

SPF Seniorerna
Jönköping Öster

Program

Våren 2025

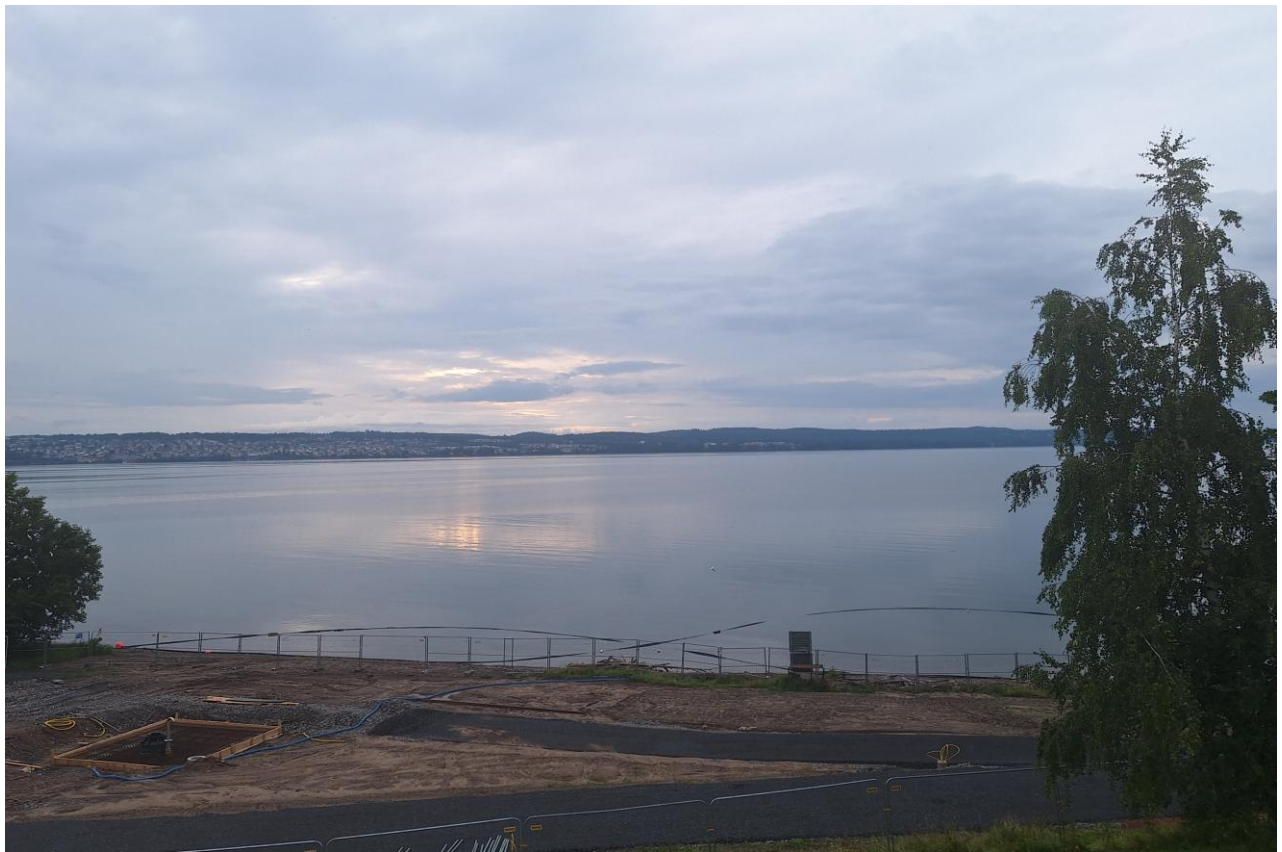


Din trivsel - vårt fokus



Kallelse till Årsmöte
SPF Öster, Jönköping
Årsmötet kommer att hållas
Tisdagen den 11 februari kl.14.30
på Lindgården, Ringvägen 1 i Jönköping
Årsmöteshandlingar kommer att finnas
tillgängliga på mötet och via hemsidan.

www.spfseniorerna.se/jonkopingoster



Vättern ligger stilla

Januari

Onsdag den 15 januari – Månadsträff ”Det stora postrånet vid Sandhem”

Jörgen Svedbom kommer och berättar om det ödesdiga postrånet vid Sandhem 1854 och om de båda rånarnas levnad och slutliga öden!



