Gratis

Anmälan: Senast 10 oktober till, Berit Gustafsson
070-265 89 22, berit.gee@gmail.com

Deltagarantalet är begränsat till 25 personer

Tisdag den 22 oktober – Från ABBA till munkarna i Laos

Waterloo fyller 50 år i år och ABBA är mer aktuella än någonsin. Kom och lyssna på Ewa Wigenheim, grundaren av ABBA museet och följ med bakom kulisserna och ta del av hur hon lyckades övertala ABBA att få öppna ett museum till deras ära. Innan premiären händer dock saker i omvärlden som gör att hon med sorg måste överge sitt livsverk. För att hitta tillbaka till sig själv reste hon till Laos för att arbeta med buddhistiska munkar. Med inspiration, humor och allvar berättar hon sin historia. Från att ha jobbat med världens rikaste till de som inte äger någonting.



Tid: Tisdag den 22 oktober, kl. 18.00
Plats: Lindgården, Ringvägen 1
Pris: 200:-/person, inkl räkmacka och ett glas vin eller alkoholfritt.
Extra glas vin/öl 40:-. Alkoholfritt 15:-
Betalas vid entré och gärna med kort

Anmälan: Senast 15 oktober till Göran Viklander,
073-814 07 13, goran.viklander@gmail.com

Anmälan är bindande efter sista anmälingsdatum

Fredag den 25 oktober – AW på Boula-La

Vi gör ett besök på Boula-La (Smedjegatan 5). En timmes boule-spel i en mysig miljö med bord runt banorna. Ett glas vin eller öl ingår i priset. Passar alla, både nybörjare som proffs



Tid: Fredag den 25 oktober, kl. 15.00
Plats: Smedjegatan 5
Pris: ca 149 kr/person

Anmälan: Senast 20 oktober till Göran Viklander,
073-814 07 13, goran.viklander@gmail.com

November

Onsdag den 6 november – Rom-provning

Tillsammans med Tommie Linder provar vi olika sorters rom i olika prisklasser. Vi avslutar med en enkel måltid.



Tid: Onsdag den 6 november, kl. 18.00
Plats: Hyresgästföreningens Lokal, Kanalgatan 38d
Pris: 275 kr inkl. ett glas vin/öl alkoholfritt till måltiden (landgång).
Extra glas vin/öl 40:-. Alkoholfritt 15:

Anmälan: Senast 1 november till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20 eller jolo.sv@netatonce.net

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum, max 30 deltagare

Tisdag den 12 november – Månadsträff med Ingvar Bodin

Ingvar Bodin kommer att berätta om Jönköpings historia. Jönköping låg ursprungligen väster om kanalen. Det fanns 1500 innevånare i Jönköping 1612, efter det flyttades staden åt öster och år 1855 fanns det ca 7000 invånare. Stora Hotellet var klart år 1860 därefter förändrades staden snabbt med järnväg, gatlyktor, telefon mm. I början på 1900 talet fick Jönköping också sina första spårvagnar.



Tid: Tisdag den 12 november, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr inkl. fika

Anmälan: Ingen anmälan behövs

Måndag den 18 november – Studiebesök på Räddningstjänsten

Studiebesök hos räddningstjänsten i Jönköping som ansvarar för brandskyddsfrågor, operativa insatser vid olyckor, brottsförebyggande arbete, krisberedskap och skydd mot olyckor.



Tid: Måndag den 18 november, kl. 10.30
Plats: Glansgatan 7, Jönköping
Pris: Ingen kostnad

Anmälan: Senast 29 oktober till Annika Henriksson,
073-814 07 13, annika.henriksson51@gmail.com

Slutet av november – Första julbordet på Idas Restaurang

Vi bokar två sittningar olika dagar då alla inte brukar få plats på den första. Idas restaurang är verksamheten där eleverna på skolans Restaurang- och livsmedelsprogram övar sina matlagningsfärdigheter och tränar på god serviceförmåga.



