

Föreningen Aktiva Seniorer i Karlskrona
hälsar alla välkomna, speciellt våra nya medlemmar.
"Att ha roligt är en allvarlig fråga"

Föreningen bildades 24 oktober 1995 och för närvarande är vi ca 1100 medlemmar. Hemsidan finns på:
karlskrona.aktivaseniorer.com och uppdateras kontinuerligt.

Anmälning och avbokningar till aktiviteter

Sista anmälningsdatum är 9 augusti. Anmäl dig i första hand på hemsidan, i andra hand via mejl eller sms och i sista hand via telefon till ansvarig för aktiviteten.

Välj först den aktivitet som är mest angelägen för dig och därefter i prioriterad ordning. Detta har betydelse vid lottningen. Om det är viktigt för dig att delta med en viss person, låt **en** av er göra anmälan för båda och anmäl den andra genom att välja Ny individ, då lottas ni tillsammans. Efter lottningen 11 augusti får du en bokningsöversikt över valda aktiviteter, både de som du antagits till och de du står i kö för. Varje individ får en egen bokningsöversikt, använd denna om du vill avboka någon aktivitet. **Obs! Spara denna!**

Anmälningar efter den 11 augusti hamnar i kö och antas i mån av plats.

Avbokning av aktivitet

Varje individ ansvarar för sin avbokning. Du avbokar enklast genom att klicka på krysset efter aktiviteten, som finns i bokningsöversikten eller ta kontakt med ansvarig via mejl i första hand, sms i andra hand och i sista hand telefon. Inga privata överlåtelser av platser får förekomma!

Betalning av medlemsavgift och aktiviteter

Medlemsavgiften för 2026 är 100 kronor per person. Betald medlemsavgift är en förutsättning för deltagande och giltig olycksfallsförsäkring. Alla inbetalningar ska göras till vårt **bankgiro 5584-8261**. På din bokningsöversikt (som du fått via mejl) kan du betala alla aktiviteter på en gång eller välja efter hand som de ska betalas. De aktiviteter som ligger längre fram i tiden kan klickas bort i respektive ruta och kommer att stå kvar till senare.

Återbetalning

Efter sista betalningsdag är anmälan bindande. Det finns tre skäl till återbetalning eller tillgodohavande för en betald aktivitet:

1. Inställd aktivitet.
2. Om du avanmäler dig före sista betalningsdag.
3. Om du avanmäler dig och det finns någon på kö som kan ta din plats.

Om du väljer att ha pengarna till godo så kommer de att användas till betalning av framtida aktiviteter. Vill du hellre få dem återbetalda, gäller om avgiften överstiger 100 kronor. Då måste du meddela ditt kontonummer till vår kassör Jan-Anders Cederfur jananders.cederfur@gmail.com

Vid ändring av dina uppgifter, adress, telefonnummer eller e-post, meddela styrelsen via e-post: fas-karlskrona@minaaktiviter.se

**Glad Sommar
&
Välkomna till höstens
aktiviteter**



Augusti

Båttur med skärgårdsbåten Gåsefjärden.
Torsdag 27 augusti, klockan 15.30.
Fisktorget, Karlskrona.



Skärgårdsbåten Gåsefjärden med besättning tar oss med på en rundtur bland Karlskronas vackra öar medan vi bjuds på lite skaldjur från restaurang Blomlöfs Rökeris "Saltölåda" innehållande havskräftor, räkor, Skagenröra, Västerbottenpaj, aioli och bröd samtidigt som vi smuttar på ett glas vitt vin eller ett glas öl. Åter fisktorget klockan 18.

Begränsat till 95 personer.

Pris 485 kr inkluderar båtresa, skaldjurslåda, vin eller öl.

Ansvarig Magnus Rydh.

September

Kalle och Märta's musteri i Ramdala.
Torsdag 3 september, klockan 10.
Torsdag 10 september, klockan 10.

Anmäl endast ett datum!

Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen till Karlskrona Musteri med gårdsbutik, restaurang och äppelodling. Vi kommer att få höra hur allt började, hur verksamheten är nu och kanske något om framtida planer. Vi gör ett studiebesök på



äppelodlingen, äter en god tvårätters lunch och får möjlighet att handla gårdens varor, lite must eller cider kanske? Beräknad hemkomst klockan 14.

