

Program hösten 2024



Mötesplats After Work

Foto: Ewa Nikonoff

SRF
SENIORERNA

Ullevi Björkekärr

Medlemskapet i SPF Seniorerna

Fem starka skäl att vara med i SPF Seniorerna:

- Träffa nya vänner på ett enkelt och trevligt sätt
- Delta i aktiviteter, kurser och resor
- Stödja arbetet för seniorers villkor i samhället
- Åtnjuta både centrala och lokala medlemsförmåner
- Få 9 nummer per år av medlemstidningen Senioren

Våra viktigaste seniorpolitiska frågor:

- En pension att leva på
- Bostäder att åldras i
- Vård och omsorg på lika villkor

Hur blir jag medlem i SPF Seniorerna Ullevi?

Gå in på spfseniorerna.se under "Bli medlem" och fyll i formuläret. Välj medlemskap Ullevi. Tala gärna med våra medlemskontakter.

Se sidan 15.

Medlemsavgift

2025 års medlemskap i SPF Seniorerna Ullevi kostar 315 kr, varav 190 kr går till förbundet, 30 kr till distriktet samt 95 kr till föreningen.

Obs! Medlemsavgiften faktureras från förbundet, men du kan även hos din bank begära betalning via e-faktura.

Kontakta medlemsregisteransvarig om du har frågor om ditt medlemskap. Se sidan 15.

Ladda ned SPF-appen för att få veta vad som är aktuellt!

Bästa medlem!

Välkommen in i vårt nya program för hösten 2024!

Styrelsen tackar så mycket för att du fortsätter att, tillsammans med många andra, stödja vårt viktiga arbete och för att du då är med och ställer upp för alla seniorer. Som medlem i vår förening, SPF Seniorerna Ullevi, är du en mycket viktig person. Det är tillsammans vi kan bli bättre och våra frågor kan få större genomslagskraft i samhället!

Vi hoppas att alla medlemmar, både trogna och nya, ska hitta något intressant i höstens program. Kom gärna till våra månadsmöten, studiebesök och pubträffar och andas in den positiva atmosfären tillsammans med andra medlemmar. Vi har också boule, bowling, bridge, canasta, studiecirklar och även en liten träningslokal i Björkekärrshus. Hoppas att det finns något för alla. Då och då skickar vi också ut mejl innehållande aktuell information.

Vill du nå oss i styrelsen med tankar och idéer så finns våra kontaktuppgifter här i programmet och på vår hemsida www.spfseniorerna.se/ullevi

Löpande information finner du också i vår SPF Seniorerna-app.

Styrelsen önskar dig en riktigt fin sommar med förhoppningen att vi ses på någon trevlig aktivitet till hösten!



Lena Gustafsson
Ordförande

Programinformation

Månadsmöten

Den tredje onsdagen i månaden kl. 11 – ca 13 träffas vi i Redbergskyrkan, Landerigatan 9. Ta spårvagn 1 eller 3 till Stockholmsgatan och därefter en kort promenad. Från Björkekärr går buss 17 till hållplats Härlanda.

Anmälan till månadsmöte

Anmäl senast två dagar före mötet. I första hand till ullevigoteborg@spfseniorerna.se I andra hand som sms eller telefon till Ingegerd Andersson 070-526 06 24.

Avgift: 70 kr erläggs kontant eller med Swish på plats. Den inkluderar kaffe med smörgås och kaka samt underhållning. Ta gärna med en gäst!

Anmälan till övriga aktiviteter

Se under respektive aktivitet vem som tar emot din anmälan. Vid betalning till pg 430 45 78-0 gäller bindande anmälan.

Gemensamt för anmälan till både månadsmöte och aktiviteter

Lämna alltid telefonnummer vid anmälan via mejl. Återkom om du inte fått gensvar på din anmälan inom 2-3 dagar. Avanmäl vid förhinder!

Kontakter om programmet

Har du frågor om programmet kontakta Ulla Frang, programansvarig, se sidan 15.

Augusti

Hamnarnas musik

Månadsmöte 21 augusti kl. 11

Karl Hellervik, intendent vid Sjöfartsmuseet tar oss med på en musikalisk resa. Tango, jazz och pop, men också andra mindre kända musikstilar har uppstått i mötet mellan sjömän världen över. Vi får höra om handelsvägar, musik och människor och något om musikstaden Göteborg. Till bildspel får vi smakprov på olika stilar.



Sjöfartsmuseet har korats till årets museum 2024. Det nyrenoverade museet är väl värt ett besök.

För anmälan se sidan 4.

OBS!

