

EVENEMANG VÅREN 2025

AKTIVITETER sid 6 - 12

Badminton – Boule – Bowling - Bridge - Canasta – Gympa - Körsång
- Countryline dance – Måla i Akryl - Stavgång - Vattengympa;

MÖTEN	Medlemsmöte	27 januari
	Årsmöte	13 februari
	Medlemsmöte	10 mars
	Medlemsmöte	9 april
	Funktionärsmöte	28 april
	Medlemsmöte	15 maj

RESOR/ UTFLYKTER

	Danmark	25 februari
	Blekinges pärlor	31 mars
	Udda utflykter	19 april
	Carlsberg, Gavnö	14 maj
	Ven	12 augusti
	Bratislava, Wien	15–19 september

TEATER	Arlövsrevyn	19 januari
	Yoyride	9 februari
	Salome	2 mars
	La Boheme	23 april
	Eva Rydberg	17 augusti

GOLF	Seniorgolfen	23 maj
-------------	--------------	--------

Första anmälningsdag 6 januari 2025, om inte annat anges.

VÅRA ANNONSÖRER

Formtoppen; Näset Juridik; AOB Travel.

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Hej alla medlemmar gamla som nya till vårens aktiviteter.



Nytt för 2025 är att vi ska digitalisera oss mera (så långt det är möjligt), detta för att avlasta våra styrelsemedlemmar som tar emot upp till 600 aktivitets checkar per år till olika event. Mer om detta kan ni läsa inne i programmet.

Mörkret har lägrat sig och november är grått och vått när jag skriver dessa rader. Längtar nu att se vad vårens program erbjuder oss.

Under det kommande året behöver vi några *nya styrelsemedlemmar*. Är du intresserad av att vara med i vår valberedning eller bli vår nya klubbmästare/klubbmästarinna tveka inte att kontakta någon av oss i styrelsen.

Nyheter på aktivitetssidan är att vi kommer igång med *linedans* igen. Dansen kommer att vara hos Marijazz Dansskola på Midgårdsvägen i Höllviken.

Vi fortsätter även med målning med akrylfärg hos Lola i Arrie som var en ny aktivitet i höstas.

Vi kommer också att anordna *bridgekurser* för de som vill lära sig spela bridge.

Vårens program innehåller också som vanligt trevliga teaterbesök och resor med spännande innehåll. Först till kvarn gäller för alla våra arrangemang.

Besök våra medlemsmöten i Ljungkyrkan eller på Smokey´s där vi har intressanta och trevliga program.

Är du golfspelare får Du boka in vår golftävling den 23 maj som i år spelas på Trelleborgs golfklubb.

Hjärtligt välkomna till årsmötet torsdagen den 13 februari på Höllviksnäs möten mat logi (gamla FBU).

Ser framemot att få träffa många av Er under det kommande året.

Många varma hälsningar Gunilla Willsteen

INFORMATION

TELEFONTID - till styrelsen och aktivitetsledare är
måndag till fredag mellan kl. 10.00 och kl. 18.00.

ANSLAGSTAVLOR - föreningens anslagstavlor finner du vid entrén och utanför Hörsalen på Postgården, samt på Toppengallerian och Omtankens Hus, där får du fortlöpande information.

FÖRENINGENS HEMSIDA -

www.spfseniorerna.se/ljungensseniorer

Här finns löpande uppdateringar om föreningens olika aktiviteter.

FÖRENINGSUPPGIFTER

SPF Ljungens Seniorer Höllviken

Organisationsnummer 802445-4228

Elmers väg 2 F, 236 51 Höllviken

Bankgiro-nummer 386-2372

Bankgiro-nummer OCR 598-9132

Swish-kontonummer 123 60 97 869

QR-kod



ADRESSÄNDRING - E-POSTADRESSER

Uppgift om adressändring och ny e-postadress är viktig för att du ska få information från föreningen.

Uppdatera dina uppgifter till oss, genom att ringa eller e-posta föreningens medlemssekreterare, Rose-Marie Levi
tel. 070-267 69 83, e-post: rosmarilevi@gmail.com

Medlemsavgifter

Medlemsavgiften 2025 för huvudmedlem är 400: - och fakturan kommer per post i brevlådan eller till din mailadress från vårt förbund i Stockholm (central uppbörd) med sista betalningsdag 31 januari. Om fakturan inte är betald efter påminnelse till 31 mars, avslutas medlemskapet per automatik.

Vän medlem kan du bli om du är huvudmedlem i annan SPF-förening. Vän medlemsavgiften 2025 är 200: - och fakturan

INFORMATION

utsändes från Ljungens Seniorer under januari till din mailadress eller som brev i postlådan. Om fakturan inte är betald efter påminnelse till 31 mars, avslutas medlemskapet per automatik.

Du får inte deltaga i Ljungens Seniorers aktiviteter/'teater/resor förrän årsavgiften är betald.

AKTIVITETSCHECKAR

Boende i Vellinge kommun (75+) erhåller i början av året från kommunen två checkar á 300: - som kan användas som betalning av aktiviteter som Ljungens Seniorer erbjuder i sitt program med undantag för medlemsavgift och resor arrangerade av resebyrå/bussbolag. I samband med anmälan skriv in checkens nummer (var noga med stora och små bokstäver speciellt 5 och S som är väldigt lika). Checken gäller för kalenderåret och användes inte hela beloppet under kalenderåret, sker ingen återbetalning av resterande belopp.

