

SRF
SENIORERNA

Kabusa

Seniorer i tiden

Program 2020



BIL BENGTSSON

hjälper dig med smidigt bilägande!



Vi finns på



YSTAD
Metallgatan 1
0411-648 00

- Bilförsäljning
- Service
- Biluthyrning **Hertz**
- Tanka
- Tvätta



SPF Seniorerna Kabusa 20 år

Vår unga pensionärsförening har 20 års jubileum 2020 !

Vi har i skrivande stund 396 medlemmar pendlar runt 400 strecket

Föreningen har ett digert program av aktiviteter, välbesökta träffar.

2019 arrangerades resor till Azorena och Årö två resor med mycket intressanta upplevelser av både kultur och natur. var mycket uppskattade.

Årets resor 2020 hoppas vi ska bli lika populära som föregående år, Det är vår målsättning.

Populärt är "sillafest" och grillfest, c:a 200 kommer för att bibehålla denna sommartradition!

Friskvård är också en stor del av vår verksamhet med bowling, vattengympa och boule samt en ny aktivitet stavgång som startades upp hösten 2019.

Två cirklar i matlagning, många gillar god mat och social gemenskap.

Studiecirklar & Bokcirklar är välbesökta och intressanta för de flesta.

Alla detaljer hittar ni i vårt Program för 2020.

Ett stort tack till alla våra duktiga ledare i de olika aktiviteterna med cirkelverksamhet, månadsmöten, resor och inte minst den välbesökta grillfesten och sillfesten för de insatser de gör för att vi övriga medlemmar ska få några trevliga stunder tillsammans.

Vi stöttar också de som vill delta i Skånedistriktets olika arrangemang, kurser/seminarier eller distriktsmästerskap.

För dom som gillar Zumba kan vi erbjuda det också i Tomelilla hos Kajsa Svensson

Sittande styrelse har nu arbetat ihop under 5 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.

Anmälan till sillfest, grillfest, danser, teaterresor, resor gör du alltid till vår reseledare Jan Nilsson. Nytt för året vi har senaste anmälningssdag. betalning gör vi på Bankgiro nr. 713-4745 märkt med namn och aktivitet.

För deltagande i cirklar och fysiska aktiviteter anmäler du dig till Ingela Larsson.

Information om ovanstående hittar du i programmet för 2020

Vår planering är att det ska blir ett innehållsrikt jubileumsår 2020

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

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

Glöm inte att besöka vår hemsida www.spfseniorerna.se/kabusa där den senaste informationen finns på hemsidans startsida under

SPF Kabusa Senaste Nytt

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 2020

Ordförande	Sven-Åke Mårtensson	072-7231 137
Skogsvägen 9	271 72 Köpingebro	
V.Ordförande	Jan Nilsson	073-0347 408
Andvägen 7	271 71 Nybrostrand	
Sekreterare	Lena Andersson	070-9922 723
Tuvebäcksvägen 114-43	271 75 Glemmingebro	
Kassör	Agneta Ingby	070-6823 822
Mjölhnaregatan 3	271 55 Ystad	
Ledamot Webb & Medlemsr.	Sten-Åke Källström	070-3629 405
Bakvägen 14	271 73 Köpingebro	
Ledamot- IT / Media & Webb	Lennart Lundberg	070-3629 371
Envägen 3	271 71 Nybrostrand	
Suppleant / V. Sekreterare	Birgitta Czernysson	070-6967 892
Bredastensvägen 98	27172 Köpingebro	
Suppleant / Studieansv.	Ingela Larsson	070-8495 722
Flädervägen 5	271 71 Nybrostrand	
Suppleant / V.Kassör	Benny Gustavsson	073-2523 953
Eriksdalsvägen 210	275 92 Sjöbo	