Tid: Onsdag den 15 januari, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr/person

Anmälan: Ingen anmälan

Tisdag den 21 januari – Att vara vinbonde i Sverige

Joergen Thelander kommer till oss och berättar om att vara ”vinbonde i Sverige”. Efter information kommer vi provsmaka hans viner. Vi kommer också äta en räksmörgås alt. köttbullemacka med servering av ett glas vin.



Tid: Tisdag den 21 januari, kl. 17.30
Plats: Lindgården
Pris: 200 kr inkl. mat o dryck

Anmälan: Senast 15 januari SMS till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

Februari

Torsdag den 6 februari – Lunch på Restaurang Hemma

Vi satsar på några gemensamma luncher under våren. Först ut är restaurang Hemma som är känd för sin goda mat.



Tid: Torsdag den 6 februari, kl. 13.00
Plats: Restaurang Hemma, Smedjegatan 36
Pris: ca 140 kr/person
Var och en betalar sin lunch på plats

Anmälan: Senast 3 februari SMS till Göran Viklander,
073-814 07 13, goran.viklander@gmail.com

OBS! Begränsat antal!

Tisdag den 11 februari – Årsmöte och underhållning av Lena Robert

Årsmöte med sedvanliga förhandlingar och därefter underhållning med Jönköpings egen sångfågel Lena Robert, som sjunger visor o även egna kompositioner.



Tid: Tisdag den 11 februari, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: Ingen kostnad

Anmälan: Ingen anmälan

Fredag den 28 februari – AW på Mr BBQ i Jönköping

Fantastisk god mat och mycket på tallriken. Ett urval av tre maträtter inklusive ett glas vin /öl
Trevlig personal och bra service.



Tid: Fredag den 28 februari, kl.16.30
Plats: Samling på Mr BBQ Huskvarnavägen 48
Pris: ca. 175 kr/pers.

Anmälan: Senast 25 februari SMS till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

Deltagarantalet är begränsat till ca 40 personer

Mars

Tisdag den 11 mars – Månadsträff med Ehrling "Elvis" Lundberg

Ehrling sjunger och spelar musik från 1950 – 60 – 70 talet med internationella och svenska artister och ibland någon egen låt.



Tid: Tisdag den 11 mars, kl.14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr inkl. fika

Anmälan: Ingen anmälan
Kom i tid – Vi blir många idag!

Torsdag den 20 mars – Husqvarna museum samt lunch

Husqvarna Museum är ett av många muséer i Jönköpings kommun. Muséet är inrymt i en äldre del av Husqvarna Vapenfabrik med entré från "Stampabacken" vid Smedbyn. År 1982 öppnades Husqvarna Vapenmuseum i samarbete med Svenska Jägareförbundet.



- Tid:** Torsdag den 20 mars, kl. 10.00
Plats: Samling kl. 10.00 vid ingång till museet
Hakarpsvägen 1 Buss linje 1 till Viktoriaplan
Pris: 160 kr/person inkl. entré o guidning
Anmälan: Senast 10 mars SMS till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

OBS! Begränsat antal. Eventuellt 2 grupper om 20 pers/grupp

Fredag den 28 mars – Vårfest på Seniorernas hus

Vi firar in våren med en måltid med ett glas vin /öl. Givet finns också alkoholfritt alt. Det blir underhållning, lotterier och lite sång.



- Tid:** Fredag den 28 mars, kl. 18.00
Plats: Seniorernas hus, Klostergatan 69
Pris: 395 kr/person, inkl. ett glas vin/öl/alkoholfritt.
Extra glas vin/öl 40 kr. Alkoholfritt 15 kr
Betalar till PG 358 576-7 före 18/3. Ange namn.
Anmälan: Senast 18 mars, SMS till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

Anmälan är bindande efter sista anmälingsdatum

April

Tisdag den 8 april – Månadsträff med Vita bussarna

Ulf Persson berättar om vita bussarna som användes för att undsätta flyktingar från olika koncentrationsläger i Europa.



- Tid:** Tisdag den 8 april, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr/person
Anmälan: Ingen anmälan

Tisdag den 15 april – Lunch på Fjällstugan

Vi fortsätter med våra gemensamma luncher. Den här gången har vi valt Fjällstugan, mycket beroende på den vackra utsikten och goda maten.



