

PROGRAM våren 2025



Körbärsblommor. Fotot taget av medlem i föreningen.

Innehåll:	Sid	Sid	Sid
SKPF avd. 283	2	Studiecirklar	4
Månadsträffar	3	Studiecirklar	5
Årsmöte	3	Kortspel	6
		Kultur	6
		Friskvård	7
		Avdelningens 2 ben	8

Frågor och anmälningar till studiecirklar och aktiviteter gör du via telefon eller besök till vårt kansli som ligger på Träffpunkt Simonsland, Viskastrandsgatan 5 våning 3, 506 30 Borås

Varmt välkommen med din anmälan!

Öppetider: Mån-tors.

Kl. 10.00-14.00 under perioden 7/1-13/6

Telefon: **076-036 29 24**

E-post: **boras.avd283@skpf.se**

Hemsida: **skpf.se/borasavd283**

Facebook: **SKPF avdelning 283 Borås**

Bankgiro: **5684-6843**

är en öppen och välkomnande förening för ALLA pensionärer
är en partipolitiskt, fackligt och religiöst obunden organisation
erkänner alla människors lika värde, rätt att höras, ses och respekteras
arbetar i kommunen, regionen och på riksplanet för att förbättra villkoren för alla seniorer
erbjuder gemenskap och trivsamt samvaro och livslångt lärande.

Olycksfallsförsäkring: Som medlem är du försäkrad när du deltar i möten och annan verksamhet som SKPF arrangerar. Försäkringen gäller också under resa till och från sådan verksamhet. Mer information på: www.skpf.se

Medlemsavgiften i SKPF avd 283 är bara 165 kr/år.

Använd endast av förbundet utsänd inbetalningsavi eller Kivra för betalning av medlemsavgift.

Dessa pengar går bland annat till:

- påverkansarbete** i kommunen, regionen och på riksplanet för att förbättra villkoren för seniorer.
- aktiviteter** såsom studiecirkel i allmänna ämnen, hantverksgrupper, kortspel, friskvård m.m.
- kulturutbud** musik, föreläsningar m.m. på de träffar och möten som anordnas under året.

Vårt motto är: "Må bra på äldre dar" Välkommen till oss!

Avdelningsstyrelsen

Ulf Stigsson Ordförande **073-46 46 326**
E-post: ulf.stigsson55@gmail.com

Suzanne Gisslander V.ordf. **073-02 78 051**
E-post: suzannegisslanderc@hotmail.com

Håkan Wolf Sekreterare **070-51 04 302**
E-post: hakanwolf@tyfonmail.se

Jörgen Paulsson Kassör **070-59 39 649**
E-post: paulssonjorgen@gmail.com

Ulla Ellerstrand Ledamot **070-62 90 478**
E-post: ulla.ellerstrand@telia.com

Gunilla Axelsson Ledamot **070-82 61 477**
E-post: gunillaaxelsson@live.se

Britt Stigsson Ledamot **076-01 52 272**
E-post: britt.stigsson.kia@gmail.com

Lars-Gunnar Stenholm Ersättare
E-post: stenne5@yahoo.se

Lisbeth Fransson Ersättare **072-30 92 470**
E-post: limafransson@gmail.com



Ulf



Suzanne



Håkan



Jörgen



Ulla



Gunilla



Britt



Lars-Gunnar



Lisbeth

Är du intresserad av att hjälpa till i föreningen som förtroendevald, cirkelledare eller på vårt kansli är du välkommen att höra av dig till ordförande Ulf Stigsson.

MÅNADSTRÄFFAR



Plats: Träffpunkt Simonsland lokal Åsikten.
De startar alltid kl 15.00. Entréavgift 80:- (inkl. fika)
Anmälan görs till kansliet senast tisdagen före.
Ev. specialkost meddelar du när du anmäler dig!
Gäst tillsammans med den medlem som bjudit in får gratis inträde (1 gång per gäst).

TISDAGEN DEN 14 JANUARI



Blandad dansmusik, ifrån 60-talet till modern tid.

TISDAGEN DEN 11 FEBRUARI

Direkt efter vårt årsmöte kommer Peter Johansson och underhåller oss med både svängiga låtar och visor. Peter har Träffpunkt Simonsland som arbetsplats och är också känd som "Rocktrubaduren".



TISDAGEN DEN 11 MARS



Jörgen T Larsson

Förverkligade sin dröm om att färdas jorden runt, utan att flyga när han blev pensionär. Han berättar, visar bilder och sjunger sånger om sitt 177 dagar långa äventyr.

