

Program våren 2025



Foto: Ewa Nikonoff

SRF
SENIORERNA

Ullevi
Göteborg

Medlemskap 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.

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.

Medlemskontakter

Eva Olsson, e.k.o.@telia.com Tel: 070-816 06 43 eller

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

Ansvarig för medlemsregistret

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

Kära medlemmar!

Vi är glada att presentera vårt nya vårprogram för 2025, fullt av aktiviteter och evenemang, som syftar till att stärka gemenskapen och främja vårt intresse för kultur och att få umgås.

Under våren kommer vi som vanligt att anordna månadsmöten med föreläsningar, intressanta studiebesök med mera. Vi hoppas att ni alla deltar och bidrar med era tankar och idéer. Våra kontaktuppgifter finns här i programmet.

Tillsammans ser vi fram emot en inspirerande och lärorik vår!

Löpande information kommer i vår SPF Seniorerna-app och vi skickar mail om något ändras i programmet.

Med vänliga hälsningar från styrelsen
Lena Gustafsson, ordförande



Styrelsen för SPF Seniorerna Ullevi antagen på årsmötet 2024

Namn	Funktion	Mejladress	Telefon
Lena Gustafsson	ordförande	lena.gustafsson@spfseniorema.se	072-222 31 03
Junis Johansson	kassör	junisj@gmail.com	070-755 58 67
Ingegerd Andersson	sekreterare	anderssoningegerd35@gmail.com	070-526 06 24
Åsa Bergman	ledamot	asakristin1@gmail.com	070-568 53 09
Ulla Frang	ledamot	ulla.frang@gmail.com	070-741 80 25
Gunnel Amonsson	ledamot	gm.amonsson@gmail.com	076-239 79 19
Kristina Jöby	ledamot	kristina.joby@gmail.com	076-316 97 98
Eva Olsson	ledamot	e.k.o@telia.com	070-816 06 43
Eva Fredriksson	ledamot	e.fredrikson@icloud.com	070-771 68 40

Programinformation

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

Kontakta gärna Ulla Frang för frågor om programmet. Se sidan 3.

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 tel 070-526 06 24.

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

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. **Obs! Betala först sedan du fått bekräftelse.**

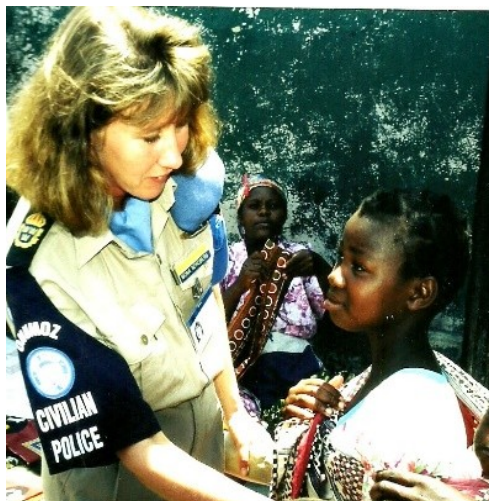
Gemensamt för anmälan till både månadsmöten och aktiviteter

Meddela samtidigt önskan om särskild kost. Återkom om du inte fått gensvar på din anmälan inom 2 – 3 dagar. Avanmäl vid förhinder!

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

Svensk polis i fredens tjänst

Månadsmöte onsdag 15 januari kl. 11



Mona Nordberg fick förhinder att komma till oss i november. I stället får vi nu höra hennes intressanta historia som internationell polis under ett 30-tal år för bl a FN och EU i ett tiotal länder, där 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

Residenset

Studiebesök torsdag 23 januari samling kl. 9.45

Residenset på Södra Hamngatan 1 är en av Göteborgs äldsta byggnader. Huset uppfördes redan 1648.

Vår guide berättar om husets historia, dess konst och vad man i huvudsak använder det 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 16 januari.

Max 25 personer.

OBS! På grund av säkerhet måste alla uppvisa legitimation.

Anmälan 13 – 14 januari i första hand till eva.cederqvist@gmail.com
I andra hand via sms eller tel: 073-334 56 97.

Se även sidan 4

Chalmerska Huset

Studiebesök tisdag 4 februari samling kl. 10

William Chalmers, grundare av Chalmers Tekniska Högskola, flyttade in detta hus 1808.

Vår ciceron Daniel Rydståle börjar berätta för oss om husets spännande historia, medan vi njuter av kaffe med kaka.