- Tid:** Tisdag den 15 april, kl. 12.00
Plats: Fjällstugan, Dalvik
Busslinje 2 till Hisingstorpsskolan
Pris: ca. 140 kr inkl. sallad
Anmälan: Senast 11 april SMS till Göran Viklander,
073-814 07 13, goran.viklander@gmail.com

Tisdag den 22 april – Studiebesök på Karl Andersson möbelfabrik

Tillverkning av kvalitetsmöbler sedan 1898 i fyra generationer. Besöket tar ca 1,5 tim. Det är hög volym av maskiner under rundvandringen och för att alla ska höra någorlunda är maxantal mellan 25-30pers. Vill även informera om att det blir mycket promenad genom lokalerna och utställningen ligger på tredje våningen. Hiss finns ej.



- Tid:** Tisdag den 22 april, kl. 13.00
Plats: Entré, Rosendalagatan 6, Husqvarna
Pris: Ingen kostnad
Anmälan: Senast 15 april, SMS till Jan-Olof Svensson
073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

Deltagarantalet är begränsat till 30 personer

Tisdag den 29 april – Modevisning Senior

Modevisning av årets vår kollektion från Senior Shopen. Tillfälle för dig att förnya din garderob. Betala dina inköp med bankkort.



- Tid:** Tisdag den 29 april, kl. 17.00
Plats: Lindgården
Pris: Entré 200 kr.
Då ingår räksmörgås och ett glas vin.
Extra vin kan köpas för 40 kr/glaset
Anmälan: Senast 21 april, SMS till Berit Gustafsson
070-265 89 22, berit.gee@gmail.com

Maj

Tisdag den 13 maj – Månadsträff med Naumann o Knutsson

Favorit i repris som bjuder på en härlig bukett av oförglömliga schlagers från 50, 60 och 70-talet.



Tid: Tisdag den 13 maj, kl. 14.30
Plats: Lindgården
Pris: 70 kr/person

Anmälan: Ingen anmälan
Kom i tid – Vi blir många idag!

Tisdag den 20 maj – Besök Nobelmuseum i Karlskoga

Utflykt till Alfred Nobels muséum som också var hans sista hem i Sverige. En guidad tur på muséet med skådespelare och lunch därefter. På hemvägen gör vi ett stopp på Medevi Brunn, som är Sveriges äldsta brunnsort och har fungerat som kurort sedan 1678. Innan hemfärd finns möjlighet till fika.



Tid: Tisdag den 20 maj, kl. 08.00
Avresa från bussgods i Jönköping kl.08.00
Hemma igen ca. kl.19.00
Plats: Nobel museum samt Medevi Brunn.
Pris: 800 kr/person, inkl. bussresa, lunch o guide

Anmälan: Senast 5 maj SMS till Göran Viklander,
073-814 07 13, goran.viklander@gmail.com

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum. Minsta antal 30 deltagare.

Fredag den 23 maj – AW på Pitcher´s

Ett kök som serverar en fantastiskt vällagad meny full av pub-klassiker, smaskiga smash-burgare och massor med smårätter som tillbehör.



Tid: Fredag den 23 maj, kl. 16.30
Plats: Pitcher`s restaurang, Trädgårdsgatan 6
Pris: Ca 200 kr inkl. ett glas vin/öl eller alkoholfritt

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

Onsdag den 28 maj – Ett annorlunda QUIZ

Vi samlas på Lindgården för ett annorlunda Quiz. Tjugo årtal från 1960 och framåt. Musiken blandas med händelser från årtalet vi söker. Vi avslutar quiz:et med en enkel måltid i form av räksmörgås eller köttbullemacka med ett glas vin eller öl. Fina vinster till den som har LÄGST poäng. Även lotterier.



Tid: Onsdag den 28 maj, kl. 18.00
Plats: Lindgården
Pris: 120 kr inkl. ett glas vin/öl eller alkoholfritt

Anmälan: Senast 21 maj, SMS till Jan-Olof Svensson 073-532 67 20, jolo.sv@netatonce.net

OBS! Vi måste begränsa deltagarantalet till 40 st.

Juni

Tisdag den 3 juni – Promenad på Dumme Mosse med korvgrillning

Vi promenerar på "spängerna" över mossarna och gör en liten paus då och då. Efter ca 3 km gör vi en längre paus och fikar samt äter korv med bröd som föreningen bjuder på. Går att ta sig fram med rullator också. En spännande vandring första dagarna i juni. Samling Södra Parkeringen.



Tid: Tisdag den 3 juni kl.10.30
Plats: Samling Lindgården för samåkning kl.10.00
milersättning 10 kr/mil
Pris: Ingen kostnad. Ta med egen dryck.

