

*Program för*  
*Vintern-våren 2025*



## MEDLEMSTRÄFFAR PÅ IDROTTSGÅRDEN, ÅSA KL. 13.30

*Du får aktuell information och underhållning*

### *Månadsmöte*

**14 januari** *Tema: Friska fötter*

Medicinska fotterapeuterna från *Fot & Hälsokliniken*, föreläser om hur du förebygger skador och håller dina fötter i toppform genom rätt fotvård och träning. Upptäck hemligheterna bakom ett aktivt liv genom att ta hand om dina fötter.

**11 februari**

### *Årsmöte*

Sedvanliga årsmötesförhandlingar med underhållning och förtäring. Hampus Berander och Marcus Gillsjö står för musiken. *Fri entre!*

### *Månadsmöte*

**18 mars**

Ett familjeföretag med hjärtat i naturen. Samspelet mellan insekter och natur. Andrea på Djäknegårdens Honung skildrar passionerat företagets utveckling av biodling under flera generationer.

### *Månadsmöte*

**22 april**

Kungsbacka kommun inbjuds till att tala om ett aktuellt ämne som rör Åsa samhälle. Specifik information om valt ämne lämnas under vintern.

### *Månadsmöte*

**20 maj**

Information om tandhälsa och en ny bättre tandvårdsförsäkring för pensionärer.  
Tandläkare Johan Hagman, Praktikertjänst, informerar om tandhälsa och om hur man behöver sköta sin egen munhygien för att uppleva "Ett gott åldrande"  
Han informerar också om den förbättrade tandvårdsförsäkringen för pensionärer som börjar gälla den 1 juli 2026.

Som vanligt öppnar vi höstprogrammet med uppstartsmöte den 9 september.

# Vårens resor 2025



## RESA TILL GROVARE, GÄSENE och HERRLJUNGA 2025-03-19

09.15 Avresa från Åsa IP

Ca 11.00 kommer vi till Grovare Evenemang o Café.

Marie Arthurén (bl a fd sångerska i Drifters) underhåller med bl.a tolkningar av Ted, Gärdestad och Edith Piaf. Vi äter samtidigt en god middag (kokt potatis m hemlagad köttfärslimpa, brunsås, lingon, sallad, hårt bröd, smör, 1 st Loka eller lättöl per person samt kaffe/te med kaka till underhållningen). Efteråt ett besök i hennes butik.

14.30 Besök på Gäsene Ost där vi serveras Kaffe o kaka från lokalt bageri, Information om mejeriet, Ostprovning samt shopping-möjligheter

16.00 Besök på Herrljunga Cider, information och provsmakning i bussen om fabriken och tillverkningen. Shoppingmöjligheter.

Ca 17.00 Hemresan startar

Hemma i Åsa ca 18.45

**Pris: 800:-**

**Minst 30 resande**

**Sista bokningsdag 2025-03-10**

**Veddige Buss 0340-300 08**

*Reseledare Ingvar Alnström*

**Bokning** i första hand på: [resor@veddigebuss.se](mailto:resor@veddigebuss.se).

Tfn.: **0340-30008**

Vid bokning ange antal personer samt resmål och datum.

Betalning senast på sista bokningsdag till:

Swish **1232788875** eller bankgiro **130-9319**



## RESA TILL VISINGSÖ 2025-05-28



07.10 Avresa från Åsa IP

09.10-10.10 Kaffe o fralla på Karins Lada.

*Karins Lada är ett lantligt kafé med garn- och hantverksbutik samt gårdsmuseum. Kaféet serverar hembakt fikabröd och matpaj samt smörgåsar. Butiken har alster från flera hantverkare och stor sortering av garner.*

11.40 Färja Gränna – Visingsö

12.20-13.20 Lunch på rest. Solbacken

*Varmrökt Röding från eget rökeri. Serveras med örtagårdssås & mixad sallad, loka/lättöl, kaffe o kaka*

13.20-15.20 Guidad rundtur med Janne Pettersson runt ön.

