

Programblad hösten 2024

Kära medlemmar i SPF Kärnan,

Du håller i din hand, föreningens program för hösten 2024. Vi som ingår i Programgruppen hoppas att du ska tycka att det är ett trevligt och intressant program och att just du ska hitta något som passar dig. Kanske är du intresserad av Helsingborg förr och nu – då får du ditt lystmäte vid höstens första medlemsmöte. Vi följer vår röda tråd med att informera om starka kvinnor i Helsingborg, denna gång gäller det Nanny Palmkvist. Vi fortsätter också med samhällsinformationen, i höst får vi på våra temamöten veta mer om SSRS (Svenska Sjöräddningssällskapet) och naturreservaten i Helsingborgs kommun. I jultid har vi nöjet att hälsa duon History välkommen att musicera för oss, den gruppen har dessutom en anknytning till föreningen... Eftersom vi kommer att hålla till i olika lokaler får du hålla lite koll på tid och plats.



Men innan vi startar upp höstens program ska vi, förhoppningsvis, kunna njuta av en härlig sommar. Föreningen har ju just nu "sommarlov" men som vanligt har vi lite olika aktiviteter på lut, vi skickar ut medlemsbrev med information när det är dags. Det kan bli med kort varsel eftersom vi gärna vill ha bra väder när vi ska vara utomhus, så håll utkik i mejlboxen.

Vi i styrelsen vill också passa på att tacka våra fantastiska aktivitetsansvariga i föreningen och alla ni andra som engagerar er på andra sätt, ni gör ett storartat arbete! Utan någon som helst ersättning ställer ni upp för andra, oförtrutet, gång efter annan. Ni är verkligen föreningens ryggrad och vi är mycket tacksamma för ert engagemang!

Styrelsen i SPF Kärnan vill önska er alla en riktigt fin sommar och säger på återseende till hösten!

Med vänliga hälsningar

Elisabeth Armandt

Ordförande, för styrelsen i SPF Kärnan

medlemsmöten

Möteslokal: Ringstorpsgården, Kurirgatan 1 eller på **Öresundslinjen** som Tycho Brahe eller Aurora från Helsingborg C. **Idrottsmuseet** på Olympia Park.

Aktuella busslinjer till Olympia: Stadsbuss 26 Regionbussar, hållplats Olympia Park.

Aktuella busslinjer till Ringstorp: stadsbuss 2, hållplats S:a Anna Kyrka.

15 augusti "Känn din stad – då och nu"

Torsdagen den 15 augusti på Ringstorpsgården kl.13:30

föreläsning av Catharina Nilsson från Helsingborgs Museum som visar och berättar om gamla bilder från vår stad. Vi utforskar platser som Stortorget, Kullagatan och Storgatan.

Pris 95 kr för räksmörgås

19 september "Tura på Tycho Brahe"

Torsdagen den 19 september med Tycho Brahe kl. 12:40

Pris 140 kr för lunchbuffé, dessert, kaffe och biljett. Dryck tillkommer.

21 oktober "Skånska skrönor och rälige historier"

Måndagen den 21 oktober på Ringstorpsgården kl.13:30

föreläsning av Jacques Schultze.

Pris 90 kr.för stekt sillsmörgås öl eller vatten

21 november "Den kompromisslösa Nanny Palmkvist"

Torsdagen den 21 november på Idrottsmuseet kl.13:30

föreläsning av Camilla Bergvall.

Pris 80 kr kaffe lussebullar och pepparkakor.

12 december "Julfest"

Torsdagen den 12 december på Ringstorpsgården kl.13:30

"Vårt 60-tal", underhållning med musikgruppen History.

Jultallrik, glögg, öl eller vatten. Pris 70 kr.



temamöten



Onsdag 4 september

SSRS "Sjöräddningssällskapet – vi räddar liv till havs",

föreläsning av Mikael Sellergren. **Idrottsmuseet** kl.15:00.

Föreningen bjuder på kaffe med kaka!

Tisdag 5 november



"Fredad natur i vår kommun", föreläsning

av Ulrik Alm om naturreservaten i Helsingborgs kommun.

Ringstorpsgården kl.15:00. Föreningen bjuder på kaffe med kaka!

VÄLKOMMEN!

Med reservation för ändringar!

Bindande anmälan till medlemsmötena sker på tel. 0709 45 44 75 eller på e-postadressen medlemsmote@spfkarnan.se senast en vecka före mötet.

Se även annons i HD, digitalt medlemsblad och information på vår hemsida www.spfkarnan.se.

Betala med Swish till 123 349 70 70 eller till BankGiro 5806–1904.

aktiviteter

Nya Aktiviteter!

Vi kan genom vårt samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan starta nya aktiviteter. Starta t ex en studiecirkel om ett resmål och res dit eller få hjälp med din smarta telefon eller padda!



Föreningen söker medlemmar som är intresserade av att starta nya aktiviteter eller ta upp nedlagda, ta kontakt med föreningen.

