

SENIORERNA

Kabusa

Seniorer i tiden

Program 2018



Bästa SPF Kabusa medlemmar !

SPF Seniorerna Kabusa 18 år

Vår unga pensionärsförening blir myndig i år, fyller 18 med allt vad tonåring innebär. 18-åringen har växt till sig, medlemsantalet har ökat till 384 i skrivande stund.

Ett stort tack till alla duktiga ledare i de olika aktiviteterna med cirkelverksamhet, månadsmöten, resor och inte minst den välbesökta grillfesten & silla-frukosten för de insatser de gör för att vi övriga medlemmar ska få några trevliga stunder tillsammans. Välbesökta månadsmöten, cirklar och de olika aktiviteterna vars syfte är att berika & glädja alla i vår förening. En av de största upplevelserna 2017 var resan i april till blomsterfesten i Holland med Hagestad Touring, så mycket tulpaner och blommor hade vi aldrig sett, trevlig guide och utmärkt chaufför gjorde att alla tyckte resan var toppen! Under 2017 har det också varit 1-dagars resa till Ivön och ett studiebesök på Absolut Experience Center Åhus. Båda resorna var tidigt fullbelagda! Teater och musikresorna har varit mycket uppskattade, allt har fungerat perfekt tack vare vår utmärkte reseledare Jan Nilsson.

Under 2017 fick SPF Seniorerna Kabusa en Förbundsmästare i bordtennis, tävlingen gick i Söderhamn och Kurt Holm blev mästare i 75-års klassen, både singel och dubbel. STORT Grattis!

Vi har också under 2017 varit arrangör för distriktmästerskapet i Golf där våra deltagare nådde fina resultat både i dam och herrklassen.

Ett annat område är friskvård och förbyggande hälsovård, den populära bowlingen på fredagarna och lika populära vattengympan på onsdagarna, förhoppningsvis håller dom oss friskare än genomsnittet båda aktiviteterna fortsätter under 2018.

Sittande styrelse har nu arbetat ihop under 3 år och som ordförande vill jag tacka för de insatser som gjorts för att driva verksamheten i SPF Seniorerna Kabusa vidare.

Vi tar gärna emot synpunkter och idéer på våra aktiviteter, resor, cirklar, m.m, förhoppningsvis finns det något som passar varje medlem.

Anmälan till danser, teaterresor, dagsresor gör du alltid till vår reseledare Jan Nilsson i hans utlagda pärmar. Deltagande i cirklar och fysiska aktiviteter anmäler du till Ingela Larsson både som ny och gammal deltagare.

OBS! All anmälan till fester, resor, aktiviteter är bindande. Missad anmälan debiteras!

På månadsmötena får du veta vad som händer lokalt, i distriktet samt på förbundsplanet.

Besök vår nya hemsida www.spfseniorerna.se/kabusa där information finns under "Aktiviteter" om våra resor, danser, m.m.

Vi ser fram emot ett nytt innehållsrikt år,
Och önskar er alla ett gott 2018

Väl mött hälsar er styrelsen gm./

Sven-Åke Mårtensson

Ordförande i föreningen.

