

## Mötes och aktivitetsprogram Nr 2 / 2024



För nyheter och uppdateringar,  
besök vår hemsida  
[spf.se/kamraterna-orebro](http://spf.se/kamraterna-orebro)  
och SPF-appen



### Månadsmöten

Vi har våra möten sista måndagen i månaden kl. 13.30 i Adolfsbergsgården bakom ICA Parken. Månadsmötet kostar 50 kr för fika, bröd och underhållning. Tre lotteriåror med nio vinstchanser kostar 15 kr. Betala helst med kort eller swish. På samtliga möten finns skrivtolk beställd.

**Medlemsavgiften betalas alltid med utskickat inbetalningskort, eller med e-faktura.**

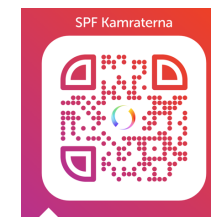
Vi vill givetvis ha så många deltagare som möjligt vid våra månadsmöten och andra arrangemang. För att kunna delta behöver du vara medlem i SPF, det har betydelse bl.a ur försäkringssynpunkt. Om du deltar i ett arrangemang som SPF Kamraterna subventionerar ska du vara medlem i vår förening annars får du betala det fulla priset.

### Betalningsrutiner vid våra arrangemang

Betala till Plusgirokonto eller Swish, glöm inte att skriva namn på resan eller arrangemanget samt namn på vem som kommer. Betalar du för fler skriv allas namn. Avbokning senast en vecka före avresan återbetalas. Avbokning på grund av sjukdom återbetalas

Plusgirokonto  
484 32 56-1

Swish nummer:  
1230121483



Om du använder  
Qr koden ska  
du inte skriva

## Hemesteraktiviteter

### Open Art

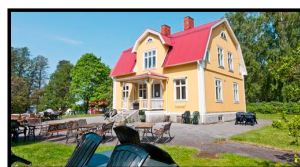
Guidade visningar sker mellan den 24 juni – 8 september. Bokningar av guidade visningar öppnar i maj. Datum och tid kommer ut via mail, SPFappen och Facebookgruppen när vi har en guidad visning.



### Ässundets sommarcafé

#### Torsdagen den 11 juli

Vi samåker till sommarcaféet där vi äter en stor räksmörgås med dryck på egen bekostnad samtidigt som vi tittar ut över en del av Hjälmarén. Vill du kan du ta en promenad ner till vattnet för att beskåda cykelfärjan ”Åbäket.” Vi samlas vid ICA Parken vid Kronblom kl.11.00. Har man plats i bilen för 1-3 personer eller behöver åka med ring Lena. Medpassagerare betalar 20 kr för resan. Anmälan: Lena Wiklander 070 672 32 92.



Välkommen till oss!  
Agneta & Susanne Almstedt  
Öppettider Vardagar 10-18  
Lördag 10-15  
söndagar 11-15

**Blomstermarken**

Nordanåsvägen 5 tel. 019-22 50 73 info@blomstermarken.se

## Månadsmöten

Fredagen den 30 augusti kl.17.00

40 årskalas för SPF kamraterna på Svalan

Trio KaNoT Tobias Kandenäs och Jenny Norén ackompanjeras av pianisten Rasmus H.Thomsen. Guldkorn från Duvemåla Musikprogrammet som tar avstamp i 1800-talets bondesamhälle.



Genom texter och musik av Björn och Benny, George Riedel och Allan Edvall lär vi känna de människor som slet i Stenriket och som fann tröst och trygghet i både naturen och kärleken, i tron på Gud och i skrock. Men där vissa också valde att lämna tryggheten med drömmen om något nytt på andra sidan Atlanten.

**Pris: 300:-/ person** inkl. middag och underhållning.

**Förrätt:** Viltårta med syrade kantareller.

**Varmrätt:** Västerbottenbakad entrecote med tillbehör eller rimmad torsk med tillbehör.

**Dessert:** Lingoncheesecake med kardemummasirap.

**Anmälan:** senast den 20 augusti

Hans Emanuelsson 070 598 46 46

[hans.c.emanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emanuelsson@gmail.com)

Vid anmälan informerar du om du vill äta kött, fisk eller vegetariskt samt om du har matallergier.

**Betalning:** senast den 26 augusti

Måndagen den 30 september kl. 13.30

## Enmansföreställningen ORDET av Torgny Lindgren.

Jonas Hedlund är frilansande skådespelare och utbildad på Teaterhögskolan i Malmö. Han är uppvuxen i Drängsmark norr om Skellefteå men bor nu i Örebro sen flera år och har arbetat återkommande på Teater Martin Mutter, Lerbäcks Teater och Örebro Teater.



