

Höstprogram 2024

Månadsträffar med underhållning eller föredrag, friskvårdsaktiviteter, dagsresor, tematräffar, studiecirkel och mycket mer.



Du får aktuell information om aktiviteter i medlemsmejl, på vår [hemsida](#), i SPF-appen och på [Facebook](#).

Ordföranden har ordet

Hej,

vi närmar oss hösten åtminstone kalendermässigt och det är dags för ett nytt program för hösten, med många aktiviteter.

Det är tack vare många goda insatser och engagerade medlemmar som gör att vi fortsatt kan ha ett brett och varierat utbud av aktiviteter. Till alla er som på olika sätt bidragit till föreningen, riktar vi ett stort tack! Är det någon som vill vara med och bidra med sin kunskap, tveka inte hör av er!

Vårt pågående arbete med politisk påverkan sker i det Kommunala Rådet för pensionärs- och funktionshinderfrågor. De viktigaste frågorna framför allt är bostadsbyggande, miljöer och äldreomsorg anpassade för seniora behov och önskemål.

Höstens program innehåller en mix av aktiviteter, det finns en del nya cirklar och aktiviteter, b.l.a. musikunderhållning med blandat innehåll allt från opera till Niclas Strömstedt.

Vi har redan startat upp med höstens vandringar i mitten av augusti, samt en resa i början av september för att se en show. Den handlar om Anita Lindblom & Gunnar Wiklunds musik.

Vårt mål är att alla medlemmar kan hitta något som passar dem.

Ha en trevlig läsning och en fin höst!

Björn, ordf.

Program hösten 2024

Programmet innehåller månadsträffar med underhållning eller föredrag, friskvårdsaktiviteter, dagsresor, tematräffar, studiecirkelar m.m.

Syftet är att vi skall ha ett intressant och blandat utbud för alla medlemmar.

Avgiften för våra månadsträffar är 80 SEK tills vidare, med undantag för några speciella tillfällen då särskild avgift tillämpas. Möteslokalen varierar och framgår av respektive inbjudan. Vi har lotteriförsäljning på våra månadsträffar.

Vi vill ha anmälan om deltagande, så att vi kan planera lokal samt fika, mat m.m.

Om du har en god vän som inte är medlem, så kan du bjuda med henne/honom på vissa aktiviteter/evenemang, som du själv deltar i. Vi hoppas naturligtvis att din gäst tycker att det är trevligt och väljer att bli medlem i SPF Seniorerna Tjörn. Läs mer om medlemsförmåner på vår [hemsida](#)

Du kommer att få aktuell information om aktiviteter och program via e-post. Anmäl ny/ ändrad e-postadress och/ eller mobilnummer till Jan Magnusson. Det gör du genom att mejla magnusson_jan@telia.com eller sms:a/ ringa på 0768-19 64 06.

Har du några frågor/ tankar eller nya idéer om vår verksamhet är du alltid välkommen att kontakta någon i styrelsen. Kontaktuppgifter hittar du längre fram i programmet och på vår hemsida.

Du kan också mejla till tjorn@spfseniorerna.se.

Månadsträffar med föredrag eller underhållning

5 sept. kl. 18 00 Hembygdsgården Bräcke

Lilla Bandet ” Sveriges minsta orkester ”underhåller med humor, musik, spelglädje och spontan allsång. Ulrika och Johan spelar Sven Ingvars, schlagers från 50 - 60-talet, rock'n'roll m.m.

10 okt. kl. 18 00 Kyrkans hus, Kållekärr

Föredrag av VD Patrik Davidsson och Martina Lundqvist från Swede Ship Marine berättar om vad varvet gör idag och dess 130 åriga historia. Swede Ship Marine, tidigare Djupviks varv tillverkar fartyg, huvudsakligen i aluminium och [komposit](#), i storlekar upp till 40 meter, till bland annat [marinen](#), [sjöräddningen](#) och kustbevakningen i Sverige och andra länder.

14 nov. kl. 18 00 Kyrkans hus, Kållekärr

VD Torbjörn Wedebrand, presenterar verksamheten vid Wallhamn AB, som många av oss har en relation till. Han kommer även prata om ny teknologi, som ska göra Wallhamn till fossilfri hamn. Den nya anläggningen är planerad att byggas under 2025.

13 dec. kl. 18 00 Hembygdsgården Bräcke

Julfest med Karlssons familjetrio, pappa Evald dragspel, sonen Emanuel gitarr och dotter Elinor sång. De underhåller med julsånger, schlagerpärlor, quiz och spontan allsång.

