

SPF
SENIORERNA

Kabusa

Seniorer i tiden

Program 2017





tvätta

Miljövänlig biltvätt i Ystad!

4 manuella tvättboxar • Automattvätt
Mjukborst, Borstlös & Polerprogram

Tvätten är öppen dygnet runt för dig med Volvokort och övriga betalkort.
Vi har även spolarvätska på pump och dammsugare **Välkommen!**



www.bilbengtsson.se

Metallgatan 1, Ystad
Tfn. 0411-648 00

ALLTID
20% RABATT
PÅ TVÄTT



Med Volvokortet tankar du alltid billigare,
10 öre/l i pumprabatt och tvättar alltid med
20% rabatt i vår automatbiltvätt.

Som trogen kund hos oss lämnar vi extra
Trohetbonus på drivmedel, service och i
butik.



RENAULT
Passion for life



TOYOTA



Din lokala Toyota återförsäljare i Ystad

Metallgatan 1, Ystad
Tfn vxl. 0411-648 80 • Verkstad 0411-648 83

Bästa SPF Kabusa medlemmar!

Åren rullar på för SPF Seniorerna Kabusa när vi nu blickar fram mot 2017 med förhoppningen om ännu ett innehållsrikt år med många trevliga sammankomster. Trots vår unga ålder är vi 372 medlemmar, 347 vid årets början, positiva siffror.

Ett stort tack till alla våra duktiga ledare i de olika aktiviteterna, cirklar, månadsmöten, resor, och inte minst den välbesökta sillfrukosten och grillfesten. Vår förenings ryggrad är att alltid något skall passa in till var och en. Under 2016 har det också varit fullsatt på våra endagsresor till Vattenriket i Kristianstad samt ett studiebesök på Sysav i Malmö där vi fick veta hur dom hanterar våra sopor, mycket intressant det hela avslutades med en rundtur på kanalerna samt lunch på Lillgården i Åkarp som pricken över i med god mat och dryck.

En mycket uppskattad resa till Gotland med all sin kulturhistoria har genomförts. En välplanerad studiecirkel om resmålet i våras samt en påläst guide vid resans genomförande gjorde resan lyckad! Övriga musik och teaterresor i Jan Nilssons regi alltid lika välbesökta. 2016 har också varit framgångsrik inom bridgen, distriktsmästare för tredje gången i Skåne 2015 berömvärd av vår förening, förpliktigade oss att vara arrangör för 2016 års bridgemästerskap. Ett annat område i våra utbud är friskvård och förebyggande hälsovård med bl.a. otroligt populära Bowling och vattengympa, inte att förglömma cykelturerna under sommaren finns givetvis också med under 2017. Sittande styrelse har nu arbetat ihop under 2 år med lite nya infallsvinklar gör kanske att just vår förening sticker ut lite mer och bli attraktiv för nya presumtiva medlemmar. Året som gått har visat på en ökning trots ovanligt många fina medlemmar har gått bort, mycket tråkigt men det är livets gång, ta väl hand om varandra.

Som ni märkt har 2016 gått i musikens tecken viket slagit väl ut på våra månadsmöten och teaterresor. Anmälan till cirklar görs av alla deltagare ny som gammal.

OBS all anmälan till fester, resor, aktiviteter är bindande.

Missad anmälan debiteras! Besök gärna vår hemsida www.spf-kabusa.se

På månadsmöten får du veta vad som händer lokalt och senaste nytt från förbundet samt eventuella tidsjusteringar

Väl mött hälsar er styrelsen

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 2017-2018

Ordförande	Sven-Åke Mårtensson	0411-55 11 37
Skogsvägen 9	271 72 Köpingsbro	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 Köpingsbro	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	270 21 Köpingsbro	0709-92 27 23
V. Sekreterare	Lena Björk	0417-331 64
Toarp 316	273 94 Tomelilla	
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 Köpingsbro	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

I en svår stund, finns vi här för Er

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.
Guidningar och grupparrangemang.*

Hemgjord glass med ingredienser från våra lokala bönder.