Flügger färg

CN Färg • Kakel • Bad

www.cnfargcenter.se

Jakobsbergsgatan 57, Ystad • 0411-659 50

TEL. 0411-55 00 72

GE-MALIVS KÖPINGEBRO

MANUELL KÖTTDISK • HÖG KVALITÉ • HEMLAGADE CHARKDELIKATESSER



Vi bakar för hand med naturliga råvaror
utan tillsatser i vedeldad stenugn

Bageri
Konditori
Butik
Café
Produkter



Utställningar
Kika in på
konstgalleriet
hos
Olof Viktors

Vi har öppet alla dagar
www.olofviktors.se

SPF Kabusa Styrelse 2018

Ordförande	Sven-Åke Mårtensson	0411-55 11 37
Skogsvägen 9	271 72 Köpingebro	072-723 11 37
V. Ordförande	Jan Nilsson	0411-55 10 48
Andvägen 7	271 71 Nybrostrand	0730-34 74 08
Kassör	Karl Olofsson	0411-55 00 23
Fallenbjärsv.145	271 73 Köpingebro	0721-86 33 73
V. Kassör	Gert Knutsson	0411-52 21 88
Kullhögsvägen 42	270 21 Glemmingebro	070-672 21 88
Sekreterare	Lena Andersson	0411-52 27 21
Tuvebäcksvägen 114-43	271 75 Glemmingebro	0709-92 27 23
V.Sekreterare	Lena Björk	0708-92 31 48
Toarp 316	273 94 Tomelilla	0417-331 64
IT/Media	Lennart Lundberg	
Envägen 3	271 71 Nybrostrand	070-362 93 71
Studieorganisatör	Ingela Larsson	0411-52 27 80
Flädervägen 5	271 71 Nybrostrand	0708-49 57 22
Suppleant Medlemsvård	Birgitta Czernysson	0411-55 08 37
Bredastensvägen 98	271 72 Köpingebro	070-696 78 92

Ombud

Festkommittén	Kerstin Nilsson	0411-55 10 48
Festkommittén	Ann Christin Mårtensson	0709-32 00 85
Reseorganisatör	Jan Nilsson	0411-55 10 48
Studieorganisatör	Ingela Larsson	0411-52 27 80
Trafikombud	Inge Nilsson	0411-55 07 42
Hörselombud	Maj & Dan Isaksson	0411-55 55 72
Stavgång & Quigong	Kersti Liljegren	073-380 46 44
Lotterier	Maj-Britt Olsson	0411-55 04 03
Lotterier	Anita Lundberg	070-362 93 72
Ombud ord. YPR	Karl Olofsson	0411-55 00 23
Suppleant	Birgitta Czernysson	0411-55 08 37
Boul ansvarig	Irene Marceau	0411-102 13
Bowling ansvarig	Greta Svensson	0411-155 41
Priffe	Per-Arvid Wallin	0411-55 03 31
Priffe	John Mårtensson	070-492 71 42

KVISKES

BEGRAVNINGSBYRÅ

Tradition i 5:e generationen

Vi erbjuder även all sakkunnig hjälp inom familjejuridik

Jour dygnet runt • Hembesök
Stora Östergatan 17, Ystad. Tel 0411-100 69
Lilla Torggatan 10, Skurup. Tel 0411-453 69

www.kviskesbegravningsbyra.se



*Gårdsbutik med lokalproducerad matglädje
Guidning och grupparrangemang*



Varmt välkommen!
Karfältsvägen 363, Köpingebro 0411-550606 www.osterlenkryddor.se

Resor 2018

mars är det V 64 på Jägersro. För lite spel och spänning åker vi buss från Nybrostrand & Ystad vi äter gott på Jägersro.

15 april Endags bussresa till Göteborg besöka Bingolotto under livesändning.

23 maj: Resa till Danmark Köpenhamn-Bakken-Carlsberg.

25 okt. Studiebesök på Nordic Sugar Örtofta från beta till socker vi besöker även det intressanta sockermuséumet. Avslut med lunch i fabriken matsal.

Eftermiddagen ägnas åt besöka Ellinge Vodkafabrik



Fastställa klockslag och datum kan vara svårt ett år i förväg Hemsidan kan vi snabbt fastställa exakt tidpunkt & plats Logga in på:
www.spfseniorerna.se/kabusa

22 juli Kyrk-söndag kl. 18.00

Plats Nybrostrand vid Scoutstugan vi bjuder på kaffe.

Frälsningsarmén medverkar.



ARVID ARDIN J:R AB

Koppargatan 3, 271 39 Ystad
Tel 0411-129 95 • Fax 0411-746 60

bo@ardins.se • www.ardins.se



Lavelund
KÖPINGEBRO

Gårdsbutik

med egna & närproducerade säsong grönsaker

Öppet dagligen 9-18

Med bemanning Torsdag-Fredag: 16-18 Lördag: 10-13

Välkomna! Anna-Maria & Jan

Telefon 0411-55 05 45 | 070-547 47 64

www.lavelund.se

Köp och serva din trädgårdsmaskin hos



Serva dina maskiner under vintern!

Under nov-feb till rabatterat pris, och slipp väntetiderna under våren.

