



Rudbeckius Västerås program för våren 2025



I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Vi ses torsdagar, kl 14.00. Entré 60 kr Swish 1234303756 eller kontant med jämna pengar. Kaffe, the och kaka ingår.

Lokal: Alla trivselträffar under våren kommer att ske i **Lovisagården Slottsgatan 6.**

30 JANUARI

Fiolen möter dragspelet me ´Ös

En musikalisk underhållningsmeny från Gärdebylåten till bland annat Musette, Evergreens, Tango, Sving, Taube, Kultis och Populärklassiker – ett lättsamt och "gladgörande" program.

27 FEBRUARI

Årsmöte

Rudbeckii sångare deltar. Ingen entréavgift.

27 MARS

Axel och Esbjörn

Med en blandning av jazz och visor, egna och andras låtar bjuder Axel och Esbjörn in till en familjär stämning med rytmisk lekfullhet i harmonisk samklang.

24 APRIL

Jazz på vinden

Kvartetten som fått tillökning och blivit en kvintett. Mjuk jazz med känsla utlovas men även låtar med gung att stampa takten till. Inslag av folkton och en och annan skröna kan förekomma!

16 MAJ

Våravslutning på Anundshög

tillsammans med Vandrarna och Rudbeckii sångare.

Om ändringar sker, kommer det att meddelas via hemsidan och genom vårt nyhetsbrev.

Nya medlemmar

Innan trivselträffen 27 mars kl 12.30-13.45 på Lovisagården välkomnar vi nya medlemmar för information om föreningen och aktuella frågor. Vi bjuder på lätt förtäring. Inbjudan skickas ut inför träffen.

Vi vandrar eller gör ett besök i grupp. Håller avstånd och går efter befintliga stigar eller vägar utan hinder. Vi håller på 2-3 tim.

Samling på respektive plats, parkering och färd i egen bil. För ev. samåkning meddelande till Åke 073-200 99 69.

14 MARS

KI. 10.00 ÖSTER MÄLARSTRAND

Samling vid Lidl parkering, Regattagatan. Medtag eget fika.

28 MARS

KI. 10.00 ÖNSTA-GRYTA

Samling parkeringen Önsta idrottsplats, Önstavägen.
Medtag eget fika.

11 APRIL

KI. 10.00 SVARTÅN, VÄSTER-ÖSTER

Vi vandrar längs Svartån Väster-Öster. Samling Bryggargårdens parkering. Gemensam fika i stan/city.

25 APRIL

KI. 10.00 DINGTUNASPÅRET

Samling på allmän plats vid spåret. Länsväg 500 västerut, Stationsvägen Dingtuna. Avfart höger Tingtavägen mitt i samhället. Medtag efter fika.

9 MAJ

KI. 10.00 ÅHOLMEN

Vi möter våren och promenerar längs stigarna.
Riksvägen 56 till Mellansunder Kvicksund avfart vänster till Åholmen. Medtag eget fika.

16 MAJ

KI. 10.00 AVSLUTNING ANUNDSHÖG

Gemensam avslutning med trivselträff, aktiviteter.

Frågor ring Ragnhild och Åke 073-200 99 69, alt e-post ake.hjerp@outlook.com

Anmälan görs till kansliet tfn: 021-12 39 75 eller via mail: rudbeckius@spfseniorerna.se
Betaling görs till SPF Rudbeckius Bankgiro: 5780-0450. Vid frågor kontakta Marianne Kjellberg tfn 070-4245860 eller Wicken von Post tfn 070-3774509.

OBS! ANMÄLAN TILL SAMTLIGA RESOR ÄR BINDANDE. Vid sjukdom krävs sjukintyg.
De fyra SPF-föreningarna i Västerås har gemensamt kommit överens om att samordna sina resor. Detta innebär att alla medlemmar kan boka plats till de andra föreningarnas resor. Du kan gå in på resp. förenings hemsida och se deras planerade resor.

14 FEBRUARI **BESÖK I SALNECKE SLOTT OCH HÄRKEBERGA KYRKA**

Avresa kl 11.00 från Västerås Busstation. Slottet Salneckes första kända ägare Karl Ingeborgarson Lejonbalk bytte år 1302 bort sin "gård" i Salnecke till Skokloster. Salnecke slott har en huvudbyggnad av tegel i tre våningar med brant tak och är ett av de bäst bevarade slotten i Uppland från slutet av Vasatiden. Idag bor Lars och Elisabeth Norman i slottet. Vi får en guidad visning i deras hem i två våningar. OBS man måste klara att gå i trappor. I Biströn bredvid intar vi lunchen och sedan fortsätter resan till Härkeberga kyrka som ligger strax intill slottet. Denna kyrka är känd för sina välbevarade, senmedeltida kalkkyrkomålningar av Albertus Pictor. Göran Sjögren guidar oss här. Beräknad hemkomst ca 16.00.