Osterlenkryddor

Varmt välkommen!

Karlsfältsvägen 363, Köpingebro, 0411-55 06 06 www.osterlenkryddor.se

Resor 2017

Den 28 mars är det V 64 på Jägersro. För lite spel och spänning åker vi med buss från Nybrostrand & Ystad och äter gott på Jägersro.

Onsdag 17 maj. Resa till Ivösjön.



Att fastställa klockslag och datum kan vara svårt ett år i förväg.

På vår hemsida kan vi alltid gå in och fastställa exakt tidpunkt & plats med kort varsel.

Logga in på www.spf-kabusa.se

23 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 2017

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

- 18 jan** Maria Jönsson Kyrkomusiker Lomma, underhåller med sång och musik "Det bästa av det Mesta".
- 15 feb** Årsmöte. Därefter kommer Sparbanken Syd i Ystad informera om senaste nytt inom bankvärlden. Banken står för dagens kaffe & kaka.
- 15 mar** Välkända: DAG kören underhåller oss sjunger och spelar efter månads-mötet.
- 19 apr** Claes Sjöbeck underhållare från Blentarp "60-70 tals musik" med Elvis och Tom Jones låtar.
- 14 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.**
- 9 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.
- 18 aug** Heldagstur Ut i det BLÅ. En överraskning.
- 20 sep** Månadsmöte och History, en välkänd trio från Helsingborgstrakten underhåller oss och vi lovar hög stämning rakt igenom.
- 18 okt** Sjölin & Lantz berättar om viktiga förändringar i trafiken.
- 15 nov** Hans och Agneta från Veberöd med Skånska Visor underhåller och vi lovar hög stämning rakt igenom.
- 14 dec** Löderups Strandbads "GOA" Julbord kl. 17.00-21.30. Lars Lindström står för dansen. Insläpp kl. 16.30. Ev. skrider Lucia in i all sin prakt med sina tärnor



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 2017

Tisdagar: Planera en resa till Holland tulpanernas land. Lokal scoutstugan kl. 13.30. Ledare: Irene Mårtensson. Start 14 mars, 28 mars medverkar även någon från Hagstad Touring, avslut på studiecirkeln och den 11 april.

Tisdagar: Så lekte vi förr. Varannan vecka scoutstugan 5 ggr. kl. 13.30. Start 21 februari avslut 18 april. Ledare: Anna-Kerstin Olsson tel. 0411- 55 08 43.

Matlagning: Herrar grupp 1. Ledare Per-Arvid Wallin. Tisdagar. Start 7 febr-28 mars.

Matlagning: Herrar grupp 2. Ledare Gert Knutsson udda veckor varannan tisdag. Start 17 jan. Kontakta Gert Knutsson tel. 070-672 21 88.

Korsord: 5 gånger/termin onsdagar, varannan vecka. Start kontakta ledaren Ledare Kerstin Nilsson 0411-55 10 48.

Bokcirkel: Vi träffas hemma hos varandra. Max 8 deltagare. Start 26 januari kl. 13.30 avslut 1 juni. Ledare Margareta Wallin tel. 0411-55 03 31.

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

Datakunskap: info om internet, E-post, betaltjänster. 4 ggr. Plats Studieförbundet Vuxenskolan. Lin Sjöholm kontakt person.

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.

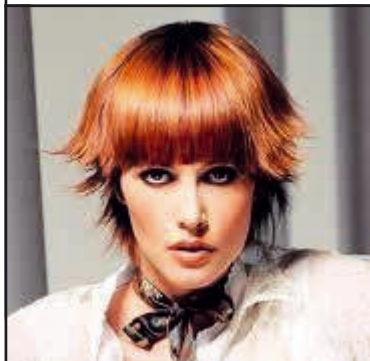


**Studieförbundet
Vuxenskolan**

**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 2017

SPF Kabusa har höstfest 6 oktober i Medborgarhuset Glemmingebro

Underhållningen står välkända Sten-Åke och Arne 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

14 dec. Löderups Strandbad Löderups Strandbads "GOA" Julbord kl. 17.00-21.30 Dans till Lars Lindström. 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