0411-103 00 • www.almsmotor.se

Månadsmöten 2018

**Sammankomsterna kl. 14.00 i Medborgarhuset Glemmingebro
Kaffe och bröd serveras efter möte och underhållning.**

- 17 jan** Linda Lundvist från Staffanstorp underhåller med sång och musik bra underhållning. Det bästa av det mesta.
- 14 feb** Årsmöte. Tony Leo från Länsförsäkringar Ystad informera om senaste nytt inom den världen. Dom står också för dagens kaffe & kakor därtill.
- 21 mar** Lars-Gunnar Larsson och Lars Gunnar Dahl underhåller oss. Här bjuds en omväxlande konsert med allt från Edvard Persson till O Sole Mio.
- 18 apr** Efter sedvanligt månadsmöte står Marianne Mörk för underhållningen. en stor yrkesmänniska och lika stor personlighet
- 13 jun** Sillafrukost på Nybrostrands fotbollsplan kl. 13.00. Underhållning av Öst-erlens Dragspelsklubb. Ta med tallrik bestick glas, "en lille en", kopp, kaffe och hembakat. Som alltid ett glatt humör. **Ingår: Öl/vatten.**
- 8 aug** Vår berömda grillfest på Nybrostrands fotbollsplan kl. 13.00. Även avslutning för cykelturerna där Sten-Åke & Arne spelar och underhåller oss, kan det bli bättre. Ta med tallrik bestick glas kopp, kaffe, kaka. Glöm inte "en lille en". Ingår: Öl/vatten.
- 19 sep** Månadsmöte därefter föredrag av Olof Jillkén råkade hösten 2011 ut för en klätterycka men understryker att en förändring inte alls behöver vara en katastrof.
- 17 okt** Månadsmöte därefter underhållning av välkända History med 60 talet den här gången och det lär bli minst lika bra som senast dom var här.
- 21 nov.** Efter månadsmöte blir det hög underhållning av Bror Tommy Borgström



Du kan förverkliga drömmar! Välj en bank som gör skillnad.

Som kund i Sparbanken Skåne är du med och utvecklar samhället, förverkligar idéer och hjälper människor att växa. Genom att låta delar av vårt överskott gå tillbaka till idrott, kultur, utbildning och näringsliv bidrar vi till att skapa framtidstro där du bor. Välkommen till Sparbanken Skåne, hela Skånes sparbank.

Läs mer på www.sparbankenskane.se/boka

Sparbanken
Skåne



Studiecirklar 2018

Tisdagar: Planera en resa till Dalarna vi besöker Dalhall ,Orsa och Siljan
Lokal Scoutstugan kl.13.30
Ledare:

Tisdagar: Vi som var unga på 60 & 70-talet.Varannan vecka scoutstugan 5 ggr
start februari avslut ? Ledare:?

Matlagning: Herrar grupp 1. Ledare Per-Arvid Wallin. Tisdagar. Start 6 febr-27 mars.

Matlagning: Herrar grupp 2. Ledare Gert Knutsson udda veckor varannan
tisdag. Start 16 januari Gert Knutsson tel. 070-672 21 88.

Bokcirkel: Vi träffas hemma hos varandra. Max 8 deltagare.
Start 25 januari kl. 13.30 avslut 30 maj Ledare Margareta Wallin tel. 0411-55 03 31.

Textil verkstad: Hemma hos varandra. Max 8 st. Vi provar på gamla hantverk. Var-
annan vecka. Start kontakta Ledare: Anna-Lena Gunnarsson 0411-613 65

Anmälan för cirklar och aktiviteter lämnas till Ingela Larsson, tel.0411-52 27 80.
Anmäl dig på blanketten cirklar och aktiviteter under året. Se även hemsidan.