Ombud & Funktionärer

Festkommittén	Kerstin Nilsson	070 -2853 261
Festkommittén	Ann-Christin Mårtensson	070 -9320 085
Reseorganisatör	Jan Nilsson	073-0347 408
Studieorganisatör	Ingela Larsson	070-8495 722
Hörselombud	Maj & Dan Isaksson	070-2373 961
Zumba	Kajsa Svensson	073-5087 189
Lotterier	Anita Lundberg	070-3629 372
Lotterier	Mona Andersson	072- 5257 391
Materialansvarig	Sune Möller	073- 3537 099
Trafikombud Material.YPR	Inge Nilsson	070- 5550 742
YPR	Birgitta Czernysson	070- 6967 892
YPR	Östen Malmqvist	070- 3887 264
Bouleansvarig	Irene Marceau	0411 - 102 13
Bowlingansvarig	Greta Svensson	0411 - 155 41
Golfansvarig	Bo Andersson	070- 5814 877
Bad & Vattengympa	Irene Mårtensson	070-5455 711
Priffeansvarig	Per-Arvid Wallin	073-0986 384
Valberedning sammank.	Olle Mårtensson	073-5816 785
Valberedning	Saga Nilsson	072-3879 704
Valberedning	Gert Knutsson	070-6722 188

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



Österlenkryddor

Självplock av lavendel i juli
Glassrestaurang under sommaren

Varmt välkommen !
Karlfältsvägen 363, Köpingsbro 0411-550606 www.osterlenkryddor.se

Resor 2020

En tisdagskväll (Se hemsidan) mars-april **Jägersro**. För lite spel och spänning åker vi buss från Nybrostrand & Ystad samt vi äter gott på Jägersro.

Norges Sommar-fina Savalen 7 dagar

PRIS 8.495:- /person Enkelrumstillägg: 1.400:- Avresedatum 25 juni Nybrostrand
Hildas Kiosk kl. 08.00 Ystad gamla Willys parkering kl. 08.

En oförglömlig resa till förtrollande Savalens Fjellhotell & Spa
Dag 3 - 5 Kaffe på sängen varje morgon om man så önskar.

Fina markerade vandringsleder på egen hand eller gemensam rundtur. Stora bufféer i kombination med 3 rätters middagar på kvällarna med dans. Bassäng med uppvärmt klorfritt vatten avslappnande massage om du så önskar.



FASTSTÄLLA KLOCKSLAG OCH DATUM

kan vara svårt ett år i förväg
Hemsidan kan vi **snabbt** fastställa exakt tidpunkt & plats

Logga in på:
www.spfseniorena.se/kabusa

19 juli Kyrk-söndag kl. 18.00

Plats Scoutstugan i Nybrostrand, vi bjuder på kaffe
Frälsningsarmén medverkar.

Happy Salong

Drop in & Tidsbokning
Herrklippning 280:-

Vardagar 10 - 18 Lördagar 10 - 15

0411-145 22 eller 0738-79 85 83

Stora Östergatan 38

[www.https://happysalong.se](https://happysalong.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



Öppettider
Tis - fre 10-18
lördag 10-13

YSTAD
Herrestagatan 21
tel.0411-727 77
info@elinsblomstergladje.se

*Vi levererar blommor i Ystad med omnejd,
samt förmedlar blommor i hela Sverige.*