Vi följer honom sedan på en guidad vandring runt huset genom vackra matsalar och salonger inredda i tidstypisk stil.

Visningen mellan två våningsplan tar ca en timme. Hiss och fällstolar finns. Adress: Södra Hamngatan 11.



Pris: 243 kr. Betalas på plats med kort. Max 40 personer.

Anmälan 20 – 21 januari i första hand till eva.cederqvist@gmail.com
I andra hand via sms eller tel 073-334 56 97. Se även sidan 4

Aida från Metropolitan

Opera söndag 9 februari kl. 13 på Bio Roy

Skådeplats är Egypten under Faraonernas tid, där Aida slits mellan sin kärlek till Radamès och lojaliteten till fäderneslandet och fadern.

Vi hör den amerikanska sopranen Angel Blue som Aida. Hon sågs senast i tv i årets Last Night of the Proms från Albert Hall. Den polske tenoren Piotr Beczala får vi höra i rollen som Radamès.

Pris: 320 kr. Betalas till pg 430 45 78-0 senast 7 januari. Vi har 20 biljetter.

Anmälan: 2 – 3 januari i första hand till Kerstin Svensson
ker.lin.swe@gmail.com I andra hand som sms eller tel: 070-847 35 31.
Se även sidan 4

Årsmöte

Onsdag 26 februari kl. 11

Separat kallelse kommer!

Fru Lojal - Premiär

Fredag 7 mars kl. 19 på Stora Teatern



I denna nyskrivna musikal möter vi hemmafruarna i 40-talets Göteborg där mörkläggning och ransoneringskuponger är en del av vardagen. Genom ett kollage av livsöden skildrar föreställningen villkoren som de kunde ha mellan beredskapsåren 1941-1946. Vi får följa 6 kvinnor vars liv allt mer vävs samman från fabriksarbetet på SKF till jazzklubben Wauxhall i Masthugget.

Pris: 395 kr. Betalas till pg 430 45 78-0 senast 10 januari. Vi har 20 biljetter.

Anmälan 2 – 3 januari i första hand till Kerstin Svensson
ker.lin.swe@gmail.com I andra hand som sms eller tel: 070-847 35 31.

Se även sidan 4

Åh, ni fantastiska kvinnor! Månadsmöte onsdag 19 mars kl. 11

En musikteater om historiska kvinnor som varit pionjärer och föregångare inom vetenskap och musik samt i kampen för mänskliga rättigheter och lika rösträtt för alla.

Med toner av bland andra Kai Gullmar, Marie Fredriksson, Dolly Parton och Fanny Mendelssohn.

Föreställningen har framförts vid ett flertal tillfällen på Stadsteatern i Göteborg samt turnerat i hela södra Sverige. Nu kommer den till oss i Redbergskyrkan!

På scenen får vi följa Ida Görsh och Tore Sunesson i sång, piano, och skådespel.

För anmälan se sidan 4

Röhsska museet Studiebesök torsdag 27 mars, samling kl. 11

I den nya basutställningen "Designhistorier" från november 2024, får vi nu se cirka 600 föremål med formhistoria från 1861 till idag.



Pris: 75 kr. Betalas till pg 430 45 78-0 senast 17 mars. **Entréavgift 70 kr** betalas på plats om du saknar museikort. Max 20 personer.



Guidning kl. 11.30 sker i andra våningen under ca 50 minuter. Hiss och fällstolar finns. I museets St Agnes Kafé kan du fika/luncha.

Anmälan 10 – 14 mars i första hand till *Eva Fredriksson*
e.fredrikson@icloud.com / andra hand sms eller tel: 070-771 68 40.

Se även sidan 4

Hotel Lorensberg

Tisdag 1 april och onsdag 2 april kl. 8

På Berzeliigatan 15, samlas vi i hotellets lobby. Camilla Hannen ger oss där en kortare introduktion om hotellet och dess historia. Därefter går vi på visning av hotellets våningar, där vi får höra historien kring dess över 100 väggmålningar av Lars Gillis. Vi kommer även att få se ett urval av hotellets gästrum.

Vi avslutar med frukostbuffé i hotellets matsal.

Pris: 199 kr. Betalas på plats med kort. Max 20 personer.

Anmälan 17 – 21 mars i första hand till *Eva Fredriksson*
e.fredrikson@icloud.com I andra hand sms eller tel: 070-771 68 40.