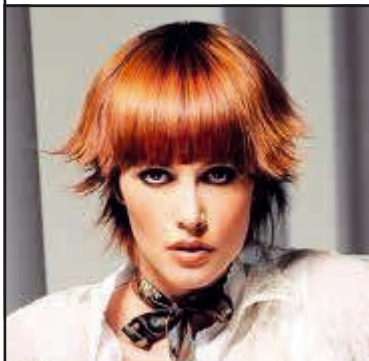


**Studieförbundet
Vuxenskolan**

**Föreläsningar
i samarbete
med
Studieförbundet
Vuxenskolan
www.sv.se/sosk**

SA AB STURE ANDERSSONS RÖRINSTALLATIONER

Tel. 0411-199 80 • Fax 0411-729 16 • www.sa-rorinst.se



OM DU HAR
EN BRA FRISÖR...

...syns det på håret
RING

Trend Klippet
Dam & Herrerfrisörsalong

0411-55 09 59
Stationsvägen • Köpingsbro



Välkommen till vackra Fyledalen!
I Lyckås vackra slottsstall finner du
vår butik. Klassiska tidlösa plagg med
lantlig charm, både för dam och herr.

**Armani, Rosner, Hammerschmid, Eva & Claudi,
Camel, Blue Willis och Barbour är några av
våra kända leverantörer.**

**Lyckås ligger c:a 15 km. norr om Ystad.
Tag av från väg 19 strax söder om Tomelilla.**

Personlig service är vårt motto.
Välkomna! *Margareta & Per Carlén*

Tel. 0417-401 40
www.lyckas-kladbutik.nu



Dansträffar 2018

SPF Kabusa har höstfest 5 oktober i Medborgarhuset Glemmingebro

Underhållningen står välkända Källströms orkester för.
Ni ta´r själv med något att klara strupen med, och som alltid ett glatt
humör kan inte bli bättre än så. Kl. 17.00 – 21.30

12 dec. Löderups Strandbad Löderups Strandbads "GOA" Julbord kl. 17.00-21.30 med Dans Insläpp kl.16:30



Hemlig Resa 2 d 3/4, 3/5, 13/6	1.495:-
Hemlig Resa 3 d 26/4 2.495:- 22/5	2.695:-
Påskresa Rostock 2 d 13/4	1.995:-
Holland m Blomstertåget 6 d 18/4	7.295:-
Sparrisresa Celle 4 d 28/4	4.795:-
Spreewald m Dresden 4 d 11/5	4.995:-
Warszawa 5 d 25/5	4.995:-
IGA Berlin-Världens trädgårdar 4 d 2/6	3.995:-
Sverige Runt 10 d 25/6, 18/7	11.395:-
Underbara Tyrolen 8 d 26/6	7.995:-

Och mycket mer finns på...



Tel 0411-52 41 75 • www.hagestadtouring.se





BOSSEBYGG AB

Fotvård Tio Tuffa Tår

Hälsans Hus i Ystad • Glashuset i Tomelilla • Susanne Persson 073-679 35 40

Dipl. medicinsk
Fotvårdsspecialist
Avtal med
Region Skåne
Diabetes PS RA MS



Aulingatan 22 B
YSTAD

Pilevallsgatan 2
TOMELILLA



Ystad Tandhälsa



JESSICA

ULLA

HISHAM

MOA

ANNA-MARIA

I nya och moderna lokaler, med rutinerad och kompetent personal, hälsar vi alla vuxna och barn

HJÄRTLIGT VÄLKOMMNA TILL OSS PÅ AULINGATAN 22 B I YSTAD

0411-211 780 ystadtandhalsa.se fystadtandhalsa ystad.tandhalsa

Veckoaktiviteter 2018

Måndagar: Par Priffe kl. 13.00. Start 8 januari avslut 23 april.
Folkdansens hus, N. Koboltg 6 Ystad. Ledare John Mårtensson tel. 070-492 71 42

Måndagar: Priffe kl. 14.00-17.00. Start 15 januari avslutning 7 maj
Fortsättningspriffe i Ystad Bridgesällskaps lokaler Aktergatan 3.

Måndagar: Canasta start 15 januari - 7 maj kl. 14.00-17.00
Ystad Bridgesällskaps lokaler Aktergatan 3 Ystad.

Måndagen den 25 juni startar våra cykelturer.
Vi samlas vid Hildas Grill & Livs varje måndag kl. 18.00 under 6
veckor. Avslutning den 30:de juli med grillfest i vanlig ordning helgrillad
gris. Alla hjärtligt välkomna. Ledare Jan Nilsson.