Anmälan, som är bindande se kommande inbjudan till respektive träff.

Om du blir sjuk och ej kan delta och måste lämna återbud, gör det till den person som finns i anmälan.

Vid förskottsbetalning återbetalas pengarna endast om du lämnat återbud senast dagen innan träffen, så vi kan erbjuda platsen till andra/ alternativt avbeställa mat m.m.

Evenemang

Inbjudan till respektive evenemang skickas senare under hösten. För anmälan gäller samma regler som månadsträffar. Avbokningsreglerna kan dock variera mellan olika evenemang.

Resor

Höstens första resa går av stapeln redan den 13 september till Lorensbergsteatern och musikföreställningen Anita & Gunnar. Den handlar om ett fiktivt möte mellan Anita Lindblom & Gunnar Wiklund, en musikteater om deras livsöden med många av deras låtskatter!

Separat inbjudan har skickats ut.

Senare i höst kommer vi att arrangera en bussresa och besöka en julmarknad, var är inte klart ännu. Planering pågår för fullt!

Separat inbjudan kommer att skickas ut längre fram!

Vin från Alsace

Vi arrangerar en kväll med tema vinkunskap, den här gången kommer vi att botanisera geografiskt, nämligen Alsace!

Vår guide Per Åkerman har varit i Alsace och har med sig färska smak- och synintryck därifrån. Per kommer att berätta om viner från regionen och dess druvor.

Vi får provsmaka på olika viner med lite tilltugg efteråt.

Plats: Lokal meddelas senare

Datum 22 oktober kl. 18:00

Separat inbjudan skickas ut.

Evenemang

Musikunderhållning med Kören Ta Ton under ledning av Wojciech Gluch

Kom och lyssna på kören TaTon (32 personer) samt Wojciech och hans son Marcin Dominik som bjuder på fyrhändigt pianospel.

Vi kommer att få följa med på en musikalisk resa (lyssna på en blandad kompott) från Hayden, Ouvertyrer, körverk från kända operor, folkvisor till Beatles, Ted Gärdestad, Niclas Strömstedt m.m.

Vi ser fram emot en festfylld underhållning i höstmörkret!

Lördagen den 9 november kl. 16.00 i Akvarellmuseet i Skärhamn.

Separat inbjudan skickas ut!



Digitalisering

Har du din mejl i din smartphone?

Många har mejl i sin dator, men inte i sin smartphone! Det är väldigt bekvämt att ha det i sin smartphone.

SPF informerar mycket via mejl och SPF-appen, både från förbundet, distriktet och lokalt i föreningen.

Vi hjälper dig med att installera mejlfunktion i din smartphone och installera SPF-appen!

Vi kommer att titta på SPF- appen och SPF:s hemsidor och gå igenom funktionerna.

Ni kommer att träffa Patrik Miskin från Moln'it samt Margareta Andersson och Björn A. Malm, SPF Seniorerna Tjörn.

Preliminärt måndagen den 14 oktober kl. 9-12 i Humlan, Kållekärr.

Separat inbjudan kommer.

Vi bjuder på fika!



Digitalisering

Sociala Medier / Facebook och Instagram

Här är träffen för dig som vill förstå syftet med sociala medier och dess bakgrund samt hur man använder det.

Vi kommer att gå igenom, hur man startar konto på olika sociala plattformar, hur man undviker att bli bedragen och lurad på sociala medier, hitta vänner, vad är Gilla (Likea) och hur kommenterar man inlägg och hur man delar inlägg.

Vi kommer att starta med Facebook och Messenger (chattfunktion) som kopplas ihop med Facebook.

Om intresse finns så kan vi ha en ny träff där vi kan svara på frågor samt gå igenom Instagram.

Det kommer också finnas utrymme och tid, så att var och en som deltar kan få praktisk hjälp att komma igång/ eller få hjälp med olika funktioner i Facebook.

Ni kommer att träffa Hanna Hamel och Pauline Olausson som kommer att guida er.

Preliminärt onsdagen den 25 september kl. 10.00 – 12.00.

Anmäl er via sms/ tel. 0702-15 92 12 (Birgitta Söderström). Lokal meddelas i samband med anmälan.



Friskvård

Bordtennis onsdagar kl. 10.00

Lars Andersson tel. 0707-73 09 05. Bordtennislokalen (belägen nära Humlan, Kållekärr). Höstterminen startar den 18 september. Tag med racket och egna bollar.

