

AKTIVITETER FÖR ÄLDRE VÅR/HÖST 2023

För oss seniorer i Jönköping -
Skärstad-Ölmstad-Örserum-Gränna-Visingsö
Program och aktivitetstips vår/höst 2023



PRO

SENIORERNA

SKPF
pensionärerna



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

E-POST kansli@spf-f.se HEMSIDA www.gemenskap.org

AKTIVITETER FÖR ÄLDRE VÅREN 2023



SPF Seniorerna Örserum hälsar nuvarande och nya medlemmar välkomna till de aktiviteter som vi har planerat under våren 2023. Vår målsättning är att utan politisk eller religiös särprägel mötas till träffar, vandringar, resor i trevlig samvaro och gemenskap. Programmen sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Måndag 16 januari.

Musikquiz och kaffe med dopp med Stefan Rensfeldt i **Hembygdsgården** kl 16.00.

Vi hoppas på stort intresse.

Anmäl dig eller ditt lag till Britt-Marie på tel. 070-300 41 74 senast den 12 januari.

Måndag 6 februari. Missionshuset i Örserum kl. 14.30.

Årsmöte med underhållning av Jan Franzén. Föreningen bjuder på lättare förtäring. Årsmöteshandlingar finns på hemsidan senast två veckor före årsmötet. Motion ska vara föreningsstyrelsen tillhanda senast fyra veckor före årsmötet.

Värdar: Monica och Anders L

Måndag 6 mars. Missionshuset kl. 14.30.

Sjöräddningen från Visingsö berättar om sin verksamhet och kanske visar sin "Svävare".

Värdar: Agneta K de J och Gunilla L

Måndag 3 april. Missionshuset kl 14.30.

Information från Hemtjänsten av Lovisa Aldensjö Lago och av Monika Karlsson, chef på Systembolaget i Gränna. Något gott att dricka utlovas.

Värdar: Inga och Pelle H

Måndag 8 maj. Missionshuset kl 14.30.

Corgi Five Jazzband från Huskvarna spelar och det blir tipspromenad. SPF Seniorerna Tenhultsbygden inbjuds.

Värdar: Eva F och Siw J

Tisdag 6 juni. Nationaldagsfirande vid Hembygdsgården kl. 14.30.

Ta med kaffekorg. Tal och underhållning som vanligt.

Kaffe serveras och lotter säljs vid månadsmötena.

Gåvor till lotterierna mottas tacksamt



AKTIVITETER FÖR ÄLDRE VÅREN 2023

Resor och utflykter

Tisdag den 18 april

Planering pågår för ett studiebesök.

8-12 maj: SPF Seniorerna har Folkhälsovecka i hela Sverige.

Vi återkommer med information om de olika aktiviteterna som erbjuds.

Tisdag den 16 maj

SPF Visingsö inbjuder till bilrally med start kl 10.30 vid Nostalgimuseet. Färja avgår från Gränna kl. 09.30. Vill du ha skjuts? Hör av dig till Britt-Marie på tel. 070-300 41 74

Förslag på sommarresa?

Hör gärna av dig till Gunilla Lydén i resekommitteén på tel. 070-373 86 78.

Övriga aktiviteter

Boule: Säsongen startar i början av maj månad.

Information kommer på Facebook och Hemsidan.

Tisdagspromenad

Varje tisdag kl. 10.00 träffas vi vid Hembygdsgården för en promenad på ca en timma.

Om vädret tillåter dricker vi medtaget kaffe tillsammans.

Vill du inte promenera kan du bara komma och fika med oss.

Övriga friskvårdsaktiviteter genomförs i samarbete med Örserums IK: spinning, core, yoga, qigong och gymnastik. SPF stöder SENIORKLIVET- nya rön om nyttan av fysisk aktivitet för äldre. Hämta ditt aktivitetskort hos Inga Hjort eller någon annan i styrelsen.

Dragning på korten med fina priser kommer att ske i samband med julfesten.