Måndagen den 28 oktober kl. 13.30

## Franskinspirerad, underhållning i ord och ton

Elisabeth Wallhagen tolkar Edith Piaf. Berättar om hennes både tragiska och framgångsrika liv. Hans Ove Nyqvist spelar fransk musik på piano och dragspel och ackompanjerar Elisabeth då hon sjunger.

Till kaffet äter vi Franska Våfflor.



Måndagen den 25 november kl 13.30

## ”Vårt kungliga hov – modernast i Europa”

Gustaf Svensson, ägare av Skyllbergs Bruk, har aldrig varit hos oss. Men nu kommer han. Bruket fick besök av kungen och drottningen på deras Eriksgata och det blev upptakten till ett spännande liv. Gustaf Svensson berättar om sitt liv på slottet som kammarherre.



Måndagen den 9 december kl 13.30

## Luciafirande

Vi minglar med glögg, godis och pepparkakor före luciatablån. Som avslutning ser vi ett bildspel som handlar om hus och platser i Örebro från förr och nu.



Måndagen den 27 januari 2025 kl.13.30

## Vi är med i NATO!

Vad innebär Natoanslutningen för oss i länet? Blir Örebro som stad påverkad? Blir Villingsberg mer frekvent använt? Örebro lär vara navet i Civilområde Mitt när det civila försvaret ska återuppbyggas. Vad innebär det? Frågorna är många och vi hoppas få svar.

Vi har ännu inte fått namnet på den som kommer till oss i januari och ska klargöra allt.



## Cirklar

Läsecirkel nr 2 börjar 11 september kl 10.00

Tycker du om att läsa eller lyssna på böcker och att diskutera det du läst/hört? Då kanske vår läsecirkel är något det finns några platser kvar. Startdatum för höstens cirkel nr 2 är 11 september kl 10.00 i Vuxenskolans lokal Gläntan. Läsecirkel nr. 1 är fullbokad.

**Kontaktperson:** Gunnel Öst  
076 830 85 60



För mer info. och intresseanmälan. Välkomna!

## Kvinnofröjd börjar torsdagen den 5 september kl 10.15

Namnet Kvinnofröjd kom flygande ur luften, när några SPF-damer, för mer än tio år sedan, efterlyste ett tillfälle att träffas, prata och handarbeta. Det var samtidigt som man började anordna stickkaféer och samtidigt som en föreläsare försökte få



pensionärsföreningarna att starta Livscaféer. Vi var dock först i stan. Vi träffas regelbundet varannan vecka och pratar om livets glädjeämnen och sorger, men också om snåriga stickbeskrivningar, ny eller gammal teknik, garnkvaliteter och liknande. För att få caféstämning håller vi till på Café Skogen.

Vi brukar hålla på två timmar. Alltid jämna veckor.

Alla är välkomna med eller utan handarbete.

**Kontaktperson:** Kerstin Olsson  
076 006 24 03  
[b.kerstin.olsson@telia.com](mailto:b.kerstin.olsson@telia.com)

## Hjärnkoll träff

Kamraterna planerar att ställa upp med 3 lag i distriktsfinalen av SPF:s riksomfattande quiz, Hjärnkoll. Varje förening får delta med högst 3 lag och det är 3 deltagare i varje lag. Givetvis behövs reserver och stöttande publik vid tävlingen. Distriktsfinalen genomförs i Hallsberg 29 augusti. Vi följer upp de träffar som genomförts under vintern/våren med en uppladdningsträff i Brunnsängens föreningsgård den 26 augusti klockan 13.30. Under hösten räknar vi sedan med att bjuda in till spännande och trevliga quizträffar en gång i månaden i Brunnsängens föreningsgård. Information om datum lämnas i månadsskiftet augusti/september. Alla quizintresserade är välkomna till kluriga frågor och glatt umgänge med kaffe/te och tårta som föreningen bjuder på.



**Anmälan:** Sören Karlsson Arevång  
070 366 53 98  
[kerstinsoren@outlook.com](mailto:kerstinsoren@outlook.com)

## Folkhälsa

### GOLF

I slutet av sommaren (augusti/september) planerar vi för en golftävling någonstans i distriktet. Tid och plats är ännu inte bestämd. Sedan tidigare har vi en kontaktlista på de som redan varit med på våra golftävlingar. Om du är osäker på om du finns med på listan, ändrat mailadress eller inte vill vara med på listan, är vi tacksamma att få din information om detta.