Boule tisdagar och torsdagar kl. 11.00

Arne Andersson tel. 0703-15 47 85. Boulebanan vid Kroksdalshallen. Höstterminen pågår utifrån aktuella väderförhållanden.

Mattcurling tisdagar och fredagar kl. 13.30

Esse Hansson tel. 0730-57 88 15, Alf Hansson tel. 0705-69 41 64. Höstterminen startar 10 september, kl. 13.30 i Kroksdalshallen, Skärhamn.

Intresse Dart?

Vi har fått förfrågan om att starta en upp Dart (pilkastning), vilket ju är en perfekt aktivitet under vinterhalvåret.

Maila eller skicka ett sms till nedanstående mobilnummer, så får vi reda på hur många som är intresserade.

Är det någon som har erfarenhet av Dart och som kan bidra med kunskap, så hör av dig.

Maila till eller kontakta Arne Lundqvist tel. 0730-981492 eller Lars-Erik Rafstedt tel. 0708-243408.

Friskvård

Kulturhistoriska promenader torsdagar kl. 10.00 om inte annan tid anges.

Henry Hermansson, tel. 070-635 31 55.

Vi promenerar till olika platser, ofta naturreservat eller naturvårdsområden, som man kanske inte annars besöker. Ibland deltar lokala guider och berättar om kulturminnen och annat.

15/8 Härön

Höstens första promenad startar med en halvdag på Härön.

Där har vi möjlighet att äta lunch. (Sill och potatis, kaffe och kaka.)

Parkering vid Linnevikens kl. 09.00. Färjan går kl. 09.30 och hem 12.50 eller 13.20. **Anmälan till Henry 070-6353155 senast 12/8!**

Glöm ej Västtrafikkortet!

22/8 Säby Parkering vid Säbygården.

29/8 Katrinevik Parkering Mölnebo odlingar.

5/9. Skärhamn Parkering vid Boab.

12/9 Sundsby Parkering på stora parkeringen.

Obs! Samåk!

Fler promenader kommer under hösten, de kommer att läggas ut på vår hemsida.

Kursprogram

Välkomna till studiecirklar i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan hösten 2024

Anmälan görs till Studieförbundet Vuxenskolan tel. 010-33 00 900, epost vast@sv.se till alla cirklar senast en vecka innan start.

Flera av våra cirklar är välfyllda, ibland fulla. Om du är intresserad av att delta i någon fulltecknad cirkel tveka inte att tala med cirkelledaren eller/och anmäla dig via Studieförbundet Vuxenskolan så sätter vi dig på väntelista för en ny cirkel.

Om du skulle vara intresserad av att leda en cirkel, kanske inom samma ämne eller om du har egna förslag på ämne, hör av dig till oss. Kontaktuppgifter längst ner i texten.

Stickkafé i Humlan måndagar kl.14.00

10 ggr med start 16/9. Var och en tar med sin stickning eller broderi och eget fikabröd. Så kokar vi kaffe och umgås och hjälper varandra.

Cirkelledare är Birgitta Karlsson tel. 070-5957592.

Gör klart ditt handarbete torsdagar kl.10.00

Vi träffas 10 ggr med start 19/9.

Många av oss har oavslutade handarbeten, som av någon anledning blivit halvfärdiga. Vi träffas hemma hos varandra och gör klart våra stickningar, virkningar, dukar eller vad det nu kan vara.

Frågor till cirkelledare Solveig Rutgersson tel. 070-219 33 89.

Fågelskådning?

Är du intresserad av att lära mer om våra bevingade vänner?

Om du är intresserad sms:a Inga-Lill Jansson, tel. 0707- 60 72 07, så ser vi om det blir tillräckligt intresse för att starta en studiecirkel.

Kursprogram

Litteraturcirkel 1 och 2

Litteraturcirkel 1 på Biblioteket, Skärhamn kl.14.00. Vi träffas 5 tisdagar 10/9, 1/10, 22/10, 12/11 och 3/12.

Frågor till cirkelledarna Ingrid Andersson tel. 072-210 12 12 och Birgitte Fogh tel. 073-595 18 90.

Litteraturcirkel 2 på Biblioteket, Skärhamn kl. 14.15. Vi träffas 5 måndagar 9/9, 30/9, 21/10, 11/11 och 2/12. Vi läser olika litteratur och diskuterar tillsammans våra upplevelser av boken.