Pris: 660:- Anmälan senast 29 januari. Betaling senast 5 februari.

Vi måste begränsa antalet deltagare till 30 personer.

29 MARS **SHOWEN "GOTT O BLANDAT" MED GALENSKAPARNA**

Avresa kl 15.30 från Västerås Busstation. Vi får uppleva en tempofylld show med Galenskaparna Jan Rippe och Per Fritzell samt den "ofattbara Orkestern". Det blir en show hos Filadelfiakyrkan i Stockholm med det bästa av såväl gammalt som nytt. I priset ingår buss, teaterbiljett samt smörgås och dryck i bussen på hemfärden. Beräknad hemkomst ca 22.00.

Pris: 990:- Anmälan senast 10 mars. Betaling senast 19 mars.

2 MAJ **VI BESÖKER GÅRDSJÖ ÄLGPARK**

Avresa kl 9.30 från Västerås Busstation. Älgparken bjuder på en fantastisk upplevelse. På vår rundtur får vi möta älgarna i deras naturliga miljö. Älgarna är vana vid besökare och kommer gärna fram till gästerna, ibland så nära att man får klappa dem. Här Åter vi också deras litet större smörgås med älgkorv mm. till lunch. Beräknad hemkomst ca 14.30.

Pris: 720:- Anmälan senast 17 mars. Betaling senast 23 mars.

I BÖRJAN AV JUNI BESÖKER VI STORA SUNDBY " SAGOSLOTT "

På 1200-talet börjar historien om Stora Sundby slott som till en början var ett enklare försvarsverk. Under 1400-talet övergavs den gamla borgen och en ny uppfördes på den plats där slottet står idag. Den gamla renässansborgen förvandlades i början av 1800-talet till ett praktfullt sagoslott i normandisk stil. De 4 tornen symboliserar årstiderna, 12 mindre tornen för årets månader, 52 rum årets veckor och 365 fönster representerar årets alla dagar.

Vi återkommer via nyhetsbrev och på Hemsidan om När, Dag och Plats.

FÖRELÄSNINGAR

Lokal Lysgränd 1, torsdagar kl 14.00

Anmälan görs till kansliet tfn: 021-12 39 75 eller via mail: rudbeckius@spfseniorerna.se

Senast 3 dagar före föreläsningen.

Ingen avgift.

23 JANUARI

Hur ska äldre bo i framtiden?

Amanda Grönlund, Äldrenämndens ordförande

13 FEBRUARI

Dan Andersson och hans familjs historia

Lars Rundkvist, berättare med stort historiskt intresse

20 MARS

Kontrasternas Indien

Gun och Gunnar Eriksson, uppskattade föredragshållare som vi mött tidigare

17 APRIL

Omvärldsbevakning ur ett totalförsvarsperspektiv

Nina Larsson, försvarsexpert

MÅNDAGAR

- Kl. 11.00** **Gymnastik**, Blåsbogården. Start 13 januari.
Sonja Højvi, 070-272 46 54.
- Kl. 13.00-14.30** **Linedance – Fortsättningskurs**, Lysgränd. Start 13 januari.
Elly Sjökvist, 070-623 42 65.

TISDAGAR

- Kl. 09.30** **Körsång. Rudbeckii Sångare**, Lysgränd. Start 14 januari.
Dick Söderholm, 070-578 65 10.
- Kl. 10.00 resp 11.15** **Yoga**, Blåsbogården. Start 14 januari (12 ggr).
Mia Nyström, 073-071 03 37.
- Kl. 13.00 resp 14.00** **Bowling**, Bellevuehallen. Start 14 januari.
Information Åke Hjerp 073-200 9 969.

ONSDAGAR

- Kl. 11.00** **Zumba för alla**, Blåsbogården. Start 15 januari.
Annika Bergström, 073-982 16 15.
- Kl. 10.30-12.30** **Boule**, Kungsledens Sportcenter Finnslätten. Start 8 januari.
Tommy Aroseus, 072-252 99 14, Ewa Andersson.
- Kl. 13.00-17.00** **Bridge**, Ånghammargatan 6 – 10 "Ångan". Start 8 januari.
Gunnar Sjöden, 070-274 08 88, Bengt Almqvist, 073-088 20 01.