**Kontaktperson:** Lars Göran Bergman  
073 360 14 35  
[bolars74@gmail.com](mailto:bolars74@gmail.com)

## Bowlingen börjar torsdagen den 5 september

Bowling spelar vi varje torsdag kl 11.00  
i Strikes Bowlinghall Nastagatan 11.

**Kontaktpersoner:** Inga och Lars Ekström  
076 027 13 22



## Boule

Boule spelar vi varje tisdag kl.15.00  
med start tisdagen den 28 maj  
om vädret så tillåter till sen höst.

Plats Brunnsängens föreningsgård  
Hälsogränd 60. Tag med egna bouleklot,  
kaffe och en egen hopfällbarstol om du  
tycker du behöver det. Välkommen att delta.

**Kontaktperson:** Hans Emanuelsson  
070 598 46 46  
[hans.c.emanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emanuelsson@gmail.com)



## Bangolf

Onsdagar ojämnta veckor kl 14 spelar vi bangolf på Mosås bangolf  
om vädret tillåter. Har du inte bil och gärna vill delta kontakta  
Hans så ordnar vi att någon hämtar upp dig  
vid ICA Parkens parkering, Kronblom  
kl 13.45. Om vi betalar samtidigt så får vi  
grupprabatt, ordinarie pris är 60 kr, när vi är  
en grupp betalar vi 50 kr st. När vi har spelat  
färdigt kan vi köpa fika och ha det trevligt en  
stund. Bangolf är bra motion då man böjer ryggen många gånger  
och många steg blir det.



Kontakta: Hans Emanuelsson  
070 598 46 46  
[hans.c.emanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emanuelsson@gmail.com)

## Gåfotboll

Under sommaren spelar vi  
varannan onsdag jämna veckor  
tom. vecka 34 med start  
onsdagen den 12 juni kl.13.30.



Vi bjuder in SPF City att vara  
med för att få fler deltagare. Välkomna!  
Kontakta: Lena Wiklander  
070 672 32 92  
[lenawiklander4@gmail.com](mailto:lenawiklander4@gmail.com).

## Arrangemang och Resor

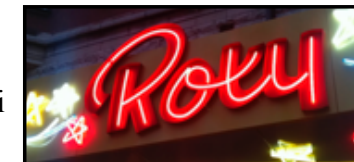
### Hockey på Behrnarena

När vi skriver programmet så vet vi inte något  
spelschema men vi lovar att vi ska gå på hockey  
tillsammans även denna säsong. Vi kan vara 36 st.  
Vi samlas vid entrén på baksidan av Behrn arena på  
Restalundsvägen. Efter att vi har släppts in går vi  
till restaurang The View en trappa upp, där står en  
buffé och väntar på oss. När matchen börjar sitter vi kvar på våran  
resturangplats och ser matchen.



### Seniorbio på Bio Roxy

Tycker du om att gå på bio? Följ då  
med SPF kamraterna och se en film.  
Efter filmen går vi till Hälls konditori  
bredvid bion och pratar om filmen vi  
sett. Höstens utbud mailas senare.  
Filmen börjar kl.14.00



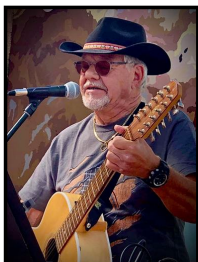
Seniorbiopriset är 85 kr.

## Pubkväll på Restaurang Parken Fredagen den 18 oktober



Välkomna kl.17.30 till en öl/vinkväll samt en tallrik med lättare mat och tilltugg.

Vi hoppas att den här kvällen blir lika trevlig som den i våras.



Denna gång kommer trubaduren Sven-Åke Björndal. Han kommer att sjunga och ackompanjera sig själv på tolvsträngad luta eller gitarr.

Vi kan vara 80 st i restaurangen och vi får rabatteratpris på Öl & Vin under kvällen.

**Pris. 180:- /person** inkl. tilltuggstallrik som vi blir serverad vid bordet samt underhållning exkl. dryck.

**Anmälan:** Hans Emanuelsson. senast tisdagen den 1 oktober  
070 598 46 46  
[hans.c.emanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emanuelsson@gmail.com)

**Betalning:** senast den 14 oktober,  
info. om bet. se sidan 2.

**Örebros största Leverantör av Mattjänst.**

Kontakta oss för mer information.