Frågor till cirkelledare Majken Lundqvist tel.073-0981492.

Filosofiska diskussioner 1 och 2

Filosofiska diskussioner 1 Vi träffas hemma hos gruppmedlemmarna kl. 13.30 under 5 måndagar 16/9, 7/10, 28/10, 18/11 och 9/12.

Vi läser romaner eller olika typer av litteratur som vi diskuterar med hjälp av filosofiska perspektiv.

Filosofiska diskussioner 2 på Biblioteket, Skärhamn kl. 13.30 under 5 tisdagar 17/9, 8/10, 29/10, 19/11 och 10/12.

Frågor till cirkelledare Dagrún Trewe tel. 070-3046756.

Släktforskning

Vi träffas fredagar på Humlan 7 ggr kl. 10-12 start 20/9.

Cirkelledare Jimmy Hermansson tel. 073-0 97 63 30. Start vid minst fem deltagare. Deltagaravgift krävs för abonnemang på Arkiv digital i 10 veckor. Egen laptop krävs.

Ytterligare information kontakta Studieförbundet Vuxenskolan tel. 010-33 00 900 eller Jimmy Hermansson.

Kursprogram

Fornminnen på Tjörn

Intresserad av historia och Tjörns fornminnen? Cirkeln om fornminnen börjar om på nytt och nya deltagare är välkomna samt de som varit med som deltagare på andra delen. Vi träffas vid fyra tillfällen och har Humlan i Kållekärr som utgångspunkt. Start måndagen 2:e september, kl. 10.00.

Syfte med cirkeln

Lära sig om Tjörns fornminnen, vilket tidshistoriskt perspektiv de har funnits i och vilken geografisk utbredning de har. Olika typer av fornminnen och skilja mellan fasta och lösa fornminnen.

Tillvägagångssätt

Lära sig vad är ett fornminne. Vilken tidsålder det handlar om. I den gemensamma planeringen besöker vi olika fasta fornminnen på Tjörn för att lära oss mer om dessa.

Kostnad: 50 kr för kopior.

Frågor till cirkelledare Lars Rafstedt tel. 070-824 34 08.

Träslöjd tisdagar kl. 08.30 - 11.15

Träslöjd på Tubberödshus, 12 ggr med start 27/8. För nybörjare och för er som har erfarenhet av att jobba i trä. Egna idéer är välkomna så försöker vi förverkliga dem.

Obs! Vi kommer om intresset är stort att starta ytterligare en cirkel.

Frågor till cirkelledare Arne Lundqvist tel. 070-666 21 57

Deltagaravgift 200 kr för samtliga gånger.

Kursprogram

Textilsömnad på Humlan onsdagar kl. 14.00

Här är cirkeln för dig som är intresserad av kläder och som kan lite, men vill ha koll på finesser och/eller få hjälp med idéer om hur du kan sy om/ändra plagg du har för bättre passform. Vi har tillgång till en symaskin men tag gärna med egen maskin.

Vi träffas onsdagar 2/10, 9/10, 16/10, 23/10, 30/10 och 6/11.

Cirkelledare är Anna-Lena Benzia som är utbildad skräddare och mönsterkonstruktör bistår med kunskap. Frågor, ring Anna-Lena på tel. 070-6670486.

Anhörigcirkel för anhörigvårdare hemma.

Anhörig kan man vara på många sätt, anhörigvårdare kan man bli utan att direkt märka det själv. Ofta innebär det med tiden att hjälpbehovet ökar, både för den som vårdas och den som vårdar. Då är det viktigt att prata om detta & dela sina erfarenheter.

Vi erbjuder en studiecirkel där man kan göra det. Vi träffas fyra gånger och tar upp bl.a. följande: Hur är det att vara anhörigvårdare? Vilken hjälp finns att få och hur hittar man den? Vad händer med oss själva under resans gång? Hur går vi vidare? Egna frågor, erfarenheter och förslag.

Cirkeln startar vid tillräckligt många deltagare (minst 4 stycken)
Frågor/ anmälan till vast@sv.se eller ring 010-33 00 900 – ange arrangemangs nr: 98232.

Tid och plats meddelas senare, men det kommer att vara på dagtid.