UTLANDSRESOR

Vid resor inom EU är det viktigt att ha med Försäkringskassans EU-kort (det europeiska sjukförsäkringskortet). Det ger dig rätt till nödvändig akut sjukvård/tandvård i andra EU-länder.

ANMÄLAN

Anmälan är bindande efter sista anmälningdagen, förhinder skall anmälas till ansvarig för aktiviteten och följande gäller:

Din plats lämnas till någon på reservlistan.

Finns ingen reservlista får du själv ordna ersättare (medlem).

I annat fall måste du betala, trots att du inte följer med.

OBS! Det är viktigt att du har avbeställningsskydd i din hemförsäkring.

Du får anmäla max. två personer vid ett tillfälle.

Vid anmälan ange namn, aktivitet, evenemangsdatum, och aktivitetschecknummer om sådan önskas användas.

Faktureras av Ljungens Seniorer eller av annan aktör som är med arrangör. Se på respektive arrangemang.

INFORMATION

SENIORKONTAKT SAMT ÄLDREOMBUD

Att göra en gemensam aktivitet kan göra stor skillnad i vardagen. Seniorkontakterna stödjer och motiverar äldre kommuninvånare att komma ut i en mer långsiktig samvaro.

Vellinge kommun har anställda seniorkontakter och deras uppdrag är att hjälpa och stödja dig till samvaro.

Seniorkontakterna kontaktas via Vellinge Direkt tel. 040-425000 eller hemtjänsten.

Äldre ombud i Höllviken är Lena Holmgren se sid. 38

TRYGGHETS INFORMATION

Ring alltid 112 vid pågående brott. **Ring 114 14** om du vill komma i kontakt med polisen, exempelvis för att lämna tips eller anmäla brott som inte kan anmälas via e-tjänst.

Vi har också *trygghetsvärdar* i kommunen som man kan nå via **tel: 0733 33 61 41**

En trygghetsvärd är en kommunanställd person som genom sin närvaro på utvalda platser i kommunen ska verka för ökad trygghet och förebyggande av oönskade händelser. Du kan lämna trygghetsrelaterade tips till trygghetsvärdarna.

Hantering av QR-kod

1. Tryck på kameran eller appen för QR-läsaren på din mobil eller läsplatta.
2. Rikta kameran mot QR koden.
3. Tryck på länken som kommer upp på skärmen.
4. Fyll i uppgifterna. Fyll i numret på aktivitetens checken /checkarna som du tänker använda.
5. Tryck på skicka.

QR-kod



QR-koden är samma sak som www.spfboka.nu

AKTIVITETER

BADMINTON

Gyahallen – Höllviken måndagar kl. 8.30 – 10.30, året runt.

Badminton är världens snabbaste bollsport som spelas inomhus med en fjäderboll.



Du som lirat tidigare. Välkommen i gänget! Ring Gösta.

Kontaktperson: Gösta Wilson tel. 070-845 29 84

BOULE

Nyckelhålsparcken Höllviken. onsdagar och torsdagar, året runt kl. 10.00–12.00



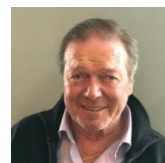
Flory



Ing-Marie



Rolf



Franco

Kontaktpersoner:

Flory Persson	tel. 070-742 33 78
Ing-Marie Larsson	tel. 070-765 49 03
Rolf Jönsson	tel. 076-051 61 68
Franco Levi	tel. 070-979 47 54

AKTIVITETER

BOULE

Nyckelhålsparcken Höllviken onsdagar, året runt
kl. 13.00 – 15.00.

För de som vill prova på, få hjälp eller tips kan komma lite tidigare så hjälper vi till med lite praktisk och teoretisk information.

Kontaktpersoner:

Ann-Sofi Hultberg tel. 072-544 45 25
Franco Levi tel. 070-979 47 54



BRIDGE

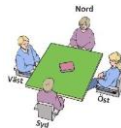
Omtankens Hus. måndagar 13/1 – 28/4 kl. 14.00–17.00



Kontaktpersoner: Lena o. Gustav Jönsson tel. 073-364 83 59

BRIDGE

Hörsalen, Postgården. måndagar 13/1 – 28/4 kl. 13.00–17.00



Kontaktpersoner: Inga Lindelöf tel. 070-937 19 36
Viveka Modig tel. 070-533 24 40

AKTIVITETER

BRIDGE

Hörsalen, Postgården. onsdagar 8/1 – 7/5 kl. 13.00–17.00

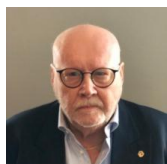


Kontaktperson: Kjell Jeppsson
tel. 073-660 05 45



BRIDGE

Hörsalen, Postgården tisdagar 7/1 – 6/5 kl. 13.00 – 17.00



Partnergaranti



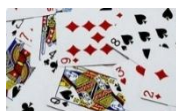
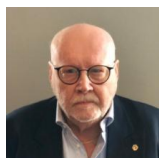
Kontaktpersoner:

Lennart Blomgren
tel. 070-270 63 88

Karin Österström
tel. 070-753 07 28

SOMMARBRIDGE

Måndagar 18/5 – 28/8 kl. 17.00 – 21.00



Kontaktpersoner:

Lennart Blomgren
Tel: 070-270 63 88

Marianne Falk
tel: 0707530728

AKTIVITETER

CANASTA

Omtankens Hus tisdagar 7/1 – 13/5 kl. 14.00 – 17.00



Kontaktpersoner:

Helen Stafshult
tel. 073-344 26 61

Ing-Marie Larsson
tel. 070-765 49 03

Omtankens Hus torsdagar 9/1–8/5 kl. 14.00–17.00



Kontaktpersoner:

Birgit Jönsson tel.
tel 073-831 42 15

Karin Cederåker
tel. 070-205 13 27

SOMMARCANASTA

Omtankens Hus tisdagar 20/5 – 5/8 kl. 15.00-18.00

Kontaktpersoner:

Birgit Jönsson, Helen Stafshult, Ing-Marie Larsson och Karin Cederåker.

AKTIVITETER

GYMPA

Gyahallen torsdagar 16/1 – 3/4 kl. 9.30 – 10.30

Säkert finns det någon i vår förening som tycker det känns skönt att röra på sig. Varför inte prova på vår gympa.

Vår duktiga gympaledare *Carin Larsson* fortsätter leda vår populära seniorgympa. Hon ser till att kroppen får vad den behöver för bättre rörlighet, balans och koordination till medryckande musik. Vi är för närvarande 30 seniorer och har plats för fler så tveka inte, kom och prova på gympa som är anpassad för våra lite stela kroppar och ta del av det sociala.



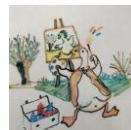
Kontaktperson: Gun-Yvonne Berglund Johnsson tel 070-732 80 04

MÅLA I AKRYL

Prästgårdsvägen 17, Arrie. Torsdagar 23/1 kl. 13.00 – 16.00
antal tillfällen är 8 ggr.

I kursen ingår 5 olika storlekar på uppspända ramar, akrylfärg och penslar av olika storlekar.

- 1 Kunskap om att måla en bild om rutsystem
- 2 Stilleben
- 3 Naturbild, solnedgång med nakna trädgrenar
- 4 Blomsterbukett i vas
- 5 Egna bilder eller önskemål (hav, båtar, strand).
- 6 En porträttbild
- 7 En djurbild
- 8 En "snurrig bild" som roterar i en kartong (abstrakt).



Kontaktperson: Lola Nevhage Grönvall tel. 070-791 82 94

AKTIVITETER

LJUNGKÖREN

Ljungkyrkan, Falsterbovägen 44, Höllviken

tisdagar kl. 10.00 – 11.30 Start tisdagen den 21/1 10 ggr.

Ni som tycker om att sjunga för Er själv lite då och då, kanske på kalas. Varför inte prova på körsång och ta del av körens sociala gemenskap. Vi är för närvarande 25 seniorer och det finns plats för fler.

Hjärtligt välkomna till en ny säsong!

Kontaktperson: Gun-Yvonne Berglund Johnsson
tel. 070-732 80 04



COUNTRYLINE DANCE

Marijazz dansskola, Midgårdsvägen 2, Höllviken

Onsdagar 29/1 – 7/5 kl. 10.45 – 11.30, 12 ggr.

Uppehåll vecka 8 och 16.

Minimum antal dansare för att kursen skall bli av är 10 personer.

MariJazz

Anmälan görs via www.marijazz.se

Kontaktperson: Maria Frejd, tel: 070-487 55 53

E-mail: dansfroken@hotmail.com

AKTIVITETER

STAVGÅNG / LÄTT VANDRING

Nyckelhålsparcken. tisdagar 14/1 – 13/5 kl. 10.00 – 11.00

En motionsform som ger gott om utrymme för social gemenskap. Vi går med eller utan stavar och olika sträckor beroende på väder och vind.

Vårt fina samhälle bjuder på vacker natur som vi kan njuta av var vi än väljer att gå.



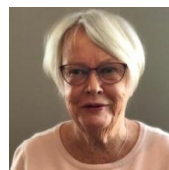
Kontaktperson: Karin Cederåker tel. 070-205 13 27

VATTENGYMPA Vanningen Vellinge

Måndagar kl. 10:30-11:20 med start den 10/2

Eftersom intresset är stort måste alla (även ni som varit med tidigare) anmäla sig per telefon till mig. Medlemskap i Ljungens Seniorer krävs.

Kontaktperson: Margareta Kruse
Tel 070-306 75 59
E-post maggankruse41@gmail.com



JANUARI

Teater

Arlövsrevyn

Söndag den 19 januari 2025 kl.14.00

Tänk vá tiden går – när man har roligt!
En revy med bl.a. Dan Ekberg en komiker och skådespelare som länge stått på Kent Nilssons önskelista.

Äntligen blir det av.
Naturligtvis står Kent och hans alter ego Svea Olsson på scenen. Även Kents dotter Caroline Nilsson är med, så även Birgitta Rydberg är med och roar publiken.

Revyorkester: Lars Linder
Regi Hans-Petter Edh



Pris: 740 kr inkl. buss.
Faktureras av Ljungens Seniorer.