Tel: 072-454 27 77

[info@restaurangparken.se](mailto:info@restaurangparken.se)

Adolf Mörmers plan 6

702 28 Örebro

**RESTAURANG  
PARKEN**

## Vinprovning

Fredagen den 8 november kl.17.30

**Plats: Brunnsängens föreningsgård Hälsogränd 60**

Den här gången provar vi viner från Frankrike med hjälp av samma sommelier som förra året, Thomas Östlund, han har stor kunskap om mat och dryck! Han har WSET:s Diplom och har arbetat på Systembolaget i 27 år.

Vi minglar en stund i foajén med ett glas bubbel och snacks. Sedan provar vi 2 röda och 2 vita viner, samt en provtallrik (ost och skinka).



Foto. A. Caleberg

Efter provningen dukas en varm Fransk Bouef Bourguignon med painriche. Om det finns allergier meddela det vid anmälan.

Du kommer att få en fullständig dokumentation av samtliga viner vi provar. Vi kan vara 60 personer.

**Pris 580 :- /person** inkl. vinprovning och mat.

**Anmälan:** senast den 10 oktober.  
070 598 46 46  
[hans.c.emanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emanuelsson@gmail.com)

**Betalning:** senast 30 oktober,  
info. om bet. se sidan 2.

**Lekhyttans Restaurang, dagens husmanskost**



**139 kr** serveras mellan kl.11–15 alla dagar. Som senior får du **20 kr i rabatt** på måndagar & tisdagar inkl.vatten salladsbuffé, kaffe och godbit.

## Lisa Larsson möter Pablo Picasso Torsdagen den 18 juli reser vi till Kristinehamn

Vi åker till Kristinehamns Konstmuseum där vi får en guidning med bland annat en presentation av Lisa Larssons konstnärskap i hela dess bredd. Vi gläntar på dörren till hennes kreativa process utifrån mer än sju decennier av arbete, skapande fantasi och en stark kärlek till leran som material.

Därefter tar oss bussen till Vänerns strand och Picassostatyn. Där berättar

Christina Skan, stadsguide i

Kristinehamn, om konstverket, ett kvinnohuvud (Tête de femme) 15 meter högt om hur och varför det kom dit. Lunchen intar vi även den vid Vänerns strand på Restaurang

Gattet. På hemväg efter lunchen åker vi till Tuggenområdet i Bofors. Där får vi vid Alfred Nobels skjutbana en guidning i Bofors historia av Bofors Luftvärnsförening.

**Pris: 675 :- /person** inkl. 3 guidningar, lunch, bussresa

**Anmälan:** Senast 26 juni

Lars Göran Bergman 073 360 14 35  
[bolars74@gmail.com](mailto:bolars74@gmail.com)

**Avresa:** Resecentrum Hållplats A kl. 8.00  
Brunnsparken Teaterplan kl. 8.15

**Betalning:** Senast 28 juni,  
info. om bet. se sidan 2.



## Västana Teater Herr Arnes Penningar Lördagen den 10 augusti

Herr Arnes penningar är en spännande spökhistoria, där Selma Lagerlöf håller oss på halster under hela vår föreställning.

Intrigen har verklighetsbakgrund och utspelar sig i Bohuslän den kalla vintern 1586. Det är en tid av mycket oro i samhället, ständiga krig mellan Sverige och Danmark-Norge och dessutom underliggande religionskonflikter mellan katolicismen och den lutherska reformationen. Vi stannar efter vägen för en lunchpaus. Det finns möjlighet att äta lunch som man bekostar själv, eller man har med sig egen förtäring. Vi är framme i Västana i god tid. Föreställningen börjar kl. 16.00.

I pausen blir vi serverade en middag. Föreställningen pågår i ca. 3,1/2 timmar inklusive paus. Anmäl eventuella matallergier. Vi beräknas vara tillbaka i Örebro ca. kl. 21.45.

**Pris 1120:- /person** inkl. mat i pausen, biljett och resa

**Avresa:** Resecentrum hållplats A kl. 12.00  
Brunnsparken Teaterplan kl. 12.15  
Busstation i Karlskoga ca. kl. 12.45

**Anmälan:** Den 1 augusti  
Hans Emanuelsson  
070 598 46 46  
[hans.c.emanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emanuelsson@gmail.com)

**Betala:** Senast den 6 augusti,  
info. om bet. se sidan 2.

  
VÄSTANA  
MUSIK & TEATER

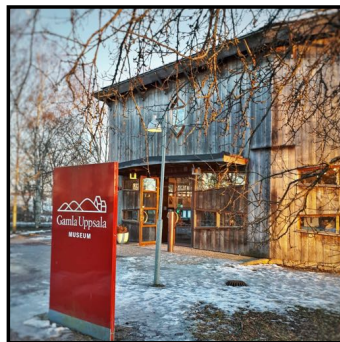


**KONFERENS & RESTAURANG**  
**SVALAN**

Lunch öppet  
vardagar 11.30 till 14.30  
lördag stängt  
söndag 11.30 till 15.00  
tel. 019 24 00 66