Mycket välkomna till alla våra aktiviteter

Britt-Marie Andersson, ordförande, tel. 070-300 41 74

Anna-Carin Svärd, kassör, tel. 070-368 68 37

Anders Larsson, sekreterare, tel. 070-287 30 65



PRO

SPF
SENIORERNA

SKPF
pensionärerna



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

E-POST kansli@spf-f.se HEMSIDA www.gemenskap.org



Träffpunkten



för Seniorer

Skärstad/Kaxholmen

Våren 2023

- | | | |
|-----------|-------|---|
| Tors 2/2 | 14.30 | Musik och strövtåg bland gamla godingar med Leif Ockander
<i>Lokal: Equmeniakyrkan, Kaxholmen</i> |
| Tors 2/3 | 14.30 | Fredrik Blomqvist berättar och visar bilder från sina äventyr med Göran Kropp
<i>Lokal: Pingstkyrkan, Kaxholmen</i> |
| Tors 13/4 | 14.30 | Härlig 50- och 60-tals nostalgi med Patrik Zander
<i>Lokal: Landsjökyrkan</i>
<i>I samarbete med studieförbundet Bilda</i> |
| Tors 4/5 | 14.30 | Vi gästas av Wetterbrass och Second Hand Brothers!
<i>Lokal: Allianskyrkan, Skärstad</i> |
| Tors 1/6 | 14.30 | Korvgrillning! Christer Möller och Anders Ruberg bjuder på underhållning och allsång!
<i>I samarbete med studieförbundet Bilda</i>
<i>Lokal: Museiparken, Hembygds museét Kaxholmen. Kostnad 40 kr.</i> |

Kaffe med dopp 30 kr

Vi uppskattar om du har jämna pengar. Vi tar swish!

Vid frågor kontakta Ing-Marie Jonsson, 036-106463

Samverkansgruppen Skärstad/Kaxholmen

Äldreomsorgen Jönköpings kommun, SPF, Allianskyrkan, Pingstkyrkan, Svenska kyrkan, Equmeniakyrkan, Röda korset, Skärstad, Skärstad Hembygdsförening.



Träffpunkten



för seniorer Ölmstad

Våren 2023

- | | | | |
|-----|------|-------|--|
| Ons | 22/2 | 15.00 | Med bil och båt genom ett fantastiskt Norge.
Bildspel av Maria och Lennart Erlandsson
Fikat denna gång är goda semlor!
<i>Lokal: Församlingshemmet</i>
I samarbete med studieförbundet Bilda |
| Ons | 22/3 | 15.00 | På väg igen!
Leif Nersäter sjunger och spelar.
<i>Lokal: Pingstkyrkan</i>
I samarbete med studieförbundet ABF |
| Ons | 12/4 | 15.00 | Lennart Axelsson sjunger visor, country och dansband
<i>Lokal: ÖIS-gården</i>
I samarbete med studieförbundet ABF |
| Ons | 10/5 | 15.00 | Musikunderhållning med Tomas Karlsson!
<i>Lokal: Församlingshemmet</i>
I samarbete med studieförbundet Medborgarskolan |

Kaffe med dopp 30 kr

Vi uppskattar om du har jämna pengar. Vi tar swish!
Vid frågor kontakta Ing-Marie Jonsson, 036-106463

Samverkansgruppen Ölmstad

Äldreomsorgen Jönköpings kommun, Ölmstad hembygdsförening, RPG, SPF, Allianskyrkan, Pingstkyrkan, Svenska kyrkan, ÖIS, LRF och ÖRKS.



Seniorcafé



Gränna Våren 2023

- Tor 26/1 15.00 Musik och strövtåg bland gamla godingar
med Leif Ockander
Lokal: Församlingshemmet, Svenska kyrkan
- Tor 23/2 15.00 Christer Möller och Anders Ruberg bjuder
på underhållning och allsång!
Lokal: Storstugan, Equmeniakyrkan
I samarbete med studieförbundet Bilda
- Tor 30/3 15.00 Med bil och båt genom ett fantastiskt
Norge. Bildspel med Erlandsson
Lokal: Församlingshemmet, Svenska kyrkan
I samarbete med studieförbundet Bilda
- Tor 27/4 15.00 Härlig musik från 50- och 60-talet med
Patrik Zander
Lokal: Storstugan, Equmeniakyrkan
- Tor 25/5 15.00 Sång och musik med Rallarna
Lokal: Församlingshemmet, Svenska kyrkan
I samarbete med studieförbundet Bilda

Entré inkl fika 30 kr

Vi uppskattar om du har jämna pengar. Vi tar swish!