Tid: En sittning i slutet av november
Plats: Åsenvägen 11, hus 2,
Bäckadalsgymnasiet, Jönköping
Pris: ca 350 kr/person

Anmälan: Datum kommer senare. Göran Viklander,
073-814 07 13, goran.viklander@gmail.com

December

Början av december – Andra julbordet på Idas Restaurang

Vi bokar två sittningar på olika dagar då alla inte brukar få plats på den första. Idas restaurang är verksamheten där eleverna på skolans Restaurang- och livsmedelsprogram övar sina matlagningsfärdigheter och tränar på god serviceförmåga.



Tid: En sittning i början av december
Plats: Åsenvägen 11, hus 2,
Bäckadalsgymnasiet, Jönköping
Pris: ca 350 kr/person

Anmälan: Datum kommer senare. Göran Viklander,
073-814 07 13, goran.viklander@gmail.com

Lördag den 7 december – Julmarknad i Eksjö

Landets mest stämningsfulla julmarknad utspelar sig traditionsenligt mitt i den unika trästaden Eksjö, en idyll med sin genuina miljö från 1600–1800-tal. Marknaden äger rum både utomhus (Museigården, Åbron, Lilla torget och Stora torget) och inomhus (Eksjö museum och Torkladan)



Tid: Lördag den 7 dec, kl. 10.00 till ca 15.00
Plats: Samling resecentrum i Jönköping kl 09.00
Exakta tider kommer senare
Pris: Resa kollektivt med seniorkortet eller kontantbetalning.

Anmälan: Senast 4 december till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20 eller jolo.sv@netatonce.net

Tisdag den 10 december – Månadsträff med Lucia

Vi får besök av mellanstadieelever från någon skola i närheten. Ett efterlängtat besök som sprider värme och ljus i decembermörkret. Kom gärna i tid så ni hinner smaka lite julglögg.



Tid: Tisdag den 10 december, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr inkl. fika

Anmälan: Ingen anmälan behövs

Välkomna
till



Hösten
2024

www.spfseniorena.se/jonkopingoster

Studiecirklar

Bangolf

Sommarsäsong:

Torsdagar kl. 11.00

Bangolföreningen på Liljeholmen

Vid Lustigkullen

Vintersäsong:

Torsdagar kl. 14.30

Bangolföreningens lokal

S:t Göransvägen 31.

Lilian Mattsson,

070-270 17 16

Friskvårdsqigong

Onsdagar kl. 13.30 -15.00.

Start 4 september

Studieförbundet Vuxenskolan,

Huskvarnavägen 40.

Lena Andersson, 073-023 92 05

Litteraturcirkel

Torsdagar udda veckor kl. 10.00-12.15

Start 15 augusti

Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40

Ingegerd Claesson, 070-396 68 83

Senioryoga

Måndagar kl. 10.00-12.15

Start 2 september

Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40

Elisabeth Lindberg, 073-159 74 79

Utomhus-gympa

Måndagar kl. 10.00-12.00

Start 24 juni

Samling vid Boulebanan, Lustigkullen

Elisabeth Lindberg, 073-159 74 79

Bandbroderi och lappteknik

Onsdagar kl. 10.00-12.30

Start 21 augusti

Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40

Majvor Andersson, 070-811 80 36

Matlagning herrar

Måndagar kl. 17.00-21.00

Start 12 augusti, var 4 vecka

Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d

Göran Viklander, 073-814 07 13

Matlagning Mix (Nystart)

Tisdagar kl. 16.30-21.00

Start 13 augusti, var 4 vecka

Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d

Agneta Hedlång, 073-364 80 41

Matlagning, damer 1

Måndagar kl. 16.30-21.00

Start 19 augusti, var 4 vecka

Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d

Kerstin Viklander, 070-595 62 99

Matlagning, damer 2

Måndagar kl. 16.30-21.00

Start 26 augusti, var 4 vecka

Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d

Birgitta Andersson, 070-963 97 38

Matlagning, damer 3

Måndagar kl. 16.30-21.00

Start 2 september, var 4 vecka

Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d

Kerstin Lindblad, 070-670 50 81

Världen Nu

Vi diskuterar aktuella händelser

Start 21 augusti

Onsdagar jämna veckor kl. 10.00-12.15

Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40

Göran Viklander, 073-814 07 13

Stilgruppen

Onsdagar kl. 10.00-12.15

Start 18 september

Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40

Birgitta Dele, 070-332 04 60



Organisation 2024 (t.o.m. årsmötet 2025)