## Uppsala med Bror Hjorth och Gamla Uppsala Torsdagen den 22 Augusti

Vi åker mot Sveriges största lärosäte för att bekanta oss med konstnären Bror Hjorth och Gamla Uppsala Museum vid foten av Uppsala Högar. På vägen mot Uppsala tar vi i närheten av Enköping en fikapaus i bussen. Vid ankomsten till Bror Hjorths hus får vi en timmes guidning. Bror Hjorth (1894-1968) med sitt robusta formspråk och sina starka färger förmedlar han livsglädje och kärlek. Bror Hjorths största skulptur Näckens Polska står utanför tågstationen i Uppsala. På 1930-talet censurerades flera av hans skulpturer då de ansågs för erotiskt utmanande. Efter Bror Hjorth åker vi mot lunchen på restaurant Odinsborg som ligger i Gamla Uppsala, hinner vi kan vi ta en tur uppför någon av kungshögarna. Gamla Uppsala museum är en av Skandinaviens mest spännande kulturmiljöer. Här låg redan på 500-talet ett politiskt och religiöst centrum. I utställningen som vi blir guidade i finns unika originalfynd, modeller, bildspel och ljudberättelser. På hemvägen tar vi en snabb eftermiddagsfika på Dinners i Enköping.



**Pris: 795:- /person** inkl. bussfika, guidningar, lunch, em.fika och bussresa.

**Anmälan:** Lars Göran Bergman Senast den 26 juli  
073 360 14 35  
[bolars74@gmail.com](mailto:bolars74@gmail.com)

**Avresa:** Brunnsparcken Teaterplan kl 7.30  
Resecentrum Hållplats M-N kl 7.45

**Betalning:** senast 31 juli, info. om bet. se sidan 2.

## Matresa för fjärde gången Tisdagen den 17 september

**Kl.09.00 – 10.15 Lilla Väsby, Fjugesta.**

Lilla Väsby är en liten gård på Närkeslätten som nu drivs i 5:e generation. Här bedrivs växtodling, lamm och nötköttsproduktion. Grundtanken är att alla djur föds upp under naturliga förhållanden där de går ute och betar så stor del av året som möjligt. De ingår i det naturliga kretsloppet där de bidrar till biologisk mångfald, betade vackra landskap, gödsel på åkrarna och närproducerad mat på bordet. Under 2018 öppnades gårdsbutiken Lilla Väsby's Lantbod! Förutom kött från den egna gården så finns även varor från andra när producenter, såsom mjöl, potatis, äppelmust, honung, ägg, dressing, marmelad, senap, ketchup och choklad. Butiken är liten så vi handlar växelvis samtidigt som vi blir serverade förmiddagskaffe & dopp från bussens kök.



**Kl.10.45 – 12.00 Madame La Gård, Edsberg, Fjugesta.**

“Kläder för den gudomligt vackra kvinnan i alla former”. Beskrivningen av butiken i Edsberg. Med inspiration från Österlen är entrén, en röd matta kantad av höbalar som leder fram till den öppna porten till Madame La Gård och man stiger in i en värld av linne. Här finns linnekläder i alla färger och former. En butik uppbyggd inuti en ladugård med en atmosfär där lantligt möter en känsla av Moulin Rouge. Här finns även hattar, sjalar, smycken, ullponchos, böcker, tvålar och annat smått och gott.





### Kl.12.45 – 14.15 Sjötullen, Svartå.

Annika och Peter äger och driver Sjötullen i Svartå. De drivs av att skapa en mötesplats med fokus på trivsel i en härlig miljö. Här intar vi dagens husman-lunch inkl. Loka & kaffe med vacker utsikt. Vi erbjuder shopping i den lilla lanthandeln som erbjuder delikatesser, chark-, ost- och lite annat smått & gott!

### Kl.15.00 – 16.15 Bland Blommor & Bin, Vretstorp.

En oklassisk blomsteraffär på landet! Här kan du handla buketter bundna med blommor i säsong odlade på gården, eller varför inte plocka självplock av snittblommorna. Vi kan handla gårdens honung, handgjord keramik, produkter från lokala producenter och hantverkare, fårskinnsfällar från får som betat ett stenkast härifrån samt fin konst av familjens konstnärsvänner.