Begränsat till 50 personer.

Pris 320 kronor inkluderar buss, studiebesök och lunch.

Ansvarig Marjo Portin.

GÖTA KANAL – 204 ÅR.

Fredag 11 september klockan 7
till lördag 12 september OBS! 2 dagars-resa



Dag 1; Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen. Medtag egen fika som vi intar på lämpligt ställe vid 10-tiden. Lunchbuffé i Tidaholm cirka klockan 12.30 och därefter besök på Tidaholms bil- och tändsticksmuseum. Sedan checkar vi in på hotell Rattugglan, Mariestad. Klockan 18 startar Räckryssning från Sjötorp ut på Väneren med M/S Bellevue med underhållning på däck. Vi passerar 3 slussar. Fartyget har fullständiga rättigheter.

Dag 2: Frukost, sedan buss klockan 09.30 till M/S Bellevue. Nu väntar en 4,5-timmars guidad kanalkryssning från Sjötorp till Töreboda genom en idyll av växlande landskap med skog, fält med betande kor, gårdar och övrig bebyggelse. Vi passerar 16 slussar med en nivåskillnad på cirka 40 meter. Lunch serveras ombord. Ankomst till Töreboda cirka klockan 15 där bussen väntar för hemfärd. Kaffe och smörgås serveras på bussen hem. Hemkomst Karlskrona cirka klockan 20.30.

Begränsat till 80 personer.

Pris 3 400 kronor per person i dubbelrum, tillägg för enkelrum 700 kronor.

Ansvarig Mona J Rapp.

Vissefjärda Cafe & Choklad, Stallarna och Kyrkeby Bränneri.

Torsdag 17 september klockan 13.

Bussen avgår från Vattenborgen via Angöringen till Vissefjärda.

Här får vi kaffe, en halv ostfralla och får smaka

utsökta chokladpraliner. Vi får se chokladtillverkning och om så önskas inhandla praliner. Därefter besöker vi Stallarna vid Vissefjärda kyrka, här får vi en kort rundvandring och berättelsen om dess historia. Bussen tar oss sedan vidare till Kyrkeby Bränneri med anor från 1700 talet. Efter över 50 år i malpåse



öppnades det igen med sprittillverkning i mindre skala. Det blir en guidning i bränneriet och vi får ta del av dess spännande historia. Som avslutning på besöket äter vi middag och provar snapsar i bränneriets sädsmagasin. Är man sugen så finns möjlighet att köpa med sig en flaska

snaps hem via bränneriets gårdsförsäljning.

Hemkomst cirka klockan 20.

Begränsat till 50 personer.

Pris 860 kronor, inkluderar bussresa, kaffe med praliner, guidning, middag och snapsprovning.

Ansvariga Torbjörn Svensson och Inger Mattsson.

Allsvensk fotboll, Strandvallen, Mjällby.

Söndag 20 september, klockan 13.30.

Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen. Matchen börjar klockan 16.30. Innan matchen har vi ett stopp i Karlshamn med försnack och en måltid. Vi kommer att se

de svenska mästarna Mjällby möta Göteborgslaget GAIS.

När detta program skrivs vet vi inte hur klubbarna ligger till i



Allsvenskan. Oavsett placeringar blir det säkert en spännande match om viktiga poäng. Åter i Karlskrona cirka klockan 20.15.

Begränsat till 50 personer.

Pris 590 kronor, inkluderar bussresa, entré (sittplats på läktare) och måltid.

Ansvarig Benny Petersson.

KVINNOKUNGEN – Kristina skriver om drottning Kristina.

Måndag 21 september, klockan 13.

Militärhemmet, Stortorget 1, Karlskrona.



I år är det 400 år sedan drottning Kristina föddes. Kristina Sjögren är författare och doktor i genusvetenskap och har skrivit två romaner om henne. Hon berättar om sitt skrivande och om hur drottning Kristina gick från att vara kvinnlig kung i Sverige till skandalomsusad superkändis och en maktfaktor i europeisk storpolitik sedan hon abdikert.

Begränsat till 120 personer.