Onsdagar: Vattengympa 12 ggr. Start 10 jan-25 april kl. 14.00-15.00.
Ledare Irene Mårtensson.

Onsdagar: Stavgång kl. 13.30. Start 10 januari vid Scoutstugan. Du går i din
egen takt c:a 45 min. Efter fikapaus blir det Qui Gong.
Gammal beprövad kinesisk rörelse & andningsterapi. Ledare Kersti Liljegren.

Torsdagar: Boule kl. 13.30 spelas i Nybrostrand vid Hildas Grill om vädret tillåter.
Ledare Irene Marceau tel. 0411-102 13.

Fredagar: Bowling O'Learys Bowlinghall, Ystad Arena, Fridhemsgatan 27,
Ystad. Start fredagen den 12 januari kl. 09.30-12.00. Avslutning 27 april.
Välkomna säger Greta !

Ett stort TACK
till alla våra sponsorer, som gjort det
möjligt att ge ut detta program.

Ansvarig utgivare Lennart Lundberg
SPF Kabusa



Välkommen förbi ditt Kronans Apotek i Ystad

Här kan du hämta ut ditt recept, handla receptfria läkemedel samt hitta ett brett utbud av kroppsvård och egenvårdsprodukter.

Du kan också förbeställa dina läkemedel på www.kronansapotek.se

ÄNTLIGEN! Nu kan du ladda ner KRONANS APOTEKS APP - en app som förenklar dina apoteksärenden!

Kronans Apotek Ystad Stora Östergatan 11
För mer information, besök www.kronansapotek.se

 **APOTEK**

Skandia Försäkringen gäller

SPF:s gruppförsäkring är en medlemsförmån. Du som fyllt 60 men inte 70 år kan inom 6 (sex) månader från det du blivit medlem i SPF ansluta dig till livförsäkringen. Enda kravet är att du inte är inskriven för sluten sjukvård.

Livförsäkringen

Du kan välja att teckna livförsäkring motsvarande ett helt eller ett halvt basbelopp.

Dödsfalls kapital

Livförsäkring 1,0 prisbasbelopp 44.800 2017

Beloppet betalas ut till den avlidnes dödsbo utöver andra eventuella livförsäkringar. Livförsäkringen är livsvarig, vilket innebär att du behåller skyddet så länge du är medlem i SPF och betalar premien. Livförsäkringen gäller även utomlands oavsett hur lång tid Utlandsvistelsen varar.

Premier

Livförsäkringen 0,5 prisbasbelopp	74 kr/månad
Livförsäkringen 1,0 prisbasbelopp	148 kr/månad

Olycksfallsförsäkringen

Man kan välja enbart olycksfallsförsäkringen eller kombinera den med livförsäkringen. För att ersättning ska kunna betalas från olycksfallsförsäkringen krävs det att olycksfallet Medfört kroppsskada som kräver behandling av läkare. "En olycksfallsskada är den kroppsskada som den försäkrade ofrivilligt drabbats av genom plötslig yttre händelse".

Premier

Olycksfallsförsäkringen	2014
	25 kr/månad

SPF:s mötesförsäkring vid olycksfall

Vid SPF-möten är alla medlemmar försäkrade! Du får här en kortfattad information om det försäkringskydd som gäller när man deltar i SPF-möte och vid resa till eller från möte eller deltar i annat arrangemang som anordnas av SPF-distrikt eller SPF-förening.

Ersättning kan betalas ut för:

