



**SPF Seniorerna** är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation för seniorer och finns runt om i landet. Prioriterade frågor är: äldres ekonomi, hälsa och omsorg, boendeinflytande och rätt att arbeta.

**Mer information om SPF Seniorernas verksamhet** finns på [www.spfseniorerna.se](http://www.spfseniorerna.se) (förbundet) och [www.spfseniorerna.se/goteborgsdistriktet](http://www.spfseniorerna.se/goteborgsdistriktet). Vår egen webbsida heter [www.spfseniorerna.se/linnestaden](http://www.spfseniorerna.se/linnestaden).

# Månadsmöten

*Dalheimers hus,  
Slottsskogsgatan 12.*  
Spårvagn 3 och 9 till  
Jaegerdorffsplatsen eller  
spårvagn 11 till Mariaplan.

10.00–11.00 ..... Program, underhållning  
11.00–11.30..... Medlemsinformation  
11.30–12.00..... Kaffe/te, smörgås  
  
Kostnad 70 kr plus serviceavg. 6 kr.  
Bindande anmälan till Biljettkiosken.

2024			
Sept	19	<b>Flottans Män Sångkör</b> underhåller med sånger av bl.a. Evert Taube och Lasse Dahlquist	
Okt	17	<b>Malin Almroth</b> stödsamordnare hos Brottsofferjouren, föreläser om bedrägeribrott och hur vi kan skydda oss mot dessa.	
Nov	21	<b>Bengt Herrman</b> berättar om emigrationen från Sverige till Amerika under rubriken ”I emigranternas fotspår”.	
Dec	12	<b>Sångkören Cantamore</b> kommer till Betlehemskyrkan och sjunger julsånger för oss.	

Med reservation för ändringar.

## Programinformation 2024

Programändringar, nyheter, m m: besök  
[www.spfseniorna.se/linnestaden](http://www.spfseniorna.se/linnestaden).

## Är du intresserad av

att delta i arbetet i vår förening,  
kontakta valberedningen,  
[linnestaden@spfseniorna.se](mailto:linnestaden@spfseniorna.se)

# Kurser och cirklar

## Läsecirkel 1

Vera Åsemyr, tel. 0736-39 77 62.  
Torsdagar 12.30–14.30 varannan vecka.  
Haga Församlingshem, Haga Östergata 30.

## Läsecirkel 2

Monica Holmén, tel. 0706-29 13 29.  
Andra onsdagen i månaden 13.00–15.15.  
Studieförbundet Vuxenskolan, Karl Gustavsgatan 15.

## Läsecirkel 3

Margareta Sahlin, tel. 0709-81 54 63.  
Måndagar 11.00–13.15 varannan vecka.  
Studieförbundet Vuxenskolan, Karl Gustavsgatan 15.



---

## Ny aktivitet – en testomgång!

### Qi Gong vid sex tillfällen och en återträff!

Ledare är Marika Brolin och vi kan vara 13 deltagare.  
Kostnad 200 kronor för hela kursen. Avgiften betalas vid första kurstillfället.  
Tid: onsdagar kl 09.00–10.00. Sju tillfällen – 25 september t o m den 6 november.  
Plats: Brf Slottsskogens föreningslokal på Linnéplatsen 6, plan 8.  
Anmälan till Biljettkiosken.

---

## Kortspel Gin Rummy

Yvonne Ingblad, tel. 0736-40 83 44.  
Sista torsdagen i varje månad  
kl 10.00–12.30. Spelgrupper skapas  
beroende på antal deltagare.  
Haga Församlingshem,  
Haga Östergata 30.

## Bridge

Mai Granath,  
Måndagar  
12.30–16.30.  
Ej nybörjare, avgift.  
Allégården, Södra Allégatan 4.



Gerd Almqvist/Alamy

---

## Filmvisning på Aftonstjärnan!

Göteborgsdistriktet anordnar trevliga filmvisningar på Aftonstjärnan, Plåtslagareg. 2.  
För program och information, besök:  
[www.spfseniorerna.se/goteborgsdistriktet](http://www.spfseniorerna.se/goteborgsdistriktet).

# Studiebesök och utflykter

Maggan Lindroth: Tel 0706-94 18 81, maggan.stocken@telia.com

Anmälan och avgifter betalas till Biljettkiosken.se

## SEPTEMBER

Guidning av Lindholmen **18 september kl. 10.30**. Vi träffas i Älvrummet på Lindholmospiren 3-5.