### Kl.16.45 – 18.00 Granelunds Odlingar, Östansjö.

Här på Granelunds odlingar är det KRAV-märkt självplock. Vi får uppleva grönsakerna i sin prakt och möjlighet att skörda de egna favoriterna direkt ur jorden. Färskare kan det inte bli! Önskar man inte skörda själv så har ägarna Lena & Andreas plockat lite smått och gott av säsongens grönsaker som finns till försäljning över disk. Växelvis med självskörd & shopping av det redan avplockade så serveras e.m. kaffe & dopp från bussens kök.



Pris: 495:- /person inkl. bussresa, lunch, fm- och em- kaffe

**Avresa:** Resecentrum, hpl. A. kl. 8.15  
Brunnsparken Teaterplan kl. 8.30

**Anmälan:** senast 2 september  
Hans Emanuelsson 070 598 46 46  
[hans.c.emmanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emmanuelsson@gmail.com)

**Betalning:** Senast den 9 september,  
info betalning se sid 2.

## Svenska Revyn – en nationell angelägenhet Lördagen den 12 oktober

Vi åker och ser Svenskarevyn på Scalateatern och stannar för lunch på Glashyttans Vårdshus i Södertälje. Föreställningen börjar kl 14. ”Svenska Revyn” är en revy med den blygsamma förhoppningen att samla det svenska folket, sätta sina svenska skrattmuskler i arbete, för att slutligen när föreställningen är över resa sig som en person och kräva att detta blir en självklar del av den svenska revykanonen. Men oavsett om du gillar svensk natur, Carl Larsson och studentsångare eller jante, kollektivavtal och helgfylla så är du hjärtligt välkommen till Scalateatern i höst. Med bland annat Henrik Dorsin, Johan Ulveson och Vanna Rosenberg.



Pris 1700:- /person inkl. 2-rätters med kaffe och kaka  
samt dricka och smörgås på hemvägen.

**Avresa:** Resecentrum, hpl. A. kl. 8.30  
Brunnsparken Teaterplan kl. 8.45

**Anmälan:** Senast den 1 september  
Hans Emanuelsson 070 598 46 46  
[hans.c.emmanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emmanuelsson@gmail.com)



**ADOLFSONS KLÄDER OCH SKOR**  
Nya trender, klassiskt mode, tidsenliga plagg, kvalitet, service och ett brett sortiment, det är bara en del av allt du hittar hos oss på Adolfsons kläder. I många år har vi jobbat för att bemöta och hjälpa våra kunder på bästa sätt, vi ser fram emot att **träffa just dig!**

Nastagatan 13  
ÖPPETTIDER Måndag - Fredag 10-18. Lördagar 10-14. 019-45 05 20 tel. 019-45 05 20

**Betalning:** Senast den 16 september,  
info betalning se sidan 2.

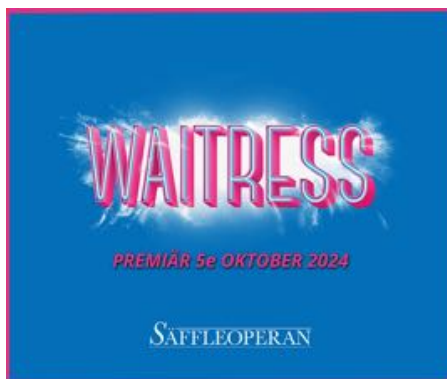
## Musikalresa till Sjöfleoperan

Söndag 24 november

Waitress är en feelgoodmusikal som hyllar kraften i vänskap, drömmar och en vällagad paj. En charmig och berörande romantisk komedi och en påminnelse om att lyckan kan finnas på de mest oväntade platser.

En av Sveriges hetaste musikalartister, Anna Salonen, kommer att gestalta rollen som ”Jenna” i Waitress.

Vi äter en teaterbuffé innan föreställningen och i pausen serveras kaffe och kaka



**Pris:** 1020:- /person. inkl. resa, buffé, kaffe och kaka i pausen och musikalbiljett.

**Avresa:** Resecentrum, hpl. A. kl. 11.00  
Teaterplan Brunnsparken kl. 11.15  
Busstation Karlskoga ca. kl. 11.45

**Anmälan:** senast den 10 november  
Gunilla Hedqvist  
070 576 41 35  
[hedqvistgunilla11d@gmail.com](mailto:hedqvistgunilla11d@gmail.com)