Månadsmöten 2020

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

- 15 jan** Året inleds med månadsmöte därefter underhåller Jaakko & Lottie med egna låtar och Jaakko framför dem gärna på sitt skånska modersmål.
- 19 feb.** Årsmöte styrelsen i SPF Kabusa hälsar alla varmt välkomna till ett nytt år. Efter årsmötet informerar Patrik Hansson och Åsa Agnesson om Sparbanken Skåne och dess verksamhet dom står även för dagens fika.
- 18mars** Efter månadsmötet underhåller St. Köpinge kyrkokör **Sjung för hälsa**
- 15 april** Efter mötet underhåller Sten Stjernquist och erbjuder en melodios en blandning av sång och pianospel/keyboard Sinatra, Elvis, Östen W. m.m.
- 10 juni** Sillafest på Nybrostrands fotbollsplan kl. 13.00 **Pris:140:- BG.713-4745**
sista anmälningdag 27 maj OBS skriv namn avser sillafest. Österlens Dragspelsklubb står för underhållningen. Ta med tallrik bestick & glas
- 5 aug.** Grillfest & avslutning för cykelturerna på Nybrostrands fotbollsplan Trippz underhåller oss **Pris 225:- BG 713-4745** obs. namn & avser grill senast 31/7
- 16 sep.** Det är skånska profilen Lars Yngve som skapat figuren Nils-Ude och handlar om sånt som folk kommer i håg de glömt. Nils-Ude är en hyllning till långsamheten, i en tid då allting ska gå så fort.
- 21 okt.** Efter månadsmöte har vi bjudit in profilen Bodil Jönsson välkänd från TV i fråga Lund Professor emerita, fysiker, forskare, författare & folkbildare



- 18 nov.** Nils-Göran känd från Trelleborgs närradio underhåller med sång och musik



Kan själv.

Bli självgående på nätet du med. Boka kurs redan idag!

Målet med våra kostnadsfria kurser är att du ska bli trygg med allt det nya. Du får lära dig grundläggande teknik, hur du enkelt kan genomföra dina bankärenden på datorn och mobilen samt annat matnyttigt som gör att du kan ge dig ut och upptäcka fördelarna med nätet på egen hand. Vi vänder oss i första hand till Sparbanken Skånes kunder, men alla som vill lära sig är välkomna! **Kontakta ditt närmaste Sparbanken Skåne-kontor** eller ring **0771-12 20 00**. Är du redan uppkopplad kan du boka din kurs direkt på sparbankenskane.se/kansjalv



Studiecirklar 2020

Tisdagar Tema: I väntan på våren ute såväl som inne låt oss ventilera ämnet. Anmälan till Ingela Larsson 0411-52 27 80. eller mejl ingela.larsson@ystad.nu
Varannan vecka 5 ggr. ledare: Agneta Ingby Vi samlas 4 & 18 febr.samt 3 & 17 mars **Preliminär utflyktsdag 31 mars**

Matlagningsgrupperna från husmanskost till à la carte

Matlagning **Tisd.**: Herrar grupp 1 kl. 14.30 **Våren** start 4 februari till 24 mars
Ledare Per-Arvid Wallin. 073-098 6384 **Hösten** start 5 oktober till 26 november

Matlagning:Herrar grupp 2. Ledare Gert Knutsson 070-672 21 88.
OBS udda veckor) Våren:start 28 jan.till 5 maj**hösten:** (datum ej klar)

Bokcirkel: Vi träffas hemma hos varandra. Max 8 deltagare.
Våren: Start 30 januari kl. 13.30 hos Mona Edelborg 0411-550 790
Avslut bestäms alltid inom gruppen **Hösten: Start. 24 sept.**

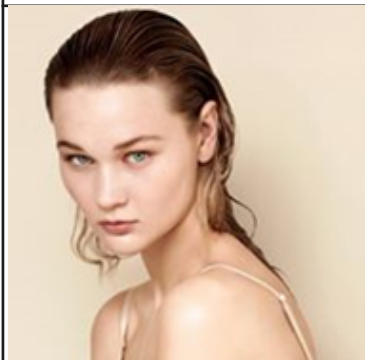
Anmälan för cirklar och aktiviteter:

Lämnas till Ingela Larsson, tel.0411-52 27 80.
Anmäl dig på blanketten cirklar och aktiviteter under året. Se även hemsidan www.spfseniorena.se/kabusa