Janne möter utanför restaurangen.

15.45 Färja Visingsö – Gränna

16.15-17.00 Fri tid att se sig om i Gränna

18.00-18.30 Vi stannar till vid Rasta Strängsered om någon önskar få något i magen. *(ingår ej i priset)*

c:a 20.00 åter i Åsa

**Pris: 1125 kr/pers**

**Minst 30 resande**

**Sista bokningsdag 2025-05-10**

*Reseledare Ingoar Alnström*

**Bokning** i första hand på: [resor@veddigebuss.se](mailto:resor@veddigebuss.se).

Tfn.: **0340-30008**

Vid bokning ange antal personer samt resmål och datum.

Betalning senast på sista bokningsdag till:

Swish **1232788875** eller bankgiro **130-9319**

## **Information för SPF Seniorerna Åsa**

SENIOREN – SPF Seniorernas medlemstidning

**Föreningens e-postadress:** [asa@spfseniorerna.se](mailto:asa@spfseniorerna.se)

**Hemsidan** – På vår hemsida får du förutom information från SPF Seniorerna Åsa även information från distrikt och förbund. Adressen till vår hemsida är:

<http://www.spfseniorerna.se/asa>

Lägg gärna in den som favorit eller lägg en genväg till skrivbordet vilket gör hemsidan lättare att hitta.

Bidrag till hemsida i form av text eller foto mottages med stor tacksamhet. De kan skickas till hemsidesansvarige **Dan-Olof Åberg** Tfn.: 0705 57 04 23 eller mail

[daaberg81@gmail.com](mailto:daaberg81@gmail.com)

**Facebook** – SPF Åsa.

**Information** – kommer att ges på månadsträffarna. Programinslag kan tillkomma och presenteras på hemsida och e-post.

**Medlemsfrågor** – Den som vill bli medlem, kontakta medlemssekreteraren **Monica Hjarn**

Tfn: 0703 32 86 89 eller mail [monica.hjarn@gmail.com](mailto:monica.hjarn@gmail.com)

Självklart går det bra att ta kontakt med någon annan i styrelsen.

Adresser till styrelsen finns nedan och på hemsidan. Du kan även vända dig till medlemssekreteraren om du ändrar adress eller andra registerfrågor.

Har du e-post eller nyligen skaffat det så meddela detta snarast till medlemsekreteraren om du inte har gjort det redan. **Använd gärna anmälningsblanketten på vår hemsida.**

**Medlemsavgifterna** hanteras centralt från Förbundet. Inbetalningskort kommer i slutet av året för nästföljande år. För 2025 är avgiften **290** kr. Anmäl gärna e-faktura till förbundet.

**Medlemskort** – SPF Seniorernas medlemskort har flera förmåner knutna till medlemskapet. Kortet finns numera att tillgå vid entrén på månadsmötena eller efter begäran. SPF-föreningarna i Kungsbacka har också rabattöverenskommelser med olika lokala företag. Medlemskapet ger också möjlighet att teckna försäkring.