TISDAGEN DEN 8 APRIL

Henrik Olausson Palm

Henrik underhåller med musik i form av schlagers och roliga visor. Dessa blandas med mycket humor och historier ur det sanna livet.
Vi avslutar med Påsklotteriet med många och fina priser.



TISDAGEN DEN 13 MAJ



... bjuder alltid på fart och fläkt med en blandning av svensktopp, schlager och dansband!

ÅRSMÖTE med efterföljande månadsträff - 11 FEBRUARI kl. 15.00

Alla medlemmar hälsas välkomna till avdelningens årsmöte.

Handlingar till mötet finns tillgängliga på kansliet från den 4 februari och i möteslokalen 1 timma före mötet.

Obs! ingen avgift.

För att fikat ska räcka till så anmäl ditt deltagande!



STUDIECIRKLAR allmänna ämnen



Våra fåglar

I vår fortsätter vi cirkeln om våra fåglar. Vi kommer att göra utflykter till olika fågeltorn och platser.

5 fredagar

14/3, 28/3, 11/4, 25/4, 9/5

Kl 09.30–12.00

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad 70:- betalas vid start

Ledare: Jörgen Paulsson

070-593 96 49



Släktforskning

Var med när vi dokumenterar våra förfäders liv och leverne i denna cirkel!

7 onsdagar:

22/1, 5/2, 19/2, 5/3, 19/3, 2/4, 16/4

Kl. 13.30-16.00

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad 80:- + 395:- (För Arkiv Digital). Betalas vid start.

Medtag egen dator och mus.

Ledare: Östen Andersson

070-776 40 01



Spanska

Vi vänder oss till dig som kan lite spanska sedan tidigare. Målet är att ge deltagarna kunskaper i enkel vardagsspanska.

6 torsdagar

23/1, 6/2, 20/2, 6/3, 20/3, 3/4

Kl 14.15–17.00

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad: 80:- betalas vid start.

Ev. tillkommer litteraturkostnad
Kontakta gärna cirkelledaren om du är osäker.

Ledare: Monica Cleverup

073-439 90 76



Litteratur

Vi läser några gemensamt utvalda böcker och diskuterar dem.

4 torsdagar:

16/1, 13/2, 13/3, 10/4

Kl 13.30–16.00.

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad: 60:- betalas vid start.

Ev. tillkommer litteraturkostnad.

Ledare: Gunilla Axelsson

070-826 14 77



Klassiska pärlor

Nu fortsätter vi denna cirkel med musik från olika genrer. Populärmusik, klassisk och jazz.

4 onsdagar:

5/2, 19/2, 5/3, 19/3

Kl 10.00-12.30

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad 60:- betalas vid start.

Ledare: Lars Svenningsson

070- 517 89 87

Försök inte lura mig!

En studiecirkel där man kan lära sig agera på bästa sätt för att undvika att bli lurad och utsättas för bedrägerier.

Obs! 2 cirklar under våren, 3 måndagar vardera

Cirkel 1: 24/2, 3/3, 10/3

Cirkel 2: 21/4, 28/4, 5/5

Kl. 13.00-15.15

Plats: Träffpunkt Simonsland. **Ingen kostnad**

Ledare: Britt Stigsson och Lars-Gunnar Stenholm

Kansliet: 076-036 29 24

Ett samarbete mellan:



Polisen

SKPF
pensionärerna



PRO
SENIORERNA

HANTVERKSCIRKLAR

I alla hantverkscirklar kan viss materialkostnad tillkomma utöver angiven cirkelavgift.



Måla akvarell

Akvarellgruppen fortsätter sitt skapande. Nya deltagare välkomnas

Onsdagar varje vecka

12 gånger, plus något studiebesök

Start 22/1 Slut 9/4

Kl 9.30-12.00

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad: 130:- Betalas vid start

Ledare: Marita Andersson

070-728 71 24



Sticka

Ett rogvande handarbete och trivsamt i grupp. Vill du syssla med annat handarbete går det bra.

Tisdagar **10 gånger**

21/1, 28/1, 4/2, 18/2, 25/2, 4/3, 18/3, 25/3, 1/4, 15/4

Kl 13.30-16.00

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad: 120:- Betalas vid start.

Ledare: Marita Andersson

070-728 71 24



Hardangersömnad/broderier

Vi broderar i hardangersöm i trevlig samvaro. Nya deltagare välkomnas.