Se även sidan 4

Göteborgs Spårvägmuseum

Studiebesök torsdag 10 april, samling kl. 9.30

Vi får följa spårvägens utveckling i Göteborg i museets utställningshall och under en guddad tur i vagnhallen.

Max 36 personer. Besöket tar ca 1,5 timme.

Adress: J Sigfrid Edströms gata 2.

Hållplats: "Svingeln" med spårvagn och "Vagnhallen Gårda" med buss.



Om du vill förbereda dig före besöket, gå då in på <https://www.ringlinien.org/sv/>

Pris: 40 kr. Betalas på plats med kort eller swish.

Anmälan 24 – 25 mars i första hand till *eva.cederqvist@gmail.com*
I andra hand via sms eller telefon 073-334 56 97.

Se även sidan 4

En resa i tid och rum på stjärnhimlen

Månadsmöte onsdag 16 april kl. 11



Krabbnebulosan

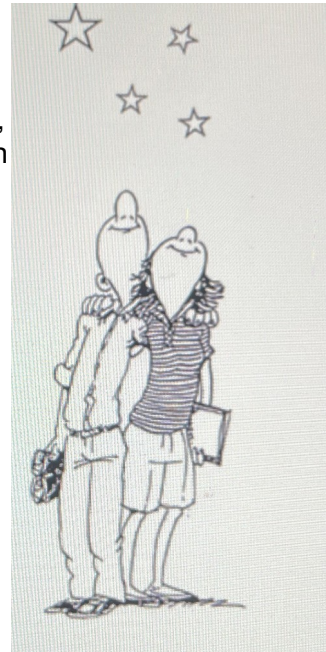
Marie Rådbo, astronom, professor emeritus skriver:

Våra förfäder hade ögon känsliga för stjärnor, och vi ser samma stjärnhimmel än i dag, men våra tolkningar är totalt olika.

Där de såg gudar, ser vi i dag solar, och där de såg suddiga fläckar, nebulosor, ser vi bland annat galaxer.

Våra förfäder trodde även att alla stjärnor låg på samma avstånd, medan vi har lärt oss att universum har ett djup.

Så välkommen på en resa ut i rymden, där vi får bekanta oss med både gårdagens myter och dagens kunskaper, samt även spekulera över vad nytt vi kan lära oss i morgon.



För anmälan se sidan 4

En dag för sinnen

Bussresa tisdag 6 maj kl. 8 – 18

Vi startar resan från Posthotellet på Drottningtorget och styr kosan mot **Falköping**. Första stoppet blir på charmiga Osterian, där vi får förmiddagsfika och smörgås med tre sorters ost. I den välfyllda butiken kan vi kanske hitta lokala delikatesser att ta med hem.



Efter vårt besök fortsätter vi till **Åsle Tå**, ett levande friluftsmuseum som tar oss tillbaka till svunna tider. Under en guidad rundtur får vi en fascinerande inblick i hur vardagslivet såg ut förr och lär oss mer om lokala traditioner och kultur.

Vi beger oss därefter till **Skara Konsthottell**, där vi avnjuter en välsmakande lunch i trevlig miljö, innan vi går runt och betraktar hotellets enastående konstsamling på egen hand.

Som avslutning på dagen reser vi vidare till **Herrljunga Cider**, där vi välkomnas till ett besök i deras trevliga butik. Här får vi en kort introduktion om verksamheten och dess historia, följt av en uppskattad provsmakning av deras härliga drycker.

Under hela dagen följer oss en kunnig och engagerad reseledare från resans arrangör Rolfs Flyg & Buss.

Pris: 925 kr. Betalas senast 14 mars till pg 430 45 78-0.

Minimum 38 och max 50 resenärer.

Ange behov av särskild kost.

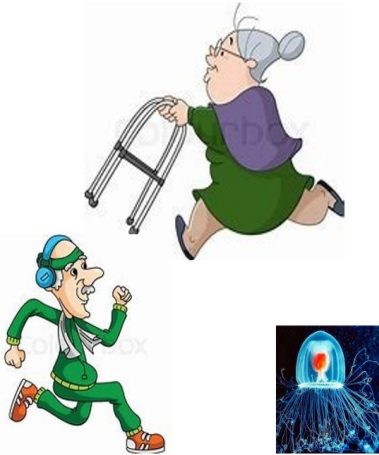
Anmälan 3 – 12 mars i första hand till ulla.frang@gmail.com

I andra hand via sms eller telefon 070-741 80 25.