Vid frågor kontakta Ing-Marie Jonsson, 036-106463

Välkomna!

Samverkansgruppen Gränna

Åldreomsorgen Jönköpings kommun, SPF Gränna och Örserum, PRO Gränna,
Equmeniakyrkan, Pingstkyrkan, Svenska kyrkan, Adventkyrkan, Röda korset



VÄLKOMMEN TILL HÖSTENS PROGRAM 2023

SPF Seniorerna Örserum hälsar nuvarande och nya medlemmar välkomna till höstens sammankomster. Vår målsättning är att utan politisk eller religiös särprägel mötas till träffar, vandringar, resor och studier i trevlig samvaro och gemenskap. Programmen sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Måndag 7 aug: Silllunch på Örserumsbrunn kl. 13.30. **OBS Tiden!**

Kostnad 200 kr/medlem. Anmälan senast den 30/7 till Britt-Marie Andersson 070-300 41 74 eller Eva Fransson 076-391 51 30.

Värdar: Eva Fransson och Siw Johansson

Måndag 4 sep: Missionshuset i Örserum kl 14.30. Tessan Jigfjord, Missing People, berättar om verksamheten och hur vi ev. kan bidra.

Värdar: Monica och Anders Larsson

Måndag 2 okt: Vi besöker SPF Tenhult och träffas i Kyrkans hus i Tenhult kl. 15.00. Du som kör bil, ta gärna med en kompis som inte har någon att åka med.

Måndag 6 nov: Missionshuset i Örserum kl. 14.30. Eric Moreau med sonen Theo underhåller med bluegrass.

Värdar: Inga och Pelle Hjort

Torsdag 16 nov: Musikquiz med Stefan o Gun Rensfeldt i Hembygdsgården kl. 16.00. Anmälan till Britt-Marie Andersson senast den 12 november.

Måndag 4 dec: Örserumsbrunn kl 13.30. **OBS Tiden.** Julfest med julbord och julprogram. Anmälan senast 26/11 till Britt-Marie Andersson

070-300 41 74 eller Eva Fransson 076-391 51 30. Kostnad 300 kr/medlem.

Värdar: Gunilla o Hasse Lydén

Resor och utflykter, hör gärna av er med förslag.

Sommarens resa går till Öland **den 29-30 augusti**. Det finns några platser kvar om du har lust att följa med. Ring Gunilla tel. 070-373 86 78.

Vi kommer att göra ett studiebesök på Väderstadsverken **den 13 oktober** med start kl. 09.00. Guidad rundtur med tåg. Alla kan åka med. Därefter stannar vi och dricker kaffe eller äter lunch i Väderstad. Anmälan till Inga Hjort tel. 079-337 05 88 senast den 1 oktober.

Övriga aktiviteter:

Boule: måndag och onsdag kl. 15.00 vid tennisbanan i Örserum. Reservation för ev. ändringar.

Tisdagspromenaderna börjar den 15 augusti kl. 10.00. Vi träffas vid Hembygdsgården och slutar där med att fika tillsammans. Kom gärna och fika med oss om du inte vill eller kan gå med. Ev. ändringar meddelas via Facebook.

Övriga friskvårdsaktiviteter genomförs i samarbete med Örserums IK: spinning, core, yoga, qigong och gymnastik.

SPF stöder SENIORKLIVET- nya rön om nyttan av fysisk aktivitet för äldre. Hämta ditt aktivitetskort hos Inga Hjort eller någon annan i styrelsen.

Ta gärna en titt på vår hemsida www.spfseniorerna.se/orserum där vi lägger in kommande program och kanske bilder från senaste träffen. Vi finns också på **SPF Seniorerna Örserums Facebook sida**.

Örserum juni 2023

Britt-Marie Andersson, ordförande, tel. 070-300 41 74

Anna-Carin Svärd, kassör, tel. 070-368 68 37

Anders Larsson, sekreterare, tel. 070-287 30 65

Kaffe serveras och lotter säljs vid månadsmötena. Gåvor till lotterierna mottas tacksamt.