**Betalning:** senast den 19 november,  
info. betalning se sid 2.

## SPF Kamraternas GDPR policy

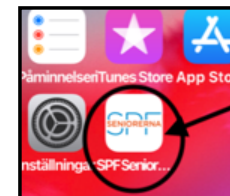
Nedanstående intresseavvägning är i enlighet med Integritetsskyddsmyndighetens råd

För att kunna informera om vår verksamhet förekommer det att sammankomsten dokumenteras med text och bild. Dessa texter och bilder kan komma att publiceras i vårt tryckta Programblad och på webben vår webbplats och Facebook-grupp. Vi har uppfattat det som att den helt övervägande andelen av våra medlemmar tycker att publicerandet av referaten är positivt. Om någon person meddelar att de inte vill förekomma i sammanhanget tar vi omedelbart bort vederbörande.

GDPR  
lagen

## SPF-appen

Du som har en smart telefon kan ladda hem SPF-appen. Vi når alla som laddar hem appen. När du har SPF-appen får du all info. samlad på ett och samma ställe. Manual finns på vår hemsida under rubriken IT-stöd hur man laddar hem SPF-appen



## Välkommen till vår Facebook-grupp

Nu har vi en Facebookgrupp för SPF Kamraterna där alla medlemmar med ett Facebook-konto är välkomna att vara med. Här kan du lägga in egna kommentarer och bilder, från de möten och aktiviteter du deltar i.

**DIN FÄRGEXPERT I ÖREBRO**  
TAPETER FÄRG KAKEL OCH GOLV.  
ÖPPETTIDER MÅN -FRE. 6.30 -18.00  
LÖRDAG. 10. 00-14.00 SÖND.STÄNG  
RADIATORVÄGEN 2. TEL. 019-12 10 19  
[orebro@fargexperten.se](mailto:orebro@fargexperten.se)

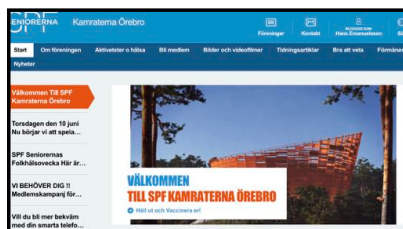
SPF Kamraterna får 10-15% på ord. priser vid visat medlemskort.

## Nya medlemmar

Vi välkomnar nya medlemmar och har fått 18 st. nya medlemmar under första halvåret 2024 och en medlem från annan SPF-förening. Till detta kommer 52 vänmedlemmar som nu kan delta i våra aktiviteter men som kvarstår som medlemmar i sin ursprungliga SPF-förening. Totalt är vi nu 575 medlemmar i SPF Kamraterna. GDPR-lagen förhindrar oss att publicera namn på nya medlemmar.

## SPF Kamraternas Hemsida

Tag för vana att använda dig av hemsidan för att söka information om SPF kamraterna. Först på hemsidan kan du hitta info om kommande möten, resor och aktiviteter. Det kan t.ex gälla platser, tider, inställda möten och oplanerade aktiviteter.



Under rubriken i "Backspegeln" kan du läsa och se bilder från våra senaste aktiviteter. Vi lägger ut länkar till bloggar och videofilmer som du kan ha glädje och nytta utav. Här finns en idélåda under rubriken "om vår förening" som du kan använda för att ge oss i idéer om resor och aktiviteter som kan passa för Kamraterna. Under Förmåner ser du alla förmåner och rabatter du har som SPF-medlem. Våra lokala sponsorer har också många bra erbjudanden

Ps. Tänk på våra sponsorer när du handlar.



Köp och sälj bostad med  
Mäklarhuset Örebro  
Borgmästargatan 10  
tel 019-67 06 200  
orebro@maklarhuset.se

Sida 21

## Träffpunkt Kamraterna

Nu har vi även i år fått pengar från Socialstyrelsen för att kunna fortsätta vårt succéartade projekt. Eftersom halva våren redan passerat börjar årets aktiviteter tidigast i slutet av juni. Vi kommer att ge ut ett speciellt program med aktiviteter.



Projektgruppen för Träffpunkt.

**Fastighetsbyrån** 

**Undrar du vad din bostad är värd?**  
Funderar du på att flytta?. Kontakta oss så får du en kostnadsfri värdering.  
Tel. 019 21 70 00 fastighetsbyrån.se

**ICA** **Parken** **ALLA DAGAR**  
Brunnsparken **7-23**

**KeBe** **CYKEL & MOTOR**

info@kebe.se  
019-24 05 18  
Pistolvägen 4  
702 21 Örebro



**KeBe har flyttat till Pistolvägen 4**

Efter 40 år växte vi på KeBe ur vår tidigare lokal och bestämde oss för att flytta till Pistolvägen 4. Nimas gamla lokal, i Norra Bro. På Pistolvägen 4 erbjuder vi våra kunder en större lokal och ett ännu större utbud av produkter! Varmt välkommen in på en kopp kaffe!