**Styrelsen för SPF Seniorerna Åsa har följande sammansättning fram till årsmötet:**

Ordförande	Dan-Olof Åberg	0705 57 04 23	<a href="mailto:daaberg81@gmail.com">daaberg81@gmail.com</a>
Sekreterare	Boye Sandelius	0705 65 56 48	<a href="mailto:boye.sandelius@telia.com">boye.sandelius@telia.com</a>
Kassör	Rolf-Arne Ullaeus	0705 79 02 55	<a href="mailto:rolf-arne@telia.com">rolf-arne@telia.com</a>
Ledamot	Monica Hjarn	0703 32 86 89	<a href="mailto:monica.hjarn@gmail.com">monica.hjarn@gmail.com</a>
Ledamot	Calle Hagman	0705 28 33 11	<a href="mailto:calle@callehagman.se">calle@callehagman.se</a>
Ledamot	Anette Eliesersson	0703 84 72 89	<a href="mailto:elieserssonanette@gmail.com">elieserssonanette@gmail.com</a>
Ledamot	Sigvard Sjöbom	0705 80 78 97	<a href="mailto:nilssigvard@outlook.com">nilssigvard@outlook.com</a> ;
Adjungerad	Eva Steenson	0706 59 91 09	<a href="mailto:eva.steenson@bredband2.com">eva.steenson@bredband2.com</a>
Adjungerad	Carry Kvarntun	0702 92 86 29	<a href="mailto:carry_kvarntun@hotmail.com">carry_kvarntun@hotmail.com</a>
Revisor	Ingvar Lundahl	0709 92 51 62	<a href="mailto:ingvar@ilmec.se">ingvar@ilmec.se</a>
Valberedning	Lars G Björkman	0706 60 15 81	<a href="mailto:lasse.bjorkman@outlook.com">lasse.bjorkman@outlook.com</a>

## VI TIPSAR OM....

**KUNGSBACKA KOMMUN:** I **evenemangskalendern** får Du reda på vad som händer i Kungsbacka. Här kan man hitta allt som sker i kommunen.

**INFORMATION:** Gå in på sidan **kungsbackasenioren.se** på nätet för att se seniorrabatter och annan information för pensionärer i Kungsbacka kommun

**INFORMATION** – Gå in på Förbundets hemsida, [info@spfseniorena.se](mailto:info@spfseniorena.se) där man enkelt kan hämta värdefull information under fliken **Utbildning och Aktiviteter**.  
Webbinarier i efterhand, studiematerial för smartphone-surfplatta-dator, skaffa digital brevlåda mm

**BOENDEFRÅGOR** – Välkomna att kontakta **Cissi Tuorilin** på Mäklarhuset i Åsa, Tfn: 070 863 6090 alt [cissi@maklarhuset.se](mailto:cissi@maklarhuset.se)

**BOULE** - Åsa Bouleklubb spelar på boulebanan vid fritidsgården, Åsa varje måndag och onsdag, från maj kl. 10.00. Vintertid inomhusspel i Kungsbacka kommuns boulehall. Kontaktperson: **Bertil Moberg** tfn: 070 695 18 55

**GOLF** – Lokala tävlingar på Sjögärde Golfklubb. Kontaktperson: **Freddy Sylvenius**, tfn.: 0708 65v16 40

**SENIORBOENDE** - Bostadsfrågor för seniorer drivs av **Rolf-Arne Ullaeus**, tfn: 65 56 18 eller 070 579 02 55 alt. [rolf-arne@telia.com](mailto:rolf-arne@telia.com)

**BRIDGE ÅSA-FRILLESÅS BRIDGEKLUBB** – Håll huvudet igång – Spela bridge!  
Kontaktpersoner: **Jette Hultén**, tfn: 65 50 33 och **Rolf Gustavsson**, tfn: 070 821 25 71

**FRISKVÅRD. Tisdagar 9.15-10.30.** I brist på gympaledare promenerar vi numera. Vårsäsongen börjar preliminärt den 14 januari. Kontaktperson **Maisie Andreasson** tfn: 073 772 68 56.  
Både män och kvinnor kan delta.

**FÖRSÄKRINGAR** – många försäkringsbolag har pensionärsrabatter. Kontrollera både rabatter och grundpris med ditt försäkringsbolag!

**SNICKARVERKSTAD.** Vill du slöjda är du välkommen till snickarverkstaden på Bollvägen 131 måndag och torsdag mellan 09.00 – 12.00. Kontaktperson **PO Svenningstorp**, tfn: 070 110 80 90

**TRÄFFPUNKT ÅSA.** Öppen tisdagar ojämna veckor mellan 0900 - 1200. Bollvägen 131

**ÅSA365** en samhällsförening som ska se till att Åsa utvecklas och med visionen att det händer något positivt alla årets 365 dagar. Öppen för företag, föreningar och enskilda personer som vill stödja Åsa med 150 kr/år.