Björkekärrshus kommer inte att ha månads-möten i höst. Köket ska renoveras, vilket påverkar matsalen till viss del. Vi har tyvärr inte kunnat hitta någon lämplig lokal som ersättning. Alla medlemmar är välkomna till månadsmöten i Redbergskyrkan. Kontakta Björkekärrs kontaktpersoner om du har frågor. Se sidan 15.



September

Freadals Gårdskrog i Åsa

Lunch tisdag 3 september



Freadals krog i Åsa är belägen vid Kattegattleden, en av norra Europas finaste cykelleder. Efter lunch kan vi njuta av vattenfallet i trädgården och även ta en promenad längs Åsa havsbad om man önskar.

Foto: Annicka Karlström

Vi samlas klockan 10 på Göteborgs Central och åker med Västtåg till Kungsbacka. Byte till buss 732 mot Frillesås, avstigning Vassbäck. Därefter är det 10 minuters promenad till vårt mål. Kostnad 2 x 36 kr i zon B. Avgångstiden för tåget meddelas vid bekräftelse av anmälan. Lunchen, som i skrivande stund, kostar 135 kr betalas på plats. Vid anmälan ange om du vill ha kött, fisk eller vegetarisk. Begränsat antal.

Anmälan 26 – 27 augusti i första hand till eva.cederqvist@gmail.com
I andra hand via sms eller tel: 073-334 56 97. För mer info se sidan 4.

September – Oktober

”Lev det liv du vill leva”

Månadsmöte 18 september kl 11

Atle Johansen bjuder på en lustfylld föreläsning. Till yrket är han inspirations- och humörscoach samt reseledare. Han vet att med smittsam positiv energi inspirera oss att verka tillsammans med glädje. Atle var också en av deltagarna i vårens säsong av Hotell Romantik och kanske är han Sveriges roligaste norrman!



För anmälan se sidan 4.

Hotel Grand Curiosa

*Studiebesök måndag 7 oktober
och torsdag 10 oktober*

Lisebergs nya hotell lockar med färgsprakande inredning och spännande överraskningar. Följ med in i en annan värld, antingen på bara visning av hotellet eller bara på lunchen eller både och. Välkomna!

Program

- 10.30 Samling i foajén
- 11.00 Visning av hotellet Grupp 1
- 12.15 Gemensam buffélunch i ”Saluhallen”
- 13.30 Visning av hotellet Grupp 2

Kostnad: Lunch 175 kr, betalas med kort på plats. Visning 75 kr betalas till pg 430 45 78-0 senast 30/9. Begränsat antal. Ange önskad grupp!

Anmälan 23-25 september i första hand till ulla.frang@gmail.com / andra hand sms eller tel: 070-741 80 25. För mer information se sidan 4.

Oktober

”Darrar jag så darrar demokratin”

Månadsmöte 16 oktober kl. 11



Kvinnlig åklagare, ett yrke som vuxit fram i det tysta som demokratins försvarare, är viktigare än någonsin. De utsätts för våld, hat och hot, även i våra rättssalar. Deras erfarenheter har efter intervjuer samlats i boken ”Darrar jag så darrar demokratin” av författarna Greta Svensson och Lars Einar Engström. Boken kommer att finnas med till försäljning.

För anmälan se sidan 4.

Modernismens intåg i Göteborg

Guidning på Konstmuseet tisdag 22 oktober kl. 11.30



Jean Heberg.
Orkidéer. 1917.
Foto: H. Sehatlou.

Charlotte Mannheimer var konstnär och drev galleriet Ny konst under förra sekelskiftet. Ett urval av hennes egna verk samt modernisters som Isaac Grünewald, Gösta Sandels och Sigrid Hjertén visas.

Visningen tar 45 minuter. Därefter dagens lunch på At Park. Ange vid anmälan om du önskar lunch.

Kostnad: 70 kr betalas till pg 430 45 78-0 senast 15/10. Entréavgift tillkommer (alt. museikort). Begränsat antal. Utställningen finns i entréplan.

Anmälan senast den 15 oktober i första hand till eva.fredrikson@icloud.com I andra hand sms el. tel: 070-771 68 40. För mer information se sidan 4.

November

Residenset

Studiebesök tisdag 5 november kl. 9.45

Residenset, som är en av Göteborgs äldsta byggnader, uppfördes 1648. Guiden berättar om husets historia, dess konst och vad man i huvudsak använder huset till idag. Visningen tar ca 1 timme och sker i två våningar. Hiss och fällstolar finns. Efter rundvandringen får vi njuta av kaffe och kaka.

Pris: 120 kr. Betalas till pg 430 45 78-0 senast 24/10. Begränsat antal.