Pris 150 kronor inklusive fika.

Ansvarig Mona J Rapp.

Vinprovning på Blomlöfs Restaurang.

Torsdag 24 september, klockan 18.

Saltö fiskhamn, Karlskrona.

Sommelier Jonas Pettersson och restaurangchef Jonas Karlsson kommer tillsammans med ytterligare medarbetare att skapa en härlig vin- och matmeny för oss. Vi provar fyra vita viner, som skall passa maten bestående av tre rätter.

Smörrebröd á la Blomlöfs med najadlax rökta räkor med aioli, Varmrökt lax med

romsås, dillslungad potatis och rostade rotfrukter samt Helstekt kalkonbröst med



friterad småpotatis, sås och bakad kål. Kaffe med tryffelgodis.
Vi avslutar kvällen cirka klockan 21.
Begränsat till 55 personer.
Pris 880 kronor.
Ansvarig Jane Hildingsson.

Madesjö hembygdsmuseum och Kährs industri, Nybro.

Torsdag 1 oktober, klockan 9.

Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen.

I Nybro besöker vi Kährs, en högteknologisk industri (golv) och Madesjö hembygdsmuseum, ett av Sveriges största.

Det blir en nostalgitripp, som binder ihop nutid och historia. Vi avslutar med lunch på Café Hos Oss i Pukeberg. Här erbjuds även möjlighet att besöka Glasbutiken och pågående konstutställningar.

Hemkomst cirka klockan 16.

Begränsat till 50 personer.

Pris 445 kronor inkluderar buss, guidningar och lunch.

Ansvarig Marjo Portin.



Oktober

Ölprovning och pizzabuffé på Brewery Hotel.

Tisdag 6 oktober, klockan 19.

Tisdag 20 oktober, klockan 19.

Anmäl endast ett datum!

Alamedan 10, Karlskrona.



Provningen börjar med en genomgång av



processen vid öltillverkningen av bryggmästaren Erik. Därefter provar vi tre, av deras egentillverkade öl

och dessutom ett mjöd. Efter provningen äter vi pizza så mycket vi orkar.

Begränsat till 50 personer.

Pris 390 kronor.

Ansvariga Karl-Erik Olsson och Torbjörn Svensson.

”Spionens sista resa” – en bortglömd spionhistoria, där framför allt Karlskrona med skärgård utlämnades till den sovjetiska militära underrättelsetjänsten, GRU.

Föredrag av Göran Janrell.

Onsdag 7 oktober, klockan 13.

Militärhemmet, Stortorget 1, Karlskrona.



Med en bakgrund inom SÄPO och kontraspionaget presenterar Göran Janrell tidigare hemliga dokument i sin bok om marinspionen Hilding Andersson, som 1951 dömdes till livstids straffarbete för grovt spioneri och olovlig

underrättelseverksamhet.

Begränsat till 120 personer.

Pris 125 kronor inkluderar kaffe och kaka.

Ansvarig Inger Mattsson.

Musikalen Legally Blonde, Kristianstad Teater.

Söndag 11 oktober, klockan 10.15.



Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen. Lunch intar vi på Seaside i Åhus.

Föreställningen börjar klockan 15.

Legally Blonde - The Musical är en färgstark, humoristisk och energifylld musikal om Elle Woods, som trotsar omgivningens fördomar när hon tar sig in på Harvard Law School. Med

självförtroende, intelligens, envishet och hjärta visar hon att styrka kan se ut på många sätt - och att man kan lyckas utan att sluta vara sig själv. Legally Blonde är den kompletta musikalupplevelsen med humor, hjärtesorg, show, intriger, nederlag och ett lyckligt slut. I huvudrollen ser vi stjärnskottet Ninni Falk. Hemkomst cirka klockan 19.

Begränsat till 100 personer.

Pris 895 kronor inkluderar buss, måltid och teaterbiljetter.

Ansvarig Mona J Rapp och Inger Mattsson.

Kabusa Lars Lerins museum, Glemmingebro.

Onsdag 14 oktober, klockan 7.30.



Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen. Medtag egen fika som vi intar på Brösarp Backars rastplats. Sedan

går färden vidare till museet som ligger cirka 15 minuters bilfärd öster om Ystad. Här får vi först en guidad tur. I butiken finns ett urval av kort, affischer och böcker av Lars Lerin som inte säljs någon annanstans eller online. Vi åker vidare till Ystad och Grändens mat där vi äter lunch. Härfter blir det egen tid i denna pittoreska stad, innan hemfärd klockan 16.30 Hemkomst cirka klockan 19.

Begränsat till 50 personer.

Pris 660 kronor inkluderar buss, entré, guidning museet samt lunch, kaffe och kaka.

Ansvarig Lena Hansson och Inger Mattsson.

Höstfest

Fredag 23 Oktober klockan 17.30

Skeppsgossen Stumholmen.

Det blir en kväll fylld med god mat, trevligt umgänge, festlig stämning, underhållning och dans så klart. Vi börjar med ett glas bubbel.

En 2-rätters middag serveras inkl. ett glas vin/öl samt kaffe med kaka. Olofsson & Wernersson underhåller.

Pris 495 kr per person.

Varmt välkomna Styrelsen.



HMS Carlskronas och svenska marinens sista långresa 2025. Föredrag av fartygschefen, kommandörkapten Per Ståhl. Tisdag 27 oktober, klockan 13.

Pingstkyrkan, V Köpmangatan 5, Karlskrona. Per berättar om planering och genomförande av resan, vilket blev en jordenruntresa, under nästan sex månader. Resan gick österut via Suezkanalen, med byte av kadetter i Tokyo, sedan via Hawaii (Honolulu), San Francisco



och passage av Panamakanalen och via Atlanten, till Irland för att besöka Cork, som 2005 var kulturhuvudstad.

Återkomst till Karlskrona den 6 juni efter nästan sex månader på världshaven.

Begränsat till 80 personer.

Pris 100 kronor inklusive fika.

Ansvarig Mona J Rapp.

November

Benskröhet, vanliga frakturer hos äldre, artros, knä- och höftledsplastik.

Föredrag av Charlotte och Roland Eigert.

Onsdag 4 november, klockan 14.

Militärhemmet, Stortorget 1, Karlskrona.



Charlotte Eigert allmänspecialist och Roland Eigert ortopedspecialist föreläser om de vanligaste frakturerna hos äldre, benskröhet, ledförslitningar och proteskirurgi. Under och efter föreläsningen finns möjlighet att ställa frågor som berör ämnet.

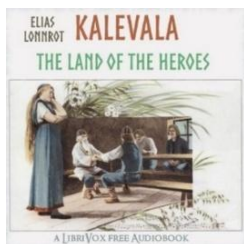
Charlotte och Roland är båda medlemmar i vår förening Aktiva Seniorer i Karlskrona.

Begränsat till 120 personer.

Pris 150 kronor inkluderar kaffe och kaka.

Ansvarig Torbjörn Svensson.

Från Kalevala till Kaj.
Föredrag av Marjo Portin.
Torsdag 12 november, klockan 14.
Folkets hus, Östra Köpmansgatan 24.



Marjo Portin bördig från Österbotten i Finland tecknar med fri hand bilder om finska personligheter och finska konstigheter med mera. Är finländare blyga, fåordiga och melankoliska men ändå världens lyckligaste folk? Vad kan vi lära oss? Vad har bastubad med Litorina folkhögskola att göra? Begränsat till 50 personer.
Pris 100 kronor inkluderar kaffe och kaka.
Ansvarig Marjo Portin.

Joyride på Malmö Opera.
Söndag 15 november, klockan 11.



Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen. På vägen ner till Malmö stannar vi på Elisefarm och intar helgbrunch. Vi fortsätter sedan till Malmö Opera. Feelgoodmusikalen Joyride the Musical, med musik av legendariska popduon Roxette, hade världspremiär på Malmö Opera 2024. Succén kommer nu tillbaka. Duon Per Gessle och Marie Fredriksson, har sålt över 80 miljoner album. Musikalen är inspirerad av Roxettes ikoniska musikvideor och 1990-talets modescen. Föreställningen är en oförglömlig bergochdalbana full av glädje, humor och storslagna dansnummer. Per Gessle är involverad i framtagningen av musikalen. Föreställningen börjar klockan 16, längd cirka 3 timmar inklusive paus. På hemvägen tar vi en fikapaus vid Ekerödsrasten. Hemkomst cirka klockan 23.
Begränsat till 100 personer.
Pris 1 660 kronor inkluderar bussresa, helgbrunch, musikalbiljett och fika på hemresan.