Bindande anmälan gäller!

För anmälan se sidan 4

Att åldras baklänges Månadsmöte onsdag 21 maj kl. 11



Att åldras
baklänges.....
Hur kan
vetenskapen
förlänga våra liv

LARS ABRAHAMSSON 2024

Vår föreläsare från förra våren, sjukhuskemisten Lars Abrahamsson, återkommer. Denna gång får vi höra om vad vetenskapen känner till idag om orsakerna till ett långt liv och hur vi kan påverka dessa för att erhålla ett långt och friskt liv.

För anmälan se sidan 4

Att göra på egen hand i sommar – förslag

Med Paddan på Sävån. En 2 timmars resa genom ett vackert landskap med rik grönska och fågelliv. Även känt som Göteborgs Amazonas.

Oscar II fort endast öppet 4 dagar per år under månaderna maj – september. Extra festligt på Nationaldagen!

Lödöse museum stod klart 1965 och kunde då ta hand om mängder av arkeologiska fynd. Här finns också en medeltidsinspirerad örtagård, att koppla av i.

Sommarlunch

Onsdag 11 juni kl. 11.30 – 14



Traditionsenligt inbjuder SPF Seniorena Ullevi till sommarlunch på River Restaurant on the Pier.

Vi sitter vid dukade bord i The View, en matsal belägen på plan 2, med en fantastisk panoramavy över hamn och stad.

Vi blir serverade en 2-rätters lunch bestående av dagens fiskrätt inkl salladsskål, stilla och kolsyrat vatten, nybakat bröd samt Rivers val av dessert och kaffe.

Adress: Dockepiren. Ta buss 16 till hållplats Eriksbergstorget, alternativt färja från Stenpiren till Eriksbergs färjeläge.

Pris: 245 kr. Betalas till pg 430 45 78-0 senast 28 maj.

Anmälan 1 – 13 maj i första hand till *Eva Fredriksson*
e.fredrikson@icloud.com

I andra hand via sms eller tel: 070-771 68 40.

Ange behov av särskild kost.

Se även sidan 4

Lotteri



Inför varje månadsmöte har Lisbeth Boman dukat upp ett bord med lottvinster såsom vinflaskor, kaffe, choklad och böcker. Det kan också bli några andra överraskningar som Lisbeths egna alster i form av väskor, kuddar eller förkläden i sprakande färger.

Vill du själv skänka en gåva till lotteriet, tala då med Lisbeth.

Pris: 5 kr. per lott

Aktiviteter i Björkekärrens hus

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. 14.45 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 hel timme. 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.

Övriga 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

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

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.

Utbildning Hälsocirkeln

Välkommen till denna studiecirkel. Vi utgår från Hälsoguiden för ett hälsosamt åldrande. Guiden betalas av Riksföreningen Äldres Hälsa med bidrag från Allmänna Arvsfonden.

Plats: Redbergsskolan, Örngatan 6

Kurstid:Tisdag kl. 11 – 13 vid 8 tillfällen med start 4 februari.

Deltagare: Max 8 personer

Sista anmälningsdag: 28 januari.

Cirkeln är kostnadsfri.

Cirkelledare: Margareta Andersson och Ingrid Löfstaf.

För information kontakta Margareta Andersson

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

B**PP****Sverige, Port Payé**

Ei retur

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

Kalendarium

	Dag	Aktivitet
15/1	Ons	Redbergskyrkan - Svensk polis i fredens tjänst
23/1	Tor	Residenset - Guidning och kaffe
4/2	Tis	Chalmerska huset - Guidning och kaffe
9/2	Sön	Bio Roy - Opera Aida
26/2	Ons	Redbergskyrkan - Årsmöte
7/3	Fre	Storan - Fru Lojal - musikal
19/3	Ons	Redbergskyrkan - Åh, ni fantastiska kvinnor
27/3	Tor	Röhsska museum - Guidning designhistoria
1/4	Tis	Hotell Lorensberg - Guidning konst /frukostbuffé
2/4	Ons	Hotell Lorensberg - Guidning konst /frukostbuffé
10/4	Tor	Spårvagnsmuseum - Guidning
16/4	Ons	Redbergskyrkan - En resa i tid och rum
6/5	Tis	Falköping, Skara & Herrljunga - Vårresa
21/5	Ons	Redbergskyrkan - Att åldras baklänges
11/6	Ons	Restaurant River on the Pier - Sommarlunch