OBS! På grund av säkerhet måste alla uppvisa legitimation.

Anmälan 21 – 23 oktober

I första hand till eva.cederqvist@gmail.com I andra hand via sms eller tel: 073-334 56 97. För mer information se sidan 4.

Den svenska sångboken

Lorensbergsteatern torsdag

7 november kl. 19.30

Detta är föreställningen där man hyllar alla de fantastiska artister och låtskrivare som vårt land har med bland annat Kalle Moraeus och Gunilla Backman.

Vi har 15 st. bra biljetter på parkett. Pris: 735 kr betalas till pg 430 45 78-0 senast 20/9.

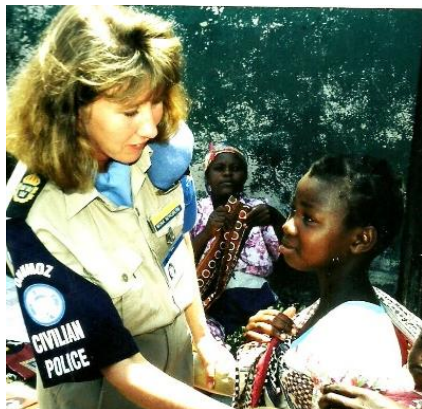
Anmälan 5-8 september i första hand till ker.lin.swe@gmail.com I andra hand via sms eller tel: 070-847 35 31. För mer information se sidan 4.



November

Svensk polis i fredens tjänst

Månadsmöte 20 november kl. 11



Mona Nordberg har arbetat som polis i 42 år. Förutom de varierande tjänster hon haft i Sverige, har hon också under ett trettiotal år arbetat som internationell polis för bland annat FN och EU i ett tiotal länder. Där har hon mött många olika kulturer och arbetat med kollegor från hela världen. Med bilder berättar hon om sina erfarenheter i fredens tjänst.

För anmälan se sidan 4.

Tosca från Metropolitan

Opera på Bio Roy söndag 24 november kl.13

Vi ser Tosca av Puccini, ett drama som väcker starka känslor - kärlek, svartsjuka och ond bråd död. Den norska sopranen Lise Davidsen, som utsetts av New York Times till "århundradets röst", sjunger titelrollen.

Vi har 30 st. biljetter på balkong. I Bio Roy's Deli och Café kan du köpa något gott att äta och dricka i pausen.

Pris: 340 kr betalas till pg 430 45 78-0 senast 11/10.

Anmälan 1-4 oktober / första hand till **ker.lin.swe@gmail.com** / andra hand som sms eller tel: 070-847 35 31. För mer information se sidan 4.

December

Lucia från förskolan

Månadsmöte torsdag 12 december kl. 10.00 – OBS!



Som tidigare år bjuds vi på en värmande stund i vintermörkret med årets röster från Landerigatans förskola.

Vi får därefter besök av **Peter Södergren från Räddningstjänsten** som med bildspel ger oss några tips för att vi ska kunna göra december till en trygg och brandsäker månad.

För anmälan se sidan 4.



Kulturrörelser på gång – följ med!

Abonnemang "Fredag litet" kl. 18 på Konserthuset tillsammans med andra njutare av klassisk musik. Intresserad? Hör då av dig till Kerstin Svensson på sms eller telefon 070-847 35 31 senast 27-30 juni.

Vill någon konstvän ta med medlemmar på en promenad bland gallerier i stan?

Vill någon bokälskare starta en bokcirkel?

Nya idéer är alltid välkomna!
Kontakta Ulla Frang, se sidan 15.



Återkommande aktiviteter



After Work - Pubträffar

Vi träffas sista onsdagen i månaden på John Scott's Palace i Brunnsparken.

Vår hörna är bokad från kl.16.

För information kontakta Lars Höglund tel: 070-752 80 31

Marie Corneliussen och Junis Johansson kan man också träffa på puben. Här på månadsmöte i Redbergskyrkan.

Bowling tisdagar kl. 11

Star Bowling, Odinsgatan 8

Bowling kostar 85 kr/gång. Lån av klot och skor ingår.

För information kontakta: Håkan Andreasson tel: 076-140 06 50

Boule torsdagar kl. 11

Vid hörnet av Läraregatan/Vera Sandbergs Allé

Hållplats: Kapellplatsen. Tag med klot!

För information kontakta: Ewa Nikonoff tel: 070-220 57 73

Litteratur måndagar kl. 11

Verket, Lilla Stampgatan 1A

För information kontakta: Maj-Britt Tillman tel: 072-375 77 32

Fika och film på Aftonstjärnan i distriktets regi

Kaféet öppnar kl. 11 och filmen slutar senast kl. 14.30.