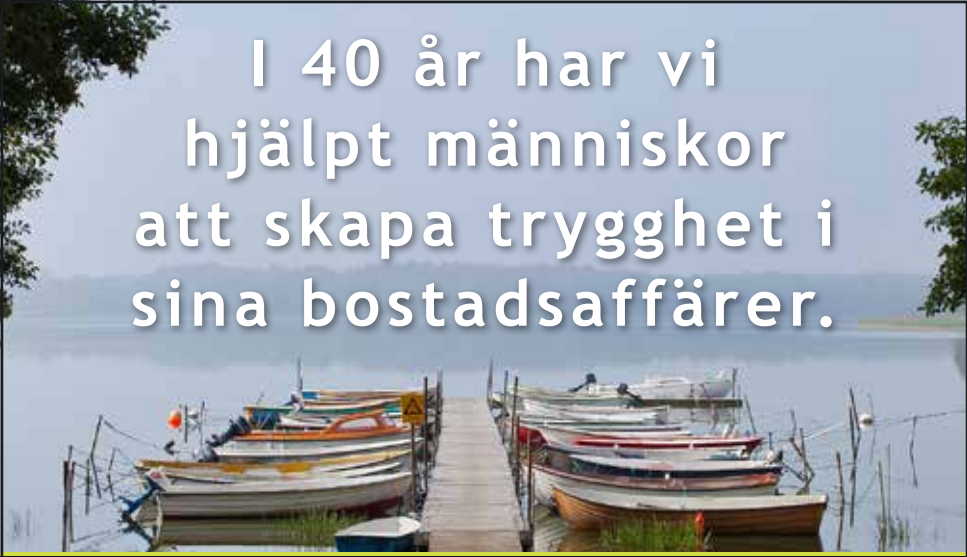
Läkekostnader	Merkostnader
Reskostnader	Skada på personliga tillhörigheter vid personskada
Tandskadekostnader	Rehabilitering.

Försäkringen innehåller också ett dödsfallsbelopp och ett invaliditetsbelopp. SPF:s mötesförsäkring vid olycksfall omfattar även olycksfalls och ansvarsskador som kan drabba SPF-medlem vid oavlönad hjälp, s.k. väntjänst förmedlad genom SPF-förening.

Försäkringen (ansvar) gäller även för person och sakskada oavsett vårdslöshet eller krav på lagligt ansvar när direkt orsaks samband föreligger mellan den skadebringande handlingen och den uppkomna skadan. Om medlem har egen olycksfallsförsäkring t.ex. SPF:s medlems försäkring skall ersättning i första hand lämnas från denna. Vid varje ansvarsskada gäller självrisk på 1000 kr. **Premien för denna försäkring ingår helt i årsavgiften till SPF.** En kortfattad beskrivning av försäkringar som finns att tillgå. Vid oklarhet ring 0413-29150

För mer info gå in på vår hemsida länken medlemmar skrolla längst ner.

Aktuella försäkringar för SPF:are



I 40 år har vi
hjälpt människor
att skapa trygghet i
sina bostadsaffärer.

Bf SYDKUSTEN
ÖSTERLEN

YSTAD 0411-137 20
SIMRISHAMN 0414-48 20 10
www.bfkonsult.se

Låt Actic bli din träningsskompis!

Det är aldrig för sent att börja träna! Oavsett om du vill göra det för att må bättre, orka mer eller bara umgås med andra träningskompisar.

Hos Actic får du alltid en trygg start med en instruktör som visar hur allt fungerar och ger dig ett personligt träningsprogram. Välkommen!

Actic Ystad Hangaren 1 & 2
Dragongatan 52 • 0411 12300
actic.se • facebook.com/acticsverige

ACTIC

Tycker du att andra talar otydligt?

Drygt 1,4 miljoner svenskar har nedsatt hörsel

Behöver du eller någon du känner kolla hörseln? AudioNova erbjuder hörseltest utan remiss. Vi hjälper dig med hörapparater, hörselskydd och arbetshjälpmedel.

**Boka hörseltest
utan remiss**
Ring
010-331 9602

AudioNova är tidigare Hörseltjänst

**Aulingatan 22A
271 39 Ystad**

**www.audionova.se
010-331 9602**

AudioNova 
Din Hörselspecialist



Vi är inte som andra banker

Varje år bidrar vi till att södra Skåne blir en ännu trivsammare plats att bo och arbeta på. Det gör vi genom att återinvestera en del av överskottet i kultur, föreningsliv, företagande och annat som får regionen att blomstra lite mer.

Det är det som skiljer oss från en vanlig bank.

Sparbanken Syd

tel 0411-82 20 00 alt 040-37 40 00
www.sparbankensyd.se • info@sparbankensyd.se