Ansvarig Jan-Anders Cederfur och Jane Hildingsson.

Bio i Ronneby, Ung Rebell och lunch på Ronneby Brunn.

Tisdag 17 november, klockan 9.30.



Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen. Vi ser den klassiska filmen Ung Rebell. En film där den ikoniska skådespelaren James Dean har en av huvudrollerna. För många av oss en stor ungdomsidol. I filmen spelar James Dean tonåringen Jim som kämpar på i sin nya skola. Efter filmen åker vi till Ronneby Brunn och äter lunch.
Begränsat till 100 personer.
Pris 415 kronor, inkluderar buss, bio och lunch.
Ansvarig Benny Petersson.

Fågelliv i Blekinges kustlandskap.
Föredrag av Tony Svensson.

Torsdag 19 november, klockan 14.
Folkets hus, Östra Köpmansgatan 24.

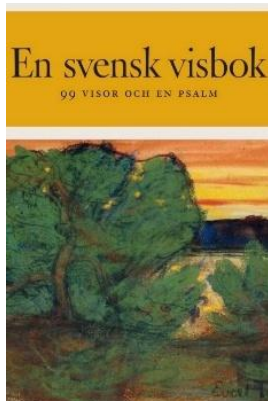


Fågelskådaren, fotografen och naturkännaren Tony Svensson visar sina bilder tagna i Blekinges kustlandskap och berättar om vad som pågår just nu på strandängarna och med fågellivet i Blekinge. Hur mår den biologiska mångfalden? Kanske hittar du ett nytt smultronställe med hjälp av Tonys föredrag! Hjärtligt välkommen till en härlig stund med kunskap och underbara naturbilder.
Begränsat till 50 personer.
Pris 100 kr inkluderar kaffe och kaka.
Ansvarig Marjo Portin.

En svensk visbok. Appelqvist - Norda - Glössner.

Söndagen 22 november, klockan 15.

The Pot, Blekingegatan 1, Karlskrona. Denna konsert utgår från den svenska visskatten. Linus Norda, Oskar Appelqvist och Johan Glössner plockar ut och tolkar från visboken som innehåller 99 visor och en psalm.



I boken finns klassiska visor av bland andra Carl Michael Bellman, Dan Andersson, Evert Taube och Cornelis Vreeswijk. Många av visorna har sjungits i generationer och är fortfarande en viktig del av svensk kultur och de handlar bland annat om kärlek,

natur, glädje, sorg och livet i vardagen. Kom gärna och mingla med ett glas bubbel eller vin innan konserten.

Begränsat till 140 personer.

Pris 320 kronor.

Ansvariga Torbjörn Svensson och Karl-Erik Olsson.

En dagsutflykt med både Räkor och Punsch. Tisdag 24 november, klockan 8.30



Buss avgår från Vattenborgen via Angöringen. En dagsutflykt där vi ska smaka på punsch, besöka Skottsbergsska

gården, Sveriges bäst bevarade köpmannagård, i Karlshamn. Därefter åker vi till Börjes i Tingsryd, här äter vi deras berömda räkmacka och tar en kopp kaffe. Efter förtäringen är det cirka en timmes fri tid. Hemkomst cirka klockan 16.

Begränsat till 50 personer.

Pris 390 kronor inkluderar buss, museibesök, punschavsmakning, räkmacka och kaffe.

Ansvarig Benny Petersson.



Ärtsoppelunch och föreläsning om Kvinnojouren, Sjöofficersmässen.

Torsdag 26 november, klockan 13.

Torsdag 2 december, klockan 13.

Anmäl endast ett datum!

Amiralitetstorget 7, Karlskrona.



Till kaffet och chokladkakan får vi information och historik om Kvinnojourens verksamhet i

Karlskrona av Verksamhetschef Jessika Gunnar.

Begränsat till 80 personer.