SA AB STURE ANDERSSONS RÖRINSTALLATIONER

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



FRISÖR

Klippning
Färgning
Toning
Slingor
Styling
Brudklädsel
Make Up

Vildgåsvägen 20
NYBROSTRAND

ENDAST TIDSBOKNING

Tel: 070 -7153797
www.evalurellskonhet.life



Öppettider
Ons-fre 12-18
Lör 10-14
Sön 12-16

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 2020

SPF KABUSA FIRAR 20 ÅRS JUBILEUM
på Löderups Strandbad 6 maj år 2021
Kl. 16.30 – 22.00

Lagom till kaffet underhåller Henrik Widegren (fråga Lund)

Musiken står Trippz orkester för.
Nu väntar vi bara på glada festedeltagare
kan inte bli bättre än så.

Löderups Strandbads "GOA" Julbord 9 dec. kl. 17.00 - 21.30
Underhållning av välkända Källströms orkester
Lucia kommer lagom till kaffet Insläpp kl.16:30



www.kristianstadbuss.se www.beltontravel.se



BELTON | TRAVEL

044 – 12 40 65



040 – 630 01 08



BOSSBYGG 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



www.kasebergafisk.se

Tel: 0411 - 52 71 80



Veckoaktiviteter 2020

Måndagar: Priffe kl. 14.00-17.00. Start 13 januari avslut 27 april i Ystad
Bridgesällskaps lokaler Aktergatan 3. Ledare: Per-Arvid 0730-986384

Måndagar: Canasta kl 14.00-17.00 start 13 januari avslut 27 april Ystad
Bridgesällskaps lokaler Aktergatan 3 Ystad. Ledare per-Arvid

Måndagen den 22 juni startar våra cykelturer. t.o.m.27 juli
Vi samlas vid Hildas Grill & Livs varje måndag kl. 18.00 under 6 veckor.
Avslutning den 5:e augusti i samband med grillfest med helgrillad gris. Alla
hjärtligt välkomna. Ledare Jan Nilsson.

Tisdagar: Stavgång Start 3 mars vi samlas vid badets parkering / Nybrostrand
Ledare: Georg Persson tel. 070-312 1807

Onsdagar: Vattengympa 12 ggr. kl.14-15 Start våren 8 januari -29 april Ledare
Irene Mårtensson. 070-5455 711 Start hösten 26 augusti - 2 december

Torsdagar: Zumba kl. 10.00 Start 30 januari 1 till 2 april 10 ggr.
Ledare: Kajsa Svensson "Go & gla" **Lokal: Tryckerigatan 1 Tomelilla**

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. Vi spelar fredagar kl. 09.30–12.00. **Start** den 10 januari avslutning 8 maj
Start hösten 4 september avslutning 4 december
För mer info ring Greta Svensson 0411-155 41

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**

20 års Jubileum

2000 – 2020



Var

Vackra Löderups Strandbad

OBS nytt datum

Torsdagen 6 maj år 2021 kl.16.30-22.00

Mat

Toast Skagen * Oxfilé eller Varmrökt lax * Äppelkaka

Pris

350 kr

Insättes på BG.713--4745

OBS fyll i namn och Vilka rätter (ex. 1 ox & 1 lax)

Sista anmälningdag 15 mars 2021

SENIORERNA KABUSA 20ÅR

Trippz står för Musiken

Underhållningen: Entertainern

Henrik Widegren

läkare, föreläsare, artist och låtskrivare

uppmärksammas för sina

humoristiska och allmänbildande föredrag.

I 44 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

Det är ingen stor sak
att höra bättre



Boka hörselprov utan remiss. Direkt 0411-350 355

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.

Aulingatan 22A
271 39 Ystad
Direkt 0411-350 355

www.audionova.se
010-331 9602

AudioNova 
Din Hörselspecialist

**Är du trött på
din gamla bank?**

**Eller är din
gamla bank trött?**

**Vi fyller snart 200 år men
känner oss piggare än någonsin.**

Välkommen som kund!

**Kontakta oss på 0411-82 20 00
eller sparbankensyd.se.**

Sparbanken Syd