Kontaktuppgifter till oss som jobbar med studiecirklar

Majken Lundqvist, lundqvistmajken@hotmail.com , 0730-981492,
Lars Rafstedt, lars.krogerod@gmail.com , 0708-243408,
Arne Lundqvist, arnelundqvist@hotmail.com , 0706-662157

Styrelse 2024

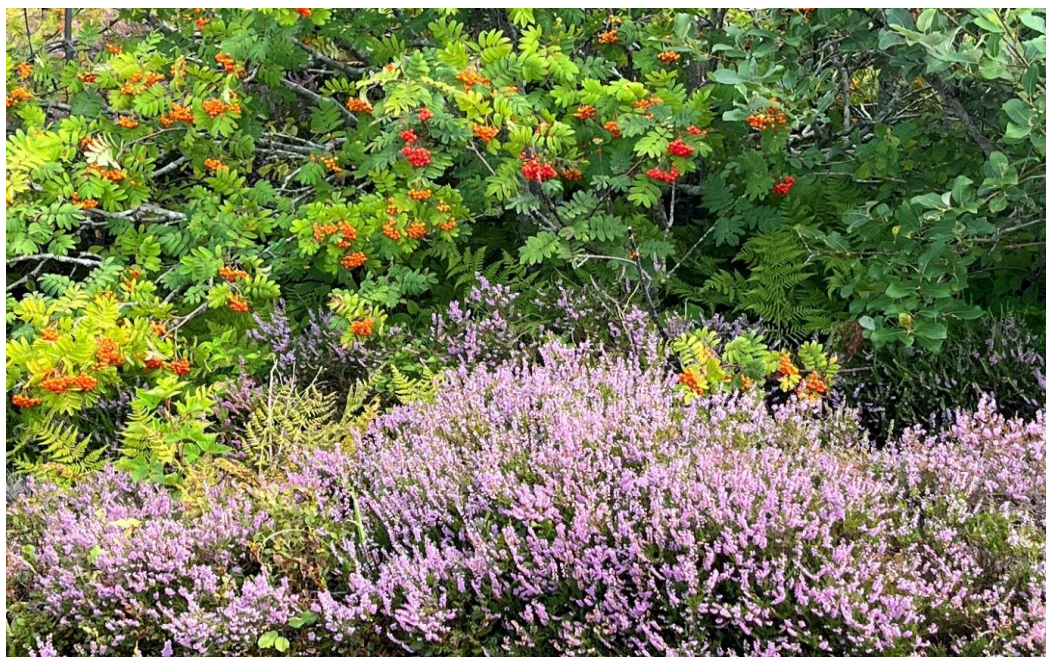
Kontaktinformation till styrelseledamöter

Kontakta oss på föreningens mailadress tjorn@spfseniorerna.se , alternativt kan ni nås oss direkt på nedanstående adresser.

Björn Andersson Malm, ordf.	0703-78 59 00	bjornam@outlook.com
Birgitta Söderström, vice ordf.	0702-15 92 12	bisoder49@gmail.com
Jan Magnusson, medlemsreg.	0768-19 64 06	magnusson_jan@telia.com
Inga-Lill Jansson, sekr.	0707-60 72 07	ingalilljansson56@gmail.com
Ingegerd Hansson, kassör	0703-78 90 67	ingesse1@gmail.com
Gunnar Sandström	0709-74 47 65	gunsan.gunnar@gmail.com
Birgitta Rutgersson	0709-32 49 50	lbrutgersson@gmail.com

Suppleanter

Inga Olsson	073 751 82 29	inga.olsnas@gmail.com
Dagrun Treve	0703-04 67 56	dagrun.trewe@gmail.com





SPF samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan

Studieförbundet Vuxenskolan arbetar för att ge dig ett så rikt utbud av cirklar, föreläsningar och kulturarrangemang som möjligt.

På vår hemsida kan du söka efter cirklar i närområdet som intresserar just dig.

Du är alltid välkommen att kontakta oss om du har idéer, frågor eller synpunkter.

Vårt kontor ligger i Stenungsund och vi har inga fasta kontorstider.

Du kan kontakta oss, så kan vi bestämma ett möte på vårt kontor eller på Tjörn/i Stenungsund.

Du kan ringa eller maila till oss!

SV Väst Stenungsund/Tjörn Kontakt:

C W Borgs väg 4

Växel 010-33 00 900

E-post: vast@sv.se

Hemsida: www.sv.se/vast

Verksamhetsutvecklare

Ann-Marie Myllykangas

Tel. 010-33 00 913

e-post: ann-marie.myllykangas@sv.se