Buss avgår från Höllviksnäs Möten Mat Logi (f.d. FBU) kl. 12.15,
något senare från biblioteket.
Beräknad hemkomst ca kl. 17.30

Ingen förbeställning av mat och dryck, kan endast köpas på plats.

Välkommen med Din anmälan till Gudrun Olsson
E-post: gudrun.olsson@outlook.com eller sms till 072 545 48 12
Ange " evenemangsdatum, namn och ev. aktivitetschecknummer

JANUARI

Medlemsmöte

Måndagen den 27 januari 2025 kl. 14.00

Plats: Ljungkyrkan Falsterbovägen 44, Höllviken



Psykisk ohälsa och psykopater.

Sten Levander som är läkare, professor och rättspsykiater kommer till oss och pratar om tunga och aktuella teman och avslutar med lite läkande gitarmusik.



Vi börjar med en köttbullsmacka, kaffe / te eller vatten.

Pris 80:-

Anmälan senast den 23 januari 2025 på www.spfboka.nu eller med vidstående QR kod.

Alternativ till Mats Rengbo. E-post: rengbo.mats@gmail.com eller SMS till 072-516 27 68, undvik telefonsamtal.

Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens Seniorer.



FEBRUARI

JOYRIDE the musical

Söndag den 9 februari 2025 kl.16.00



Joyride the Musical är en nyskriven FEEL-GOD musikal med musik av legendariska popduon Roxette med världspremiär på Malmö Opera.

En oförglömlig berg och dalbana full av Per Gessles rika låtskatt, med bl.a. Oscar Pierrou Linden i rollerna.

1986 bildade Gessle Roxett tillsammans med Marie Fredriksson

Musik och sångtexter: Per Gessle

Manus: Klas Abrahamsson

Musikaliskt ansvarig och dirigent Joakim Hallin



Pris: 950 kr inkl. buss.

Buss avgår från Höllviksnäs Möten Mat Logi (f.d. FBU) kl. 14.30, något senare från biblioteket.

Beräknad hemkomst ca kl. 19.30

Pausbeställning: Malmö Opera tel: 040-208500, malmoopera.se

Anmälan på www.spfboka.nu eller med vidstående QR kod.

Alternativt E-post: qudrun.olsson@gmail.com eller SMS till 072-545

48 12. Ange "evenemangsdatum, namn och ev.

aktivitetschecknummer". Undvik telefonsamtal.

Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens Seniorer.



FEBRUARI

ÅRSMÖTE SPF Ljungens Seniorer Höllviken

Torsdag 13 februari 2025 Kl. 18.00

Plats: Höllviksnäs Möten Mat och Logi,
Ljungvägen 1, Höllviksnäs



Inbjudan/Kallelse till Årsmötet 2025
kommer att sändas ut till våra medlemmar.

Program:

- × Årsmötesförhandlingar
- × Motioner, styrelsen tillhanda senast 13 januari 2025
- × Information från styrelsen
- × Supé med dryck – Meny presenteras i kallelsen
- × Musikhållning av Sten Stjärnquist



FEBRUARI

Resa till Danmark tisdagen den 25 februari 2025

Klockan kl. 9.00 är det dags för dagens första stopp och förmiddagsfika på Kvarteret Erikstorp i Borstahusen.



Vi åker vidare till Öresundslinjens färja som tar oss till Helsingör och där åker vi vidare till vårt första besöksmål Fredriksborgs slott i Hilleröd.

Vi får vi en guidad rundvisning, ca 1 timme där vi upptäcker slottets historia, imponerande konstsamling och fantastisk trädgård. En pärla i Danmarks kulturhistoria.



Därefter åker vi vidare och det är dags för lunch ca kl. 14.00. Efter maten fortsätter vår resa och ca 16.00 anländer vi till Nivå målningssamlingar där vi får en guidad visning av konstsamlingarna och sedan eftermiddagskaffe.

Sedan återstår hemresan och vi beräknar vara i Vellinge ca 19.30

Pris: 1 525 kr/person vid minst 30 personer.

Resan faktureras av Mårtenssons Buss.

Avresa Höllviken Möten Mat o Logi kl. 8.00, biblioteket kl. 8.05, Vellinge busstation city kl. 8.20.

Anmälan senast: **24 januari 2025** till Ann-Lis Lexryd, annlishviken@gmail.com, 0707-333810.

MARS

SALOME

Söndag den 2 mars 2025 kl.16.00



Opera i en akt av Richard Strauss utan paus.

Strauss mästerverk *Salome* har haft enorm påverkan på 1900-talets musik. Både musiken och handlingen stod i skarp kontrast till tidens traditionella ideal och moral. Publiken hade aldrig hört och sett något liknande.

Operan bygger på Oscar Wildes skandalpjäs med samma namn. Strauss använde ingen librettist utan strök vissa partier av pjäsen och tonsatte därefter Wildes text, översatt från franska till tyska av Hedwig Lachmann.



Huvudrollen görs av den svenska storstjärnan Cornelia Beskow för regi svarar hyllade Eirik Stubö. Även Rickard Söderberg gör en liten roll.

Pris: 930 kr inkl. buss.

Faktureras av Ljungens Seniorer. Inte kontanter eller swish.