Max 20 personer.

Promenadvänliga skor och lämpliga ytterkläder beroende på väderlek.

Ingen avgift, anmälan senast 9 sept till Biljettkiosken.



## OKTOBER

Guidning av Operan **22 oktober kl. 10.00**

Vi träffas utanför entrén till Operan.

Max 30 personer.

Ingen avgift, anmälan senast 14 oktober till Biljettkiosken.

Möjligt att boka lunch i restaurangen efteråt kl 11.30, anmäl intresse till maggan.stocken@telia.com för bokning.



Foto: Jorma Valkonen/Göteborg & Co

## NOVEMBER

Guidning av Börsen **13 november kl. 13.00**

Vi träffas utanför Börsen, Gustav Adolfs torg.

Max 25 personer.

Pris 240 kr, bindande anmälan senast 21 oktober till Biljettkiosken.



 **Studieförbundet  
Vuxenskolan**

Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan.

Med reservation för ändringar.

# Medl.förmåner/Trivselaktiviteter

## SENIORERBJUDANDE

Välkommen till *Draken* och vårt spa Obie som öppnas upp med seniorerbjudande

65+ måndagar och tisdagar på två av våra spatider, kl 10.30–12.30 eller 13.00–15.00. Pris 295 kr och då ingår lån av badrock, tofflor samt handduk, te och fruktbuffé.

Boka din tid på tel 031-305 01 60, Obie Spa eller maila din bokning till obie@draken.se Vid bokning, ange Seniorerbjudande 65+



## Seniorryset i Slottsskogen!

• Tisdag 17 september, 11.00–11.30

**Start:** Linnéplatsen, entrén.

**Mål:** Villa Bel Parc. Poängpromenad, låt hjärnan arbeta, använd inte mobiltelefon! Fina priser utlovas. Ingen föransmälan. Kostnad 20 kr.



## Liten Karin

lämnar 10% rabatt till SPF:s medlemmar mot uppvisande av giltigt medlemskort. Rabatten gäller på ordinarie priser, ej på hand-

målade produkter eller reavaror. Välkommen till Göteborgs mysigaste leksaksaffär, med personlig service och ett unikt utbud!

Liten Karin, Haga Nygata 25, Göteborg  
Tel 031-13 45 44, e-post: butik@litenkarin.se  
Öppettider: må-fr 10-18, lö 10-16, sö stängt

## Hemköp

Masthuggstorget 3 samt Linnégatan 35A i Göteborg och Kustgatan 14 i Majorna. Vi ger 5% rabatt till medlemmar i SPF Seniorerna som visar upp medlemskort i kassan.



Kastellgatan 11,  
tel 031-13 03 13,  
www.alvarochivar.se

Lämnar 10% rabatt till medlemmar mot uppvisande av medlemskort. Rabatten gäller vid köp av matbröd. Gäller tisdag kl 07.00–14.00, onsdag-torsdag kl 07.00–18.00.



JOHN SCOTT'S  
LINNÉ

Vi fortsätter med våra populära Quiz- och pubkvällar med Hasse.

Anm. till Biljettkiosken. Ingen kostnad.

**John Scott's Pub, Linnégatan 38.**

**Onsdagar 17.00:**

11 september	13 november
9 oktober	4 december



Foto: Jorma Valkonen/Göteborg & Co

## Göteborgs-Operan

Om du är intresserad av att gå på Operan, kontakta Ing-Marie Hörn, tel. 0761-26 77 88, ingmarie.horn@gmail.com



## Distriktsaktiviteter

Utöver vad vi gör i föreningen anordnar Göteborgsdistriktet populära aktiviteter.



# Festsammankomster

*Brf Linnés föreningslokal (f d Biografen Svea)*

Hållplats Olivedalsgatan. Anmälningsskyltar läggs ut vid månadsmöten.

Max 52 personer. Britt-Marie Holm, tel. 0707-674 694.



**Oktoberfest**

**24 oktober**  
**kl 18.30**  
Musikunderhållning.  
Tilltugg ingår.  
Entréavgift.

Perwells/Lucis



*Julkalas*  
**28 nov kl. 18.30**

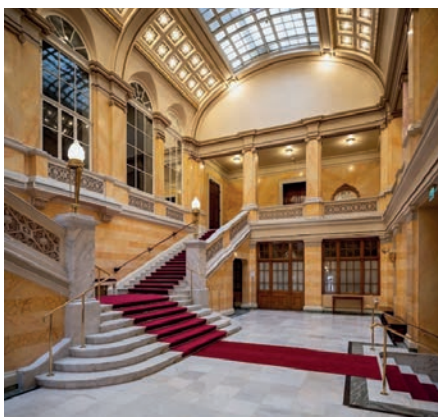
Julkalas inkl. välkomstglögg.  
Lättöl och bordsvatten ingår.  
Pris: Dagspris.