Anmälan: Senast 30 maj, SMS till Berit Gustafsson 070-265 89 22, berit.gee@gmail.com

Vi vill ha anmälan så vi har koll på korv och brödatgång.

Tisdag den 10 juni – Månadsträff med jurist

Annelie Linhard – jurist som under många år arbetat med inriktning mot ekonomisk familjerätt och generationsskiften. Hon kommer till oss för att bland annat prata om testamente och framtidsfullmakter.



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

Anmälan: Ingen anmälan

Tisdagen den 17 juni – Trolsk båttur på Bunn

Vi får uppleva John Bauers inspirationsmiljö och de näckrosfyllda kanalerna som förbinder sjöarna Bunn, Ören och Kvarnsjöarna. Båtturen tar ca 1,5 tim. Under turen serveras kaffe och fralla. Samling vid Bauergården kl.14.45.
Måltid kan intas på Bauergården på eget initiativ.



- Tid:** Tisdag den 17 juni, samling Lindgården kl.14.00 för gemensam transport till Bauergården.
- Plats:** Bauergården i Bunn
- Pris:** ca 350 kr/person.
Betaling till PG 358 576-7 före den 14 juni.
- Anmälan:** Senast den 10 juni, SMS till Annika Henriksson 070-913 57 73,
annika.henriksson51@gmail.com

Torsdag den 26 juni – Jordgubbstårta i Bönared

Vi gör som vi brukar. Tar en tripp till Bönared och avnjuter säsongens jordgubbar på tårtan som hembygdsföreningen serverar.



- Tid:** Torsdag den 26 juni, kl.14.30
- Plats:** Bönared mellan Bottnaryd och Mullsjö
Samling för gemensam avfärd vid Lindgården kl. 14.00, milersättning 10 kr/mil.
- Pris:** Var och en betalar sin tårtbit o kaffe.
- Anmälan:** Senast den 20 juni till Bengt-Åke Gustafsson
SMS 076-255 85 55, mb.gustafsson@gmail.com

**Välkomna
till**



**Våren
2025**

www.spfseniorena.se/jonkopingoster

Studiecirklar

Bangolf

Vintersäsong:

Måndagar kl. 14.30
Bangolföreningens lokal
S:t Göransvägen 31

Sommarsäsong:

Torsdagar kl. 11.00
Bangolföreningen på Liljeholmen
Vid Lustigkullen

Lilian Mattsson,
070-270 17 16

Friskvårdsqigong

Onsdagar kl. 13.30 -15.00.
Start 15 januari
Studieförbundet Vuxenskolan,
Huskvarnavägen 40.
Lena Andersson, 073-023 92 05

Litteraturcirkel

Torsdagar udda veckor kl. 10.00-12.15
Start 16 januari
Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40
Ingegerd Claesson, 070-396 68 83

Senioryoga

Måndagar kl. 10.00-12.15
Start 13 januari
Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40
Elisabeth Lindberg, 073-159 74 79

Utomhus-gympa

Måndagar kl. 10.00-12.00
Start sommarsäsong. Info kommer.
Samling vid Boulebanan, Lustigkullen
Elisabeth Lindberg, 073-159 74 79

Bandbroderi och lappteknik

Onsdagar kl. 10.00-12.30
Start 22 januari
Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40
Majvor Andersson, 070-811 80 36

Matlagning herrar

Måndagar kl. 17.00-21.00
Start 13 januari, var 4 vecka
Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d
Göran Viklander, 073-814 07 13

Matlagning Mix

Tisdagar kl. 16.30-21.00
Start 14 januari, var 4 vecka
Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d
Agneta Hedlång, 073-364 80 41

Matlagning, damer 1

Måndagar kl. 16.30-21.00
Start 20 januari, var 4 vecka
Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d
Kerstin Viklander, 070-595 62 99

Matlagning, damer 2

Måndagar kl. 16.30-21.00
Start 27 januari, var 4 vecka
Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d
Birgitta Andersson, 070-963 97 38

Matlagning, damer 3

Måndagar kl. 16.30-21.00
Start 3 februari, var 4 vecka
Hyresgästföreningens lokal, Kanalgatan 38d
Kerstin Lindblad, 070-670 50 81

Världen Nu

Vi diskuterar aktuella händelser
Start 22 januari
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 22 januari
Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40
Birgitta Dele, 070-332 04 60



Organisation 2025 (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