Buss avgår från Höllviksnäs Möten Mat Logi (f.d. FBU) kl. 14.30, något senare från biblioteket.
Beräknad hemkomst ca kl. 18.45

Anmälan senast 20 december 2024 på www.spfboka.nu eller med vidstående QR kod.

Alternativt E-post: gudrun.olsson@gmail.com eller SMS till 072-545 48 12. Ange "evenemangsdatum, namn och ev. aktivitetschecknummer". Undvik telefonsamtal.
Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens Seniorer.



OBS! Kort anmälningstid.

MARS

Medlemsmöte

Måndagen den 10 mars 2025 kl. 14.00

Plats: Ljungkyrkan Falsterbovägen 44, Höllviken



Hemberedskap MSB

Från civilförsvaret kommer Bo Hansson och pratar om hemberedskap vad som gäller om krisen skulle komma till oss och vad vi behöver i beredskap och hur vi skall förbereda oss om i fall att.....



Vi börjar med en rostbiffsmacka, kaffe / te eller vatten.

Pris 80:-

Anmälan senast den 6 mars 2025 på www.spfboka.nu eller med vidstående QR kod.

Alternativ till Mats Rengbo. E-post: rengbo.mats@gmail.com eller SMS till 072-516 27 68, undvik telefonsamtal.

Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens Seniorer.



MARS

Resa – Blekinges pärlor.

Måndagen den 31 mars 2025

Resan går mot Ronneby och Café Mandeltårtan. De bakar allt från grunden och endast med de bästa råvarorna. Här väntar vår förmiddagsfika som vi ska avnjuta i genuin miljö.

Vi ska vi få en guidad rundtur där vi får höra lite om Blekinges historia. Efter en intressant rundtur fortsätter vi bland historiska platser, som till exempel Johannihus slott och Edestad kyrka.



Den guidade turen avslutas och vi åker till Eriksberg Vilt & Natur. Här börjar vi med en delikat lunch som avslutas med kaffe och kaka.

Nu är det dags att köra in genom grinden till Eriksbergs Viltpark. Här får vi en guidad tur där vi möter det vilda livet på djurens villkor. Inom området som är Nordens största safaripark vandrar vilda kronhjortar, dovhjortar, visenter, vildsvin och mufflon fritt omkring tillsammans. Vi avrundar vårt besök med en god eftermiddagsfika.



Pris: 1175 kr/person.

I priset ingår resa i modern turistbuss, förmiddagsfika på Café Mandeltårtan, guidning bland Blekinges pärlor, lunch, kaffe & kaka på Eriksberg, entré & guidning på Eriksberg och reseledarservice.

Påstigningsplatser: FBU Höllviken kl. 6.45, biblioteket Höllviken kl. 6.50, busstationen Vellinge kl. 7.00

Sista anmälningsdag den 3 februari till Birgitta Jagorstrand, bjagorstrand@gmail.com, tel. 0706481904. Viktigt att skriva namn, mailadress, mobilnummer samt påstigningsplats. Meddela även om eventuella allergier, kostavvikelser samt om det behövs speciell plats i bussen pga. funktionshinder. Välkomna till en händelserik dag.

APRIL

Medlemsmöte – Mat och underhållning

Onsdagen den 9 april 2025 kl. 14.00

Plats: Smokey Barbecue & Pickles – vid Vikingabyrn

Musik Bingo



Rickard Harletun kör sitt berömda musik bingo.
En kul underhållning med inslag av allsång och glädje.
Där man dessutom kan ha turen att vinna.
Välkomna tillsammans med Rickard att skapa en grym stund.



Meny:

Pannbiff med lök och tillbehör
Starköl eller ett glas vin (15 cl)
Chokladkaka med kaffe

Pris: 300 kr

Anmälan senast den 4 april 2025 på www.spfboka.nu eller med
vidstående QR kod.

Alternativ till Mats Rengbo. E-post: rengbo.mats@gmail.com eller
SMS till 072-516 27 68, undvik telefonsamtal.

Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens
Seniorer.



APRIL

“Udda utflykter” torsdagen den 22 april 2025

Turen går till mindre kända och spännande resmål med en historia bakom ruinerna. Vi har guide med oss som berättar om de olika platser vi skall besöka.

Vårt första besök går till Hyby Bränneri, Hyby som en gång var ett av landets äldsta och minsta privatägda bränneri.



Vi tar en bussfika och åker sedan vidare till Nasoteket i Lund. Där finns en samling av avgjutna näsor från mer eller mindre kända personer som även kan beskådas i profil.

Färden går vidare till platsen för slaget vid Borst, Magnaröd. Där får vi höra om Torstensonska kriget mellan Sverige och Danmark

Därefter är det dags för lunch. Mätta och belåtna fortsätter vi till Listarums Lufttankar, Smedstorp Lufttorkarna i Listarum är något så ovanligt som en sevärighet undertecknad av Trafikverket Sedan vidare till Östra Tommarps Kalkugn, Tommarp. Östra Tommarp hette en gång i tiden Tumathorp och var under medeltiden en välkänd stad med eget myntverk och kloster

Efter all info vilar vi och tar en bussfika. Sist besöker vi Balkåkra kyrkoruin. Ruinen har genom åren sett flera restaureringar som gör den till en av de mer välbevarade medeltida ödekyrkorna på södra Skånes slättmark.