Bild: Pixabay





Marianne af Ekenstam mobil: 0762-41 21 93,  
marianneafekenstam@hotmail.com  
Anmälan sker på våra månadsmöten och därefter  
per e-post, sms eller telefonnummer enligt ovan.



## 7 oktober – en dagstur Gårdarna runt sjön

Vi gör en spännande dagstur i författarinnan Birgit Sparres fotspår. I romansviten Gårdarna runt sjön beskrev hon sin hemtrakt kring sjön Åsunden och livet i början av 1900-talet. Vi börjar vår tur med förmiddagskaffe och fralla på Hotell Lassalyckan i Ulricehamn innan vi beger oss till en av Sveriges bäst bevarade medeltidsborgar, Torpa Stenhus, som i Sparres verk heter Heljö slott.

Här får vi en guidad rundvisning innan vi avnjuter lunch på slottskaféet. Från Torpa stenhus fortsätter vi till Källebacka säteri där vi får en guidad visning av den vackra herrgården. På eftermiddagen åker vi tillbaka till Ulricehamn och gör en kort rundtur i den pittoreska sjöstaden innan vi åker tillbaka till Göteborg.

**Pris:** 1175 kronor per person. Gäller vid minst 40 deltagare.

**Avresa:** 7 oktober klockan 08.00 från Linnéplatsen/Lilla Soffbutiken.

**Åter i Göteborg ca 19.30.**

*Med reservation för ändringar.*

## Delar av Styrelsen

Ordförande Kerstin Gidsäter,  
tel. 070-512 90 16. Vice ordförande  
Anders Holm, tel. 072-249 42 92.  
Medlemssekreterare Margreth  
Wadenstein, tel. 076-107 07 97.



### OM FOTOGRAFERING:

*Under aktiviteter och resor kan fotografering förekomma. Foton kan komma att läggas ut på hemsidan och i föreningens facebookgrupp. **Obs!** Den som inte vill vara med på bild måste själv anmäla detta till fotografen.*

## Ladda ner SPF-appen !

Med SPF-appen får du SPF Seniorernas hemsidor direkt i din smartphone eller surfplatta och får tillgång till de senaste nyheterna, påminnelser m m. Finns för nedladdning från såväl AppStore som Google Play.

## Medlemsinformation

Medlemskap kostar 300 kr/år, därav går 160 kr till förbundet, 40 kr till distriktet och 100 kr till SPF Seniorerna Linnéstaden. Vänmedlem (måste vara medlem i annan SPF-förening) 100 kr.

- **OBS! Medlemsavgiften skall INTE betalas till föreningen utan avvakta inbetalningskort från förbundet. Förbundets bankgiro är 505-1743.**
- Föreningens Swishnr. är 123 068 55 11.
- Föreningens organisationsnummer är 86 60 01-3643.
- Föreningens bankgiro är 5312-8229.
- Föreningens mailadress är linnestaden@spseniorena.se
- Distriktets mailadress är kansliet@spfgbg.se
- Föreningens webbsida är [www.spseniorena.se/linnestaden](http://www.spseniorena.se/linnestaden)

- Föreningens facebookside är SPF Seniorerna Linnéstaden.
- Distriktets facebookside är SPF Seniorerna Göteborgsdistriktet.



## BRA TIPS!

### ■ GÖTEBORGS STADS KONTAKT-CENTER, tel. 031-365 00 00.

Vardagar 07.00–18.00. Ger information om och kring Göteborgs Stads tjänster på flera språk. Besöksadress: Ekelundsgatan 1, 6 tr. Vardagar 09.00–18.00.

### ■ VID NÖDSITUATION, RING 112.

### ■ TRYGGHETSJOURN, tel. 031-365 85 85.

■ **"FIXAREN", tel. 031-365 86 06.**  
Du som fyllt 69 år och bor i Majorna-Linnéstaden kan ringa till fixaren om du behöver hjälp med enklare saker. Kostnadsfritt.