Onsdagar varje vecka **12 gånger**

Start 22/1 Slut 9/4

Kl. 10.00-12.30

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad: 130:- Betalas vid start

Ledare: Barbro Johansson

073-671 72 28



Hantverk i metaller och pärlor

Vi skapar egna smycken av silver, koppar, pärlor m.m. Vi lagar även egna smycken och ändrar loppisfynd. Nybörjare är också välkomna.

Onsdagar **10 gånger**

22/1, 29/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3

Kl. 09.30-12.30

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad 120:- Betalas vid start

Ledare: Christina Bylander

070-248 51 11



Porlinsmålning

Ett roligt hantverk. **Obs! Medtag eget omålat porlins.** Höjd max 30 cm, diameter 20 cm. Inga förkunskaper krävs.

4 fredagar:

24/1, 7/2, 21/2, 7/3

Kl 09.30-12.00

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad 60:- Betalas vid start.

Kostnad för bränning tillkommer.

Ledare: Marita Andersson

070-728 71 24



Handarbete

Vi tillverkar textila handarbeten och småpynt i andra material som sedan skänks till föreningens lotterier. Nya deltagare välkomnas.

6 onsdagar **varannan vecka:**

15/1, 29/1, 12/2, 26/2, 12/3, 26/3

Kl 14.00-16.30

Plats: Träffpunkt Simonsland

Ingen kostnad.

Ledare: Marianne Ström

073-696 72 62



KORTSPEL



Bridge

Vi träffas 15 gånger på **måndagar start 6/1, onsdagar start 8/1** och **fredagar start 10/1**
KI 10.00-14.00

“Lär dig spela Bridge”

Ta chansen att få lära dig Bridge. (titta, lyssna, spela, ställa frågor).
Varannan vecka - Måndagar Start 13/1
6-8 gånger
KI. 14.15-16.30.

Canasta, *måndag*

Vi spelar Canasta och trivs. Även du som inte spelat Canasta tidigare är välkommen.

14 måndagar Start 13/1 Slut 14/4
KI. 14.00–17.00

Plats: Träffpunkt Simonsland
Kostnad: 140 :- Betalas vid start eller 20 kr/gång.
Ledare: Laila Johansson
070-731 21 52

Canasta, *fredag*

Vi spelar Canasta och trivs. Även du som inte spelat Canasta tidigare är välkommen.

14 fredagar Start 10/1
KI. 10.00–13.00

Plats: Träffpunkt Simonsland
Kostnad: 140 :- Betalas vid start eller 20 kr/gång.
Ledare: Gunilla Axelsson
070-826 14 77
Berit Olsson
070-246 91 54

Anmälan till Bridgegrupperna

är obligatorisk och tas emot av ledarna: *Kerstin & Jan-Åke Werner* 072-187 89 07, 073-091 12 66.

Kostnad 150:- Betalas vid start-
Plats: Hemgården



Whist

Tycker du om detta tysta spel så passa på att komma hit och spela med oss. Whist är även bra minnesträning.

14 onsdagar
Start 15/1 Slut 16/4

KI. 13.30–16.00
Plats: Träffpunkt Simonsland
Kostnad: 140 :- Betalas vid start eller 20 kr/gång.
Ledare: Laila Johansson
070-731 21 52

Samba Canasta

Vi spelar Samba Canasta och trivs. Även du som inte spelat Samba Canasta tidigare är välkommen men du bör ha spelat Canasta tidigare.

14 torsdagar
Start 9/1 Slut 10/4

KI. 10.00.–13.00
Plats: Träffpunkt Simonsland
Kostnad: 140 :- Betalas vid start eller 20 kr/gång.
Ledare: Evelyn Gillberg
070-880 29 83

1985-2025

Jubileumskavalkad “Pärlor från estraden”

Välkommen att fira 40 år med oss!

BORÅS SALONGS ORKESTER

Kören Scenfolket

Jan Hjalmarsson

Marie Arturén

Lördag 1 mars kl. 15.00

Söndag 2 mars kl. 15.00

Medlemspris 375:-
Biljetter beställs och hämtas/betalas på kansliet (först till kvarn gäller)

SAGA
MAT&DRYCK
Österlånggatan 59 BORÅS



Foto. Anna Sigge och Harald Nilsson

FRISKVÅRD

Gammaldans

Vi dansar och har det trevligt tillsammans.

10 måndagar varje vecka

Start 13/1 Slut 17/3

Kl. 9.30-11.30

Plats: Hässlehuset

Våglängdsgatan 5

Kostnad: 120:- eller 20:- / gång.

Betalas vid start.

Ledare: Lars Svenningsson

070-517 89 87



Vattengympa

En uppskattad, hälsosam och "lagom" motion för hela kroppen.