Vi beräknar var hemma igen ca klockan 18.00

Pris: 800 kr / person

Resan faktureras av Kagans Buss.

Avresa Höllviken Möten Mat o Logi kl. 9.00. Biblioteket kl. 9,05 , Vellinge Busstation Centrum kl. 9,20.

Anmälan senast: 10 mars 2025 till Ann-Lis Lexryd,
annlishviken@gmail.com, 0707-333840

APRIL

La Boheme

Onsdagen den 23 april 2025 kl. 19.00



Giacomo Puccinis La Bohème är en av de mest älskade operor. Librettot bygger på Puccinis och Henry Murgers vagabondliv i Paris. Följ med till 60-talets New York i en gripande och färgstark berättelse om kärlek, vänskap, drömmar, passion och popkonst. Operan utspelar sig ursprungligen liksom romanen i 1800 talets Paris.



Pris: 900 kr inkl. buss.
Faktureras av Ljungens Seniorer.

Buss avgår från Höllviksnäs Möten Mat Logi (f.d. FBU) kl. 17.30, något senare från biblioteket.
Beräknad hemkomst ca kl. 22.15

Pausbeställning: Malmö Opera tel: 040-208500, malmoopera.se

Anmälan senast 20 februari 2025 på www.spfboka.nu eller med vidstående QR kod.

Alternativt E-post: gudrun.olsson@gmail.com eller SMS till 072-545 48 12. Ange "evenemangsdatum, namn och ev. aktivitetschecknummer". Undvik telefonsamtal.
Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens Seniorer.

OBS! kort anmälningstid!



APRIL

Funktionärsmöte

Måndagen den 28 april 2025 kl. 10.00

Plats Ljungenkyrkan, Falsterbovägen 44, Höllviken.



Funktionärer och aktivitetsledare hälsas hjärtligt välkomna.

Efter mötet med information och planering för höstprogrammet, bjuder vi som vanligt på någon sorts förtäring.

För att spara tid och arbete för oss alla så ber vi att funktionärerna inkommer med alla uppgifter om dagar, tider och annat som skall tryckas i höstens program 2025 till Gunilla Willsteen.

gunillawillsteen9@gmail.com

Separat inbjudan sänds till alla berörda parter.

Välkomna
Styrelsen



Resa – Carlsberg och Gavnö.

Onsdagen den 14 maj 2025

Vi reser via Öresundsbron till Köpenhamn och Carlsberg. Här får vi en guidad visning i det nya och gamla Carlsberg. Det blir även tillfälle att handla lite souvenirer för den som önskar.



Därefter så beger vi oss mot närliggande Restaurant Bjælkehuset, för att avnjuta en god dansk lunch. Här erbjuds vi även att handla extra dryck för svenska pengar. Därefter åker vi till Gavnö Slott i Naestved. Här har vi möjlighet att strosa runt i vackra omgivningarpå egen hand. En förtrollande tulpan-festival där över en halv miljon unika tulpaner visas upp i äventyrliga färgspel.



Vi ska givetvis även få en eftermiddagsfika innan vår hemfärd.

Imponerade av alla unika blomster och konstverk i historiska miljöer, samlas vi åter i bussen och gör oss redo för hemfärd. Även hemresan går via Öresundsbron och snart är vi åter på svensk mark.

Pris: 1650 kr/person.

Här ingår bro- & vägavgifter, entré samt guidad visning på Carlsberg i Köpenhamn. Lunch, inklusive 1 glas öl/vin eller vatten på restaurang Bjælkehuset i Köpenhamn. Entré samt eftermiddagsfika, Gavnö.

Påstigningsplatser: FBU Höllviken kl. 8.25, biblioteket Höllviken kl. 8.30, busstationen Vellinge kl. 8.45

Sista anmälningsdag den 21 mars till Birgitta Jagorstrand, bjagorstrand@gmail.com, tel. 0706481904.

Viktigt att skriva namn, mailadress, mobilnummer samt påstigningsplats. Meddela även om eventuella allergier, kostavvikelser samt om det behövs speciell plats i bussen pga. funktionshinder.

Välkomna till en händelserik dag i Danmark.

MAJ

Medlemsmöte – Mat och underhållning

Torsdagen den 15 maj 2025 kl. 14.00

Plats: Smokey Barbecue & Pickles – vid Vikingabyn



Italiensk afton

En eftermiddag med god mat och sång.

Gunnlis och Kjell sjunger och spelar allt från italienska schlager och svenska visor om Italien till operätt klassiker och moderna italienska hits. Dom berättar lite roliga anekdoter och blandar solo med allsång



Meny: En lyxig lasagne från **DAPAPA** med salad öl eller vin (15 cl) samt äpeltkaka med vaniljsås.

Pris: 350 kr

Anmälan senast den 6 maj 2025 på www.spfboka.nu eller med vidstående QR kod.

Alternativ till Mats Rengbo. E-post: rengbo.mats@gmail.com eller SMS till 072-516 27 68, undvik telefonsamtal.

Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens Seniorer.



MAJ

SENIORGOLFEN 2025

Trelleborgs Golfklubb
Fredag 23 maj 2025
Första start klockan 09.00



Vem blir 2025 års seniorgolfare?