Separat inbjudan sänds ut vid varje tillfälle via mail.

Björkekärrshus

Tävlingsbridge

Onsdagar kl. 14.30 utanför matsalen.

Ledare Carl Ahnfeldt tel: 070-544 30 27

Gösta Hamrin tel: 070-604 18 14



Canasta

Onsdagar kl. 14.30 utanför matsalen.

Ledare Kerstin Ericson tel: 070-221 13 53

Seniorgym

Finns i källarplan och har plats för max 8 personer. Det krävs ingen föranmälan utan det är först till kvarn som gäller. Du kan träna i gymmet en timme inkl. ombyte och det är ett träningspass varje heltimme.

Gymmet är obemannat och du tränar på eget ansvar.

Öppet måndagar - fredagar kl. 8 – 16.

För mer information om gymmet ring samordnaren tel: 031-365 54 37.



Det är populärt med lotteri

På varje månadsmöte finns det många vinster. Inte bara intressanta föredrag utan också chans på att vinna en flaska vin, en bok eller något annat smått och gott. Skänk gärna en vinst ibland. Kontakta Lisbeth Boman som här säljer lotter till Gun van den Bossche.

Utbildning

Hälsocirkeln

Välkommen till denna studiecirkel med fokus på reflektion kring ett hälsosamt åldrande. Studiecirkeln gör vi tillsammans med SPF Seniorerna Örgryte.



*Illustratör Aina van
Segebaden*

Vi utgår från Hälsoguiden för ett hälsosamt åldrande. Guiden betalas av Riks-föreningen Äldres Hälsa med bidrag från Allmänna Arvsfonden.

Plats: Redbergsskolan, Örgatan 6, med gångavstånd från Redbergsplatsen

Startdatum: 24 september

Kurstid: Tisdagar kl. 11 – 13 vid 8 tillfällen

Deltagare: Max 8

Sista anmälningsdag: 16 september

Cirkeln är kostnadsfri.

Cirkelledare: Margareta Andersson och Ingrid Löfstaf

Margareta tar emot frågor och anmälan

E-post: alvsy2016@gmail.com tel: 076-346 54 04

Styrelsen för SPF Seniorerna Ullevi 2024

Lena Gustafsson, ordförande

lena.gustafsson@spfseniorerna.se Tel: 072-222 31 03

Junis Johansson vice ordförande och kassör

junisj@gmail.com Tel: 070-755 58 67

Ingegerd Andersson, sekreterare samt folkhälsa och friskvård

anderssoningegerd35@gmail.com Tel: 070-526 06 24

Åsa Bergman, vice kassör

asakristin1@gmail.com Tel: 070-568 53 09

Ulla Frang, programansvarig

ulla.frang@gmail.com Tel: 070-741 80 25

Gunnel Amonsson, utbildning

gm.amonsson@gmail.com Tel: 076-239 79 19

Kristina Jöby, folkhälsa och friskvård

kristina.joby@gmail.com Tel: 076-316 97 98

Eva Olsson, medlemskontakter

e.k.o@telia.com Tel: 070-816 06 43

Eva Fredriksson, medlemskontakter

e.fredrikson@icloud.com Tel: 070-771 68 40

Kontaktpersoner Björkekärr

Eva Fredriksson

e.fredrikson@icloud.com Tel: 070-771 68 40

Lars-Göran Axelsson

lars-gax@outlook.com Tel: 070-321 02 98

Medlemsregisteransvarig

Lisbeth Mellby

lisbethmellby37@gmail.com Tel: 070-960 99 35

Avsändare
SPF Seniorerna Ullevi
c/o Junis Johansson
Vädursgatan 2 C 412 50 Göteborg

Kalendarium

	Dag	Aktivitet
21/8	Ons	Redbergskyrkan Hamnarnas musik, föredrag
3/9	Tis	Utflykt Freadals Gårdskrog Åsa
18/9	Ons	Redbergskyrkan Atle Johansson, föredrag
7/10 10/10	Mån Tors	Hotel Grand Curiosa, guidning och lunch
16/10	Ons	Redbergskyrkan Åklagares vardag, föredrag
22/10	Tis	Konstmuseet Modernismens intåg
5/11	Tis	Residenset, guidning och kaffe
7/11	Tors	Lorensbergsteatern, Den svenska sångboken
20/11	Ons	Redbergskyrkan Mona Nordberg, föredrag
24/11	Sön	Bio Roy, Tosca från Met
12/12	Tors	Redbergskyrkan, luciafirande samt Peter Söderberg Räddningstjänsten