0411-211780 | ystadtandhalsa.se | [f| ystadtandhalsa](https://www.facebook.com/ystadtandhalsa) | [@ystadtandhalsa](https://www.instagram.com/ystadtandhalsa)

Veckoaktiviteter 2017

Måndagar: Par Priffe kl. 13.00. Start 16 januari avslut 24 april.
Folkdansens hus, N. Koboltg 6 Ystad. Ledare John Mårtensson tel. 070-492 71 42

Måndagar: Priffe kl. 14.00-17.00. Start 16 januari avslutning 24 april.
Fortsättningspriffe i Ystad Bridgesällskaps lokaler Aktergatan 3.

Måndagar: Canasta start 16 januari-24 april kl. 14.00-17.00
Ystad Bridgesällskaps lokaler Aktergatan 3 Ystad.

Måndagen den 26 juni startar våra cykelturer.
Vi samlas vid Hildas Grill & Livs varje måndag kl. 18.00 under 6 veckor. Avslutning den 9:e augusti med grillfest i vanlig ordning helgrillad gris. Alla hjärtligt välkomna.
Ledare Jan Nilsson.

Onsdagar: Vattengympa 12 ggr. Start 11 jan-26 april kl. 14.00-15.00.
Ledare Irene Mårtensson.

Onsdagar: Stavgång kl. 13.30. Start 11 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 13 januari kl. 09.30-12.00. Avslutning 28 april.
Lottning ska vara klar 10 min. innan start. Välkomna säger Greta !

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

Ansvarig utgivare Lennart Lundberg
SPF Seniorena 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 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 2014

Livförsäkring 1,0 prisbasbelopp 44.400

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 2014

Olycksfallsförsäkringen	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:

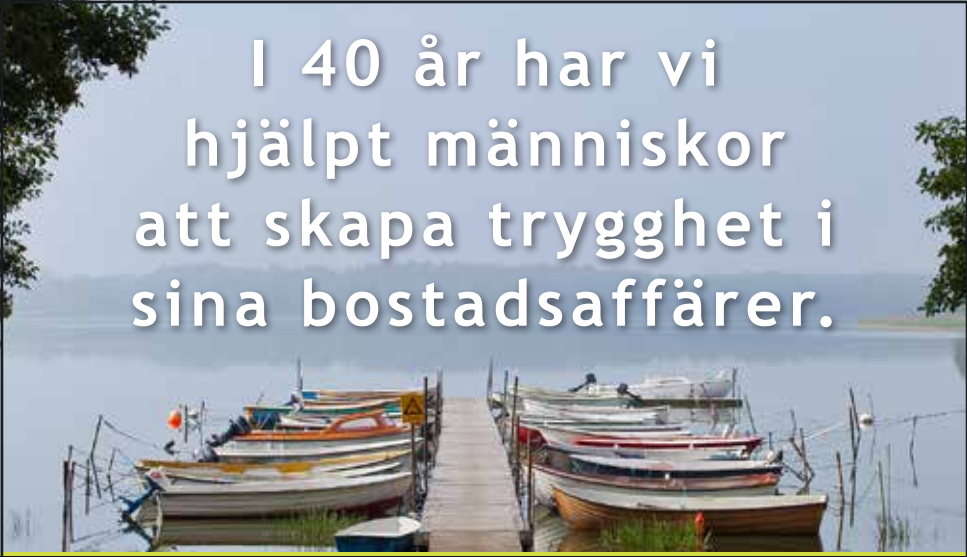
Läkekostnader	Merkostnader
Reskostnader	Skada på personliga tillhörigheter vid personskada
Tandskadekostnader	Rehabilitering.

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



Hör vad dina vänner säger

Det finns smarta hörhjälpmedel, diskreta och till rimligt pris. Under vissa förhållanden faktiskt utan kostnad.

Kom in till oss så visar vi hur du ostörd kan ta del i ett samtal.

Välkommen till din hörselbutik i Ystad på Aulingatan 22.

Telefon 0411-108 28

www.horseltjanst.se





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