Vi återvänder till Trelleborgs GK och spelar som vanligt slaggolf, en klass och alla från tee 44.

Startavgift: 100 kr
Tävlingsgreenfee: 240 kr

Medlemmar i Trelleborgs GK och Vellinge GK betalar 100 kr.
Spelare från andra klubbar betalar 340 kr.
Startavgiften inkluderar kaffe och bulle efter 9 hål.

Anmälningstid: 1 april till 9 maj 2025.

Anmälan till Trelleborgs GK, via mejl: kansli@trelleborgsgk.se,
eller tel. 0410-33 04 60.

Ange som referens "**Ljungens Seniorer**".

Anmälan ska innehålla: golf-id, namn och telefonnummer.

Eventuell golfbil bokar du via kansli@trelleborgsgk.se.

Tävlingsledare

Håkan Rafstedt	tel. 070-589 64 98
Anita Torstensson	tel. 070-017 76 98



AUGUSTI

Resa till Ven

Tisdagen den 12 augusti 2025

Vi åker mot Landskrona och kl. 10.00 avgår färjan mot Ven. Vår guide Tommy Lilja tar emot oss och är sedan med oss hela dagen.

Mellan de olika besöksplatserna åker vi buss. Ett stopp för förmiddagskaffe med durumbulle. Durumvetet odlas på ön och bullarna bakas i öns bageri.



Efter fika besöker vi Tycko Braheminnena, inkl Tychos observatorium.

Vi får lunch på Backafallsbyns restaurang. Mätta och belåtna åker vi till Backafallsbyn och där ingår guidad visning i destilleriet.

Vi åker vidare och besöker Sankt Ibbs kyrka från 11-hundratalet. Från kyrkomuren har man en underbar utsikt mot Backafallen, Danmark och Kyrkbackens hamn.

Efter eftermiddagskaffet beger vi oss hemåt. Färjan avgår 16,45 och beräknar hemkomst till Vellinge o Höllviken ca kl.19 00.

Pris / person 1.620 kr (vid minst 26) deltagare.
Resan faktureras av Mårtenssons Buss.

Avresa från Höllviken, Mat o Logi kl. 7.30, biblioteket kl. 7.40 och Vellinge busstation centrum kl. 7.55

Anmälan senast 10 juli 2025. Anmälan till Ann-Lis Lexryd
annlishviken@gmail.com, 0707-333810

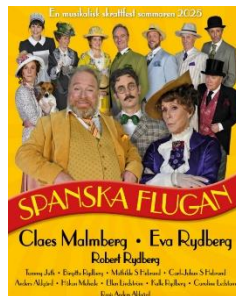
AUGUSTI

”Spanska Flugan”

Söndagen den 17 augusti 2025 kl.16.00 på Sundspärlans friluftsteater.

Spanska Flugan räknas som en av världens bästa komedier. Skrivna av Arnold & Bach och bearbetad i en ny fräsch version av Anders Aldgård, som också regisserar.

Nils Poppe spelade den på Fredriksdalsteatern - 92 och Carl-Gustaf Lindstedt, Inga Gill & Lasse Berghagen gjorde den på Vasan i Sthlm 1981-83.



Nu är det dags för Eva Rydberg & Claes Malmberg. Det verkar bli skrattorkaner på Sundspärlan i sommar.

Övriga medverkande; Kalle Rydberg, Robert Rydberg, Birgitta Rydberg och Tommy Juth mfl.

Tag gärna med picknickkorg som kan avnjutas i den vackra parken.

Pris: 700 kr inkl. buss.
Faktureras av Ljungens Seniorer.

Buss avgår från Höllviksnäs Möten Mat Logi (f.d. FBU) kl. 13.00, något senare från biblioteket.
Beräknad hemkomst ca kl. 19.30

Serveringstält finns i anslutning till teatern, där kan ni förbeställa mat och dryck. Meny finns på www.evarydberg.se tel: 042-183270

Anmälan senast 17 juni 2025 på www.spfboka.nu eller med vidstående QR kod.

Alternativt E-post: gudrun.olsson@gmail.com eller SMS till 072-545 48 12. Ange ”evenemangsdatum, namn och ev. aktivitetschecknummer”. Undvik telefonsamtal.
Efter bekräftad anmälan faktureras av Ljungens Seniorer.



OKTOBER

Resa till Bratislava och Wien den 15-19 september 2025.



Dag 1, Bratislava

Direktflyg kl 9:00 på morgonen från Kastrup till Wien. Vi landar ca 11:30 (preliminära flygtider). Gemensam lättlunch på väg till Bratislava. Incheckning på bekvämt hotell i centrala Bratislava. Vi börjar resan med en kort introduktion i Donaumonarkins historia, samt Österrikes och Slackens nutid och kultur och en guidad promenad i den charmiga gränsstaden Hainburg med vår svensktalande reseledare. Vi åker vidare till Bratislava där vi checkar in på ett hotell nära Donaukanten. Välkomstmiddagen serveras i klanger av traditionell musik.

Dag 2, Bratislava

Vi börjar dagen med en guidad rundtur i den slovakiska huvudstadens centrum. Vår svensktalande guide avslöjar spännande guldkorn om landets och stadens historia och nutid. Därefter blir det fritid för lunch, egna kulturaktiviteter, shopping och middag på egen hand.