Styrelse

Anita Ljunggren	ordf.	073-646 22 11	anitaljunggren@icloud.com
Lilian Mattsson	v.ordf.	070-270 17 16	lilian-mattsson@hotmail.com
Agneta Hedljung	sekr.	073-364 80 41	karin.a.hedljung@hotmail.com
Jan-Olof Svensson	kassör	073-532 67 20	jolo.sv@netatonce.net
Göran Viklander	ledamot	073-814 07 13	goran.viklander@gmail.com
Britt-Marie Florvik	ledamot	070-635 20 40	britt-marie.florvik@hotmail.com
Greta Karlsson	ledamot	070-624 65 95	greta.gert.karlsson@gmail.com
Bengt-Åke Gustafsson	ledamot	076-255 85 55	mb.gustafsson@gmail.com
Lennart Ahnstedt	ledamot	072-406 12 26	lennart.ahnstedt@gmail.com

Valda Funktionärer

Yvonne Lindgren	revisor	070-370 27 94	yvonne-lindgren@telia.com
Ann-Christine Sahlén	revisor	070-585 92 88	anli.sahlen@gmail.com
Valborg Ekman	revisor ers.	072-002 03 23	valborgekman.ve@gmail.com
Gerd Berggren	valbered.	070-110 92 41	gerd7476@gmail.com
Ewa Mejving	valbered.	073-949 96 73	evamejving@gmail.com
Ewa Lennqvist	valbered.	070-536 05 01	ewa.lennqvist@gmail.com

Samrådsgrupp för Kommunala Pensionärs Rådet (KPR)

Birgitta Andersson	ledamot	070-963 97 38	birgitta.viktoria.a@gmail.com
Bengt-Åke Gustafsson	ledamot	076-255 85 55	mb.gustafsson@gmail.com

Programgruppen

Göran Viklander	073-814 07 13	goran.viklander@gmail.com
Jan-Olof Svensson	073-532 67 20	jolo.sv@netatonce.net
Bengt Åke Gustafsson	076-255 85 55	mb.gustafsson@gmail.com
Berit Gustafsson	070-265 89 22	berit.gee@gmail.com
Lennart Ahnstedt	072-406 12 26	lennart.ahnstedt@gmail.com
Annika Henriksson	070-913 57 73	annika.henriksson51@gmail.com

Övriga Funktionärer

Greta Karlsson	medlemsregister	se styrelsen
Britt-Marie Florvik	medlemsregister	se styrelsen
Jan-Olof Svensson	Festansvarig	se styrelsen
Kalle Stawiarski	Webbredaktör	070-591 77 62
Lennart Ahnstedt	Programbladet	se styrelsen

Vill du var med och forma verksamheten i SPF Jönköping Öster?

Är du intresserad av att engagera dig i föreningsarbetet så är du välkommen att höra av dig till någon i valberedningen eller styrelsen.

Arrangemangen genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

- Betalning:** Använd gärna betal- eller kreditkort.
I vissa fall ska betalning ske via Plusgiro 358 576-7
- Anmälan:** till programpunkter med anmälan är denna alltid bindande efter den sista anmälningdagen.
Vid utebliven närvaro på aktivitet utan giltigt förfall utgår full avgift.
- Begränsning** Det kan förekomma **begränsningar avseende deltagarantal** på flera av våra studiebesök, utflykter samt temamöten. Anmäl dig gärna i god tid för att vara säker på att få en plats.
- Ändringar** Det kan förekomma ändringar i programmen under pågående säsong. Detta meddelas via Månadsträff, SPF:s hemsida, Facebook, e-post eller telefon till anmälda. Det är dock den enskilde deltagarens ansvar att känna till vad som gäller för respektive aktivitet

Plusgiro 358 576-7



Avsändare:
SPF Seniorerna Jönköping Öster
c/o Lindgården
Ringvägen 1
554 54 Jönköping

webb: www.spfseniorerna.se/jonkopingoster
Ordförande och ansvarig utgivare: Anita Ljunggren