TORSDAGAR

- Kl. 13.00-16.00** **Canasta**, Oxbackens mötesplats. Oxbacksg 5. Start 9 januari.
Elisabeth Rosén, 070-312 52 97, Inger Sääv, 070-354 49 88.
- Kl. 14.00-15.30** **Linedance**, Blåsbogården. Start 16 januari.
Sonja Højvi, 070-272 46 54.

GOLF – kontakta direkt Ove Werngren, tfn 070-444 19 32. Info finns på hemsidan.

Anmälan till alla aktiviteter görs till kansliet 021-12 39 75 alt rudbeckius@spfseniorerna.se

Avgifter:

Boule	60 kr/gång	Körsång	450 kr/termin
Bowling	70 kr/gång	Linedance	200 kr/termin
Bridge	560 kr/häfte (15 kuponger)	Yoga	800 kr/termin
Canasta	200 kr/termin	Zumba	400 kr/termin
Gymnastik	200 kr/termin		

Samtliga aktiviteter är öppna för alla SPF-föreningar

FILMCIRKEL PÅ ELEKTRA

Startar onsdagen den 22 januari kl. 13.00, datum, onsdagar, därefter enligt senare besked.

Första filmen blir den finländska filmen "Family Time" av Tia Kouvo, en film på samma gång humoristisk och gripande när tre generationer samlas för att fira jul. Lisbet Gemzell är vår cirkelledare och är med och väljer ut filmerna och berättar om filmen innan vi ser den. När filmen är slut stannar vi kvar ca 15 minuter och pratar om vår upplevelse och de tankar som filmen väckt.

Kort-kostnad 600 kr för 6 filmer. Vid förhinder kan du byta datum men det är samma film som gäller. (Giltighetstid står på kortets baksida).

Betalning görs i Elektras kassa vid första filmvisningen.

Anmälan senast 17 januari till kansliet 021-12 39 75 alt rudbeckius@spfseniorerna.se

STUDIECIRKLAR ca 15 ggr/termin

Cirklarna drivs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan på Lysgränd 1. Avgift 200:-/termin, om inget annat anges. Betalas via bankgiro 5780-0450 alt swish 1234303756 vid terminsstart.

Välkommen att anmäla dig till tfn 021-12 39 75, alt rudbeckius@spfseniorerna.se

AKVARELL

Kerstin Lindh, 070-273 35 95 Startar onsdag 15 januari kl 09.30-12.00 varje vecka

STICKCAFÉ

Eva Hörberg, 073-667 27 89 Startar tisdag 14 januari kl 13.30-16.00 varje vecka

Studiecirklar ger – trevlig samvaro – ökade kunskaper – och diskussioner om intressanta ämnen.

Nya cirklar kan startas om intresse och förfrågningar dyker upp.



SPF SENIORERNA RUDBECKIUS STYRELSE OCH KOMMITTÉER

ORDFÖRANDE

Elvy Westlund 073-430 79 30 elvy.westlund@me.com

VICE ORDFÖRANDE/TF SEKRETERARE

Jan-Olof Waara 073-540 69 68 jowaara@outlook.com

KASSÖR

Yvonne Arlestrand-Lundgren 073-580 32 16 yvonne.arlestrand@gmail.com

LEDAMOT

Bo Elmin 073-079 34 77 bo.elmin@telia.com

LEDAMOT

Marianne Kjellberg 070-424 58 60 marianne.kjellbergor@gmail.com

LEDAMOT

Arne Kjellberg 070-542 48 28 arne.kjellberg1@gmail.com

LEDAMOT

Wicken von Post 070-377 45 09 wvonpost@gmail.com

LEDAMOT

Claes Lyttkens 072-878 92 30 electa72@outlook.com

LEDAMOT

Lena Jäder 076-814 40 63 lena.jader@telia.com

LEDAMOT

Åke Hjerp 073-200 99 69 ake.hjerp@outlook.com

SPF Seniorerna Rudbeckius

Lysgränd 1, 721 30 Västerås. Tfn 021-12 39 75

Kansliet nås på telefon måndag-tisdag

E-post: rudbeckius@spfseniorerna.se

Hemsida: www.spfseniorerna.se/spfrudbeckius

Bankgiro: 5780-0450

Swish: 1234303756

Kansliet är öppet fr o m 7 januari t o m 28 maj