Dag 3, Wachaudalen

Vi lämnar Slovakien efter frukost och åker mot Wachaudalen i Österrike. Vi åker på en kort båttur på Donau, bland härliga vinodlingar, praktfulla kyrkor och medeltida fästningar. Lunch i en charmig by och vinprovning hos en lokal vinodlare. På kvällen checkar vi in på vårt centrala hotell i Wien. Middag på egen hand.

Dag 4, Wien

Efter frukost tar vi en guidad promenad i Wien. Vi besöker Stefansdomkyrkan, vi passerar förbi Rathausplatz, Mozarts staty. Operan samt Hofburg. Vi avrundar med en uppvisning av Lipizzanernas morgonrutin på Spanska Ridskolan samt ett besök

på Sisi-museet där vi utforskar Habsburgarnas och kejsarinnans historia och vardag.

Eftermiddagen är lediga för egna strövtåg samt lunch på egen hand.

Avskedsmiddagen serveras i samband med en uppskattad konsert med kända musikaliska stycken av Strauss och Mozart.

Dag 5, Hemresa

Efter frukost finns det lite fritid för en sista-minuten-shoppingrunda.

En privattransfer

tar oss till flygplatsen i god tid för direktflyget som går till Köpenhamn ca 15:00.

Flyg t/r Kastrup-Wien inkl. incheckat bagage. Del i dubbelrum på 3*hotell, inkl. frukost (enkelrumstillägg: 3300 kr), 4 nätter, Frukostar på hotellen, 2 middagar, 2 lättluncher, inkl. vatten och gruppaktiviteter enligt program. Svensktalande reseledare.

Pris 18.900 kr minst 25 resenärer.

Resan faktureras av Experience Transylvania AB

Anmälan senast 14 februari: till Ann-Lis Lexryd

annlishviken@gmail.com, 0707-333810

STYRELSEN – SPF LJUNGENS SENIORER

Ordförande

Gunilla Willsteen

tel. 070-526 15 02

Elmers väg 2 F, 236 51 Höllviken

E-post: gunillawillsteen9@gmail.com



Kassör

Ulf Ståhl

tel. 070-845 43 21

Hasselviksvägen 12, 236 32 Höllviken

E-post: ulf@staber.se



Sekreterare

Tommy Nordquist

tel. 076-845 56 51

Falsterbovägen 28 F, 236 51 Höllviken

E-post: gerdotommy@hotmail.com



Klubbmästare

Mats Rengbo

tel. 072-516 27 68

Lilla Hammars väg 22, 236 37 Höllviken

E-post: rengbo.mats@gmail.com



Medlemssekreterare

Ros-Mari Levi

tel. 070-267 69 83

Elmers väg 3, 236 51 Höllviken

E-post: rosmarilevi@gmail.com



STYRELSEN – SPF LJUNGENS SENIORER

Suppleant

Karin Cederåker

tel. 070-205 13 27

Alviksvägen 42, 236 33 Höllviken

E-post: karin.cederaker@gmail.com



Suppleant

Sven-Erik Månsson

tel. 070-535 00 25

Ekdalsvägen 4, 236 32 Höllviken

E-post: svenerikmansson53@gmail.com



VERKSAMHETSANSVARIGA

Resor - Event

Ann-Lis Lexryd

tel. 070-733 38 10

Smedjevägen 7, 236 32 Höllviken

E-post: annlishviken@gmail.com



Kultur

Gudrun Olsson

tel. 072-5454812

Videholms Allé 1B, 236 35 Höllviken

E-post: gudrun.olsson@outlook.com



REVISORER

Ulla Olsson

tel.070-645 27 41

Norra Gyllenbergsvägen 10, 236 31 Höllviken

E-post: bupoll36@gmail.com



Ann-Lis Lexryd

tel. 070-733 38 10

Smedjevägen 7, 236 32 Höllviken

E-post: annlishviken@gmail.com



REVISORSUPPLEANT

Flory Persson

tel. 070-742 33 78

Falsterbovägen 99, 236 51 Höllviken

E-post: flory.persson@telia.com



KPR-ombud

Birgit Jönsson

tel. 073-831 42 15

Alviksvägen 43, 236 33 Höllviken

E-post: jonssonbirgit283@gmail.com



Lill Kempe

tel. 070-337 80 76

Östra Häggviksvägen 3, 236 32 Höllviken

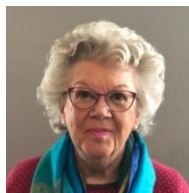
E-post: lill.kempe@gmail.com



VALDA OMBUD

Äldreombud Lena Holmgren

tel. 070-734 76 62
Falsterbovägen 91 A, 236 51 Höllviken
E-post: lenak.holmgren@telia.com



Valberedning

Tjänsterna är vakanta

Programredaktör Sixten Nettrander

tel. 070-549 29 65
Tångvägen 9, 236 37 Höllviken
E-post: sixten@nettrander.com



FÖRENINGENS HEMSIDA
www.spfseniorerna.se/ljungensseniorer

Bokningar
www.spfboka.nu

*Programmet tryckt av
Bloms Tryckeri i Lund*



ANTECKNINGAR

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**LJUNGENS SENIORER
HÖLLVIKEN**