För närmare information: **Rolf-Arne Ullaeus**, tfn: 65 56 18 eller 070 579 02 55

**SENIORKÖREN** – Vill du sjunga i kör?  
Kontaktperson: **Helena Spets**, tfn: 0760 0300 511 eller 0340 740 511

**STUDIEFÖRBUNDET VUXENSKOLAN**, Kungsbacka anordnar rabatterade kurser för medlemmar i SPF på befintligt utbud. Vid behov kontakta Marie Bengtsson, Vuxenskolan Varberg.

**TEMATRÄFFAR** kan anordnas efter behov i aktuella ämnen.

**EN VÄG IN.** Råd, stöd och vägledning inom Vård och Omsorg, tfn: 0300- 83 59 90.

**ÄLDREKONSULENT.** Frivilligsamordnare Anna. Tfn: 0300 83 78 45

Vi sponsras av **Mäklarhuset** i Åsa, Cissi Tuorilin, Tfn: 070 863 6090 alt [cissi@maklarhuset.se](mailto:cissi@maklarhuset.se)

## Lite fakta om SPF seniorerna

**SPF Seniorerna**, tidigare **Sveriges Folkpensionärers Riksförbund (SFRF)** och **Sveriges Pensionärsförbund (SPF)**, är en politiskt och religiöst obunden svensk intresseorganisation för pensionärer.

SPF Seniorerna bildades 1939 och har cirka 250.000 medlemmar (2021) fördelade på 26 distrikt och 800 föreningar. (Hallands distrikt har 40 föreningar, varav Åsa är en). Organisationen är Sveriges äldsta förening för pensionärer och en av de största ideella organisationerna i landet. Den är, efter Pensionärernas Riksorganisation (PRO), den näst största organisationen för pensionärer.

Prioriterade frågor är äldres ekonomi, hälsa och omsorg, boende, inflytande och rätt att arbeta. Förbundsordförande är sedan 2017 Eva Eriksson och Peter Sikström är generalsekreterare sedan 2015

### **Historia**

1939 bildades Sveriges Folkpensionärers Riksförbund (SFRF) i Göteborg med syfte att protestera mot pensionärers usla ekonomiska situation. När Alfrida Lindström formellt valdes till ordförande, 1949, blev hon första kvinna på posten. Under 60-talet led föreningen av låga medlemstal och usel ekonomi, varför kansliet en tid flyttade in i källaren hos dåvarande ordförande Viktor Törnberg. Ekonomin stabiliserades och under 70-talet hade förbundet, under ledning av Vilhelm Tell, stort inflytande på utvecklingen inom Socialtjänsten i äldre frågor. Förbundet hade samtidigt stora ambitioner att växa i landet. Under 80-talet skedde avvecklades ålderdomshemmen och stora förbättringar skedde inom äldrepolitiken.

Föreningen bytte år 1986 namn till Sveriges Pensionärsförbund (SPF) och den 1 januari 2014 till det nuvarande namnet SPF Seniorerna.

Källa: Wikipedia

# Mäklarhuset



## Ett smartare val för din bostadsaffär

Vill du ha goda råd och samtidigt få en värdering?

Boka en kostnadsfri muntlig värdering idag.

Då får du även rådgivning om hur vi på bästa och tryggast vis hanterar en eventuell försäljning.

Välkommen att kontakta Mäklarhuset i Åsa!



STOLT PARTNER TILL  
SPF SENIORERNA I ÅSA

**CISSI TUORILIN**

Tel: 070-863 60 90  
cissi.tuorilin@maklarhuset.se

**MÄKLARHUSET ÅSA**

Polisvägen 13  
asa@maklarhuset.se  
maklarhuset.se/asa