Sida 22

## Kalendarium

### Maj

Tisdag 28 Boule spelar vi varje tisdag kl.15.00 sid. 9

### Juni

onsdag 12 Gåfotboll spelar vi jämna veckor sid. 10

### Juli

Torsdag 11 Ässundets sommarcafé sid. 3

Torsdag 18 Resa Kristinehamn-Lisa Larsson/Picasso sid. 13

### Augusti

Lördag 10 Resa Västanå teater-Herr Arnes Penningar sid. 14

Torsdag 22 Resa Uppsala-Bror Hjorth/Gamla Uppsala sid. 15

Måndag 26 Hjärnkoll-Brunnsängens föreningsgård sid. 8

Torsdag 29 Distriktsfinal Hjärnkoll i Hallsberg sid. 8

Fredag 30 Kamraternas 40-årsfirande Restaurant Svalan sid. 4

### September

Torsdag 5 Bowlingen startar-Strikes Bowlinghall sid. 9

Torsdag 5 Kvinnofröjd startar-Café Skogen sid. 7

Onsdag 11 Läsecirkel 2 sid. 7

Tisdag 17 Matresa sid. 16/17

Måndag 30 Månadsmöte, Jonas Hedlund-Ordet sid. 5

### Oktober

Lördag 12 Vi åker och ser Svenskarevyn på Scalateatern sid. 18

Fredag 18 Pub-kväll på Restaurant Parken sid. 11

Måndag 28 Månadsmöte, Wallgren/Nyqvist tolkar Edith Piaf sid. 5

### November

Fredag 8 Vinprovning i Brunnsängens föreningsgård sid. 12

Söndag 24 Resa Säffleoperan-Musicalen Waitress sid. 19

Måndag 25 Månadsmöte, Gustaf Svensson-Kammarherre sid. 5

### December

Måndag 9 Lucia + Bildspel sid. 6

### Januari 2025

Måndag 27 Information om NATO inträdet sid. 6

Golf, bangolf, hjärnkoll, hockey, bioRoxy, open art kommer att mailas ut när vi vet exakt tid.

## Styrelsen

Ordf: Lars Göran Bergman 073 360 14 35

prog. gruppen [bolars74@gmail.com](mailto:bolars74@gmail.com)

Vice ordf: Lena Wiklander 070 672 32 92

hörselombud [lenawiklander4@gmail.com](mailto:lenawiklander4@gmail.com)

Sekreterare: Sören Karlsson Arevång 070 366 53 98  
[kerstinsoren@outlook.com](mailto:kerstinsoren@outlook.com)

Vice sekr: Gunilla Hedqvist 070 576 41 35

prog. gruppen [hedqvistgunilla11d@gmail.com](mailto:hedqvistgunilla11d@gmail.com)

Kassör Kristina Jedberger 073 045 72 23

[jedberger@telia.com](mailto:jedberger@telia.com)

Ledamot: IT Torbjörn Joansson 073 031 03 18

hemsida [torbjorn.joansson@outlook.com](mailto:torbjorn.joansson@outlook.com)

Ledamot: IT Hans Emanuelsson 070 598 46 46

prog. gruppen [hans.c.emanuelsson@gmail.com](mailto:hans.c.emanuelsson@gmail.com)

hemsida

Medlemsreg: Karin Wilde 070 316 86 38

[karin.wilde@telia.com](mailto:karin.wilde@telia.com)

Suppleant: IT Ulf Palmér 070-715 83 31

hemsida [ulf.palmer@gmail.com](mailto:ulf.palmer@gmail.com)

Valberedning: Christer Johanson 019 24 61 30

Ordförande: [chyl.johanson@hotmail.se](mailto:chyl.johanson@hotmail.se)

Ledamot: Gunilla Petersson 073 600 96 06

Ledamot: Stig Hallmén 070 638 23 66

SPF Seniorerna Kamraterna Örebro Org. nr 802421-8474  
% Lars Göran Bergman

Lövsåsvägen 10 702 29 Örebro

Förenings epost: [kamraternaorebro@spfseniorerna.se](mailto:kamraternaorebro@spfseniorerna.se)

Hemsida: [www.spf.se/kamraterna-orebro](http://www.spf.se/kamraterna-orebro)