Pris 150 kronor inkluderar ärtsoppa, pannkakor samt kaffe och kaka.

Ansvariga Karl-Erik Olsson och Torbjörn Svensson.

December

Henrik Widegren "Skrattar" med oss.

Skratt – inget man skojar bort.

Onsdag 9 december, klockan 12.15.

Konserthuset, Karlskrona.



Efter tidigare års föredrag om "Mat o Myt" kommer Henrik tillbaka för att filosofera om skratt. Henrik har blivit en av Sveriges mest älskade underhållare tack vare sin medicinska skärpa och förmågan att blanda musik, humor och satir. Vi har hyrt

konserthuset för att inte begränsa antalet platser. Pris 200 kronor, inkluderar entré, glögg med pepparkaka innan föreläsningen och kaffe med lussebulle efter föreläsningen.

Ansvarig Magnus Rydh.

**Vi avslutar med att
önska er alla...
God Jul & Gott Nytt
År!**



Studiecirklar/friskvård

Mervetarcirkel konsthistoria. Studieförbundet vuxenskolan, Ronnebygatan 9.

Första tisdagen i varje månad september - december klockan 14 - 16.15, fyra tillfällen. Kontakta cirkelledare Lisbeth Karlegård lisbethkarlegard@gmail.com telefon 0708 47 98 58.

Mervetarcirkel litteratur. Studieförbundet vuxenskolan, Ronnebygatan 9. Onsdagar ojämna veckor med början 2 september klockan 13-15. Kontakta cirkelledare Eva Johansson evajohansson1949@gmail.com, telefon 0727 42 90 15.

Mervetarcirkel klassisk musik. Studieförbundet vuxenskolan, Ronnebygatan 9. För närvarande saknar vi cirkelledare och vi söker någon bland alla våra medlemmar som kan ta sig an denna roliga uppgift. Tag kontakt med Lena Lageson lena.lageson@gmail.com, telefon 0731 41 99 09.

Boule, spelet för alla. Tisdagar klockan 10 spelar vi boule utomhus på Saltö bouleplan från början av maj-augusti/september. Oktober - april spelar vi inomhus i Rosenholm klockan 13, med avgift till Rosenholms bouleförening. För mer information kontakta Maggan Erwing 0709 95 94 27 eller Bette Svensson 0760-19 98 43.

Simning Karlskrona simhall. Torsdagar klockan 9.30 - 10.30

Anmälan till Monica Andersson, monne@live.se 0708-88 21 63 eller till Eva Borgström 0768 20 14 78.

Faktauppgifter

Information om Förbundet Aktiva Seniorer, Sverige kan du läsa på förbundets hemsida: aktivaseniorer.com. Personuppgifter hanteras i enlighet med dataskyddsförordningen GDPR. Reservation för eventuella ändringar i programmet. Idéer och förslag samt hjälp för genomförande av program tas tacksamt emot.

Styrelsen

Mona Johansson Rapp, ordförande	0705 71 25 01	mona.rapp@outlook.com
Jan-Anders Cederfur, kassör	0761 14 59 40	jananders.cederfur@gmail.com
Laila Flygare, ledamot	0708 11 44 00	laila.flygare@gmail.com
Lena Hansson, ledamot	0721 56 15 13	lena.farg@gmail.com
Inger Mattsson, ledamot	0733 50 68 97	inger-m.mattsson@hotmail.com
Karl-Erik Olsson, ledamot	0730 37 35 83	keo2803@hotmail.se
Benny Petersson, vice ordförande	0709 65 12 02	eb.petersson@outlook.com
Marjo Portin, sekreterare	0706 62 84 57	marjo.portin@gmail.com
Magnus Rydh, ledamot	0705 58 71 77	lammboxen@gmail.com
Torbjörn Svensson, ledamot	0708 17 92 51	tsvenne.salto@gmail.com
Jane Hildingsson, ledamot	0708 21 49 22	jane.hildingsson@gmail.com



Magnus Rydh, Mona J Rapp, Laila Flygare, Benny Petersson, Marjo Portin, Jane Hildingsson, Torbjörn Svensson, Lena Hansson, Karl-Erik Olsson, Inger Mattsson, Jan-Anders Cederfur