E-post: spfkarman@telia.com eller på tel: 0708 48 75 57

Boule

Boule spelas inomhus torsdagar kl 09:30 – 11:30 på Jutan, Västra Sandgatan 15. Avgift: 40 kr per gång. *Kontaktperson:*



Boule spelas utomhus torsdagar kl 10:00 – 12:00 på Gröningen hela året, om vädret tillåter. *Kontaktperson: Elisabeth Lilja 0733 44 67 21*

Stick-café



Cirkeln träffas onsdagar kl 13:30 och fortsätter varannan vecka (utom då det är medlemsmöte) sammanlagt åtta gånger.

Vi träffas på Söders Lunchkafé på Nedre Holländaregatan 24.

Kontaktperson: Hjördis Pettersson, tel: 0706 12 06 80 och Britt Hagstrand, tel: 0703 06 88 82.

Hjärnkoll är en studiecirkel för dig som gillar frågesport, måndagar udda veckor kl. 13:00-15:00 Vi träffas på Träffpunkt Sköldenborg, Hebsackersgatan 6.

Kontaktperson: Lennart Bengtsson. E-post: n2.lennart.bengtsson@gmail.com

Walk/Sit and Talk på engelska tisdag udda veckor kl.11:00. För mötesplats se medlemsbrevet!

Kontaktperson: Elisabeth Armandt. E-post: earmandt@outlook.com, tel 0730 76 46 46

Lättgymna SPF Kärnan har en grupp som gympar på Ringstorpsgården onsdagar kl. 11:00.

Kontaktperson: Elisabeth Armandt. E-post: earmandt@outlook.com, tel 0730 76 46 46

På fredagscafétet Söders Lunchkafé, Nedre Holländaregatan 24, kan du träffa nya och gamla medlemmar och lösa världsproblemen mellan kl 10:00 och 11:30.

Gör även ett besök på vårt **måndagscafé på Backhaus** mitt emot Helsingborg C kl.14:00.

Sommarcafé juni – augusti, måndagar på Waynes Coffee på Rådhusstorget kl.14:00.

Tennis på Studs Måndagar i Olympiahallen kl. 14:00 (avgift tillkommer).

Söndagspromenader varannan söndag kl 13:00. Vi tar bussen!



Startdatum och mer information meddelas i medlemsbrevet.

Väntjänst Behöver du hjälp – tag kontakt med Väntjänsten på telefon 0708 48 75.

fler aktiviteter

MUSIK OCH TEATER

TYSTA MARIA
SOM BRÖDER
GRÄNSLAND
OCEANEN VID VÄGENS SLUT
SOPPTEATER
AFTER WORK med soppa på Konserthuset



Ett axplock från Stadsteaterns och Konserthusets utbud!

Vill ni gå på Teatern eller Konserthuset, *kontakta Anne Thunström på tel 0739 50 31 80 eller med e-post till a_thunstrom@hotmail.com*, Anne meddelar planerade teaterbesök i medlemsbrevet. **Anne erbjuder förmånliga teaterbesök under säsongen!**

TURA på SUNDET, LUNCHA på STAN och AFTER WORK

Tura med Sundsbussen *Pernille* sista torsdagen varje månad kl 16:00.
Luncha på stan, andra tisdagen i månaden kl.13:00, se medlemsbrevet för plats.
Afterwork andra fredagen i månaden på Hamnkrogen kl. 16:00.



RESOR

- **Resor annonseras i medlemsbrevet!**

Vårt digitala medlemsbrev utkommer på söndagar, läs det!

Har vi din e-postadress, så du kan ta del av medlemsbrevet?

Medlemsmöten:	Medlemsmötena äger rum på Ringstorpsgården, Kurirgatan 1 eller med Öresundslinjen, Idrottsmuseet på Olympia Park. Trevlig underhållning, en bit mat eller gott kaffe med kaka och lotteri med fina vinster utlovas. Lotteri på entrébiljetten.
Mötestider:	Se under respektive arrangemang. Vi träffas på Ringstorpsgården, Öresundslinjen eller Idrottsmuseet.
När, var, hur?	Medlemsmöten och aktiviteter annonseras i HD under rubriken "Föreningar" samt på hemsidan www.spfkarnan.se och med vårt digitala medlemsbrev till alla medlemmar med e-postadress (mejl).
Programblad:	SPF Kärnans tryckta programblad utkommer två gånger om året. Aktuellt program för SPF Kärnan finns tillgängligt utanför kansliet Kurirgatan1 och på hemsidan. Program från andra SPF-föreningar i Helsingborg finns på hemsidan!
Hitta oss:	Med E-post: spfkarnan@telia.com , Hemsida: www.spfkarnan.se , Facebook: spf seniorerna kärnan .
Kansli:	Ringstorpsgården, DHS, Kurirgatan1, kansliet är numera obemannat, tel: 0708 48 75 57.
Betala:	Betalning till föreningens aktiviteter med Swish till 123 349 70 70 eller BankGiro 5806–1904. Medlemsavgiften betalas till SPF Seniorernas Förbund på bankgiro 505–1743.
Caféer:	På fredagscaféet, Söders Lunchkafé på Nedre Holländaregatan 24, kan du träffa nya och gamla medlemmar mellan kl 10:00 och 11:30! Måndagscafé på Backhaus kl.14:00. Sommarcafé på Waynes Coffee kl.14:00.
Anmälan:	Föranmälan krävs till de aktiviteter som är förenade med avgift. Anmälan är bindande om inte återbud lämnats före anmälningsstidens utgång