Tisdagar

Start 9/1

Kl 11.00

Plats: Simarenan, Alideberg

Kostnad:

Ett 4-månaders kort ca 800:- plus 100:- för alla gymnastikpass. I 4-månaderskortet ingår som vanligt tisdagspassen i Simarenan. Tag gärna med egen fika!

Kontakt/Instruktör:

Hasse Johansson 033-35 74 26



Qigong 1

10 tisdagar varje vecka

Start 21/1 Slut 25/3

Kl 9.30-10.45

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad 120:- Betalas vid start

Ledare: Ann Marie Källqvist

072-749 04 99

Qigong 2

10 tisdagar varje vecka

Start 21/1 Slut 25/3

Kl 11.00-12.30

Plats: Träffpunkt Simonsland

Kostnad 120:- Betalas vid start

Ledare: Ann Marie Kjällqvist

072-749 04 99

Stavgång

Du kan gå med eller utan stavar.

10 måndagar varje vecka

Start 20/1 Slut 24/3

Kl 9.30.

Plats: Kransmossen.

Ingen anmälan eller kostnad.

Vill deltagarna gå olika fort så delar vi upp oss i grupper. Efter ca 1 timmes promenad finns det fika och samvaro för den som vill.

För information ring:

Bengt Fransson 070-573 71 71



Boule

Tisdagar varje vecka.

Start: 14/1

Samling kl 09.15

Spelstart kl 09.30

Plats: Borås Tennis och Boulecenter.

För information ring:

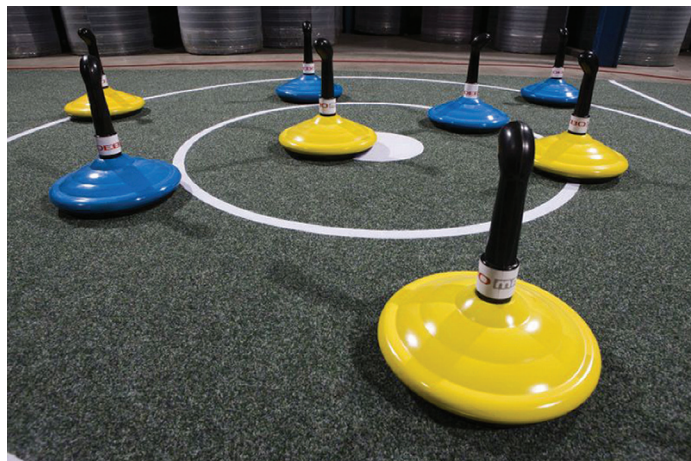
Barbro Magnusson

070-623 36 62

eller

Hans Jarback

073-159 88 80.



Avdelningens två ben

Avdelningens verksamhet kan man likna vid två ben, lika viktiga för att kunna stå stadigt på marken.

Det ena benet är:

- De sociala aktiviteterna, studiecirklar, kortspel, friskvård, kultur, resor och månadsträffar.

Det andra är:

Intressefrågor med syfte att arbeta för en bättre vardag för oss pensionärer i Borås, bl.a. genom att:

- bidra till en kommun där alla äldre ges möjlighet till en omvårdnad och sjukvård som styrs av behoven.

Ingen pensionär i Borås ska behöva kämpa för sin överlevnad. Detta viktiga arbete sker främst i de olika pensionärsråden där vi deltar och samarbetar med andra pensionärsorganisationer vilket skapar bättre förutsättningar till att påverka beslutsfattare i Borås Stad.



Varje medlem som värvar en ny medlem får en Guldkantenlott per värvad medlem med chans att vinna 1 miljon kr.

Meddela kansliet när du värvat en ny medlem, där kommer du också att få din lott/lotter när den nya medlemmen är registrerad. **Lycka till!**

“Medlem värvar medlem” är ett av många sätt att få fler pensionärer att välja medlemskap i vår förening.

Med dessa ord välkomnar jag och övriga styrelsen dig, som antingen är gammal som medlem eller alldeles ny, till vårens verksamhet i SKPF avdelning 283 / Ordförande Ulf Stigsson



Du vet väl att vi finns på Facebook där du kan se både vad som hänt i avdelningen och vad som är på gång.

Sök: **SKPF avd 283 Borås**

Programmets studiecirklar och kulturprogram organiseras i samarbete med studieförbundet ABF.

Ansvarig utgivare: *Ulf Stigsson*. Redaktionskommitté: *Styrelsen*.

Layout: *Anette Lejrin* och *Ulf Stigsson* Tryck: *Etcetera Offset*.