

ABF
SENIORakademin

FÖR DIG 55+

JÄRFÄLLA/UPPLANDS-BRO

SIGTUNA

SUNDBYBERG

UPPLANDS VÄSBY

VÅREN 2012

**FÖRELÄSNINGAR/
CIRKLAR**

**+RESOR, GUIDADE TURER
OCH MYCKET MER!**

WWW.SENIORAKADEMIN.SE

FÖRELÄSNINGAR VT12

EFTER VARJE FÖRELÄSNING FÖLJER EN ÖPPEN DISKUSSION.

PRIS: 20 kr/gång för medlemmar. 40 kr/gång för icke medlemmar.

MEDLEMSPRIS för ett år är 50 kr, det går att teckna sig som medlem vid entrén till föreläsningarna. Fika ingår i priset.

FREDAG 27 JANUARI 13.00

OTTAR OCH KÄRLEKEN

Journalisten och politikern **Gunilla Thorgren** föreläser om sin biografi över den norska journalisten Elise Ottesen-Jensen, en mytisk centralgestalt inom sexualpolitiken.

VÄRD: Vanja Edwinson, 076-221 00 04

PLATS: Optimusv. 12A, Upplands Väsby

ARR NR: 25484

ONSDAG 1 FEBRUARI 13.00

SLÄKTFORSKNING

Stefan Palm föreläser och lär oss lite om hur man släktforskar.

VÄRD: Bo Pehrsson 070- 467 15 16

PLATS: ABF Märsta, Västra Bangatan 31

ARR NR: 25554

TORS DAG 2 FEBRUARI 13.00

VÅRSALONG: LILJEVALCHS KONSTHALL

Guidad visning, max 30 personer.

PRIS: 100kr/medlem, 120kr/ icke medlem.

VÄRD: Birgitta Engstrand, 070 -375 65 29

PLATS: Samling 12.30, Liljevalchs. Obligatorisk anmälan till ABF 505 868 00

ARR NR: 25485

FREDAG 3 FEBRUARI 13.00

ABRAHAM LINCOLN – HANS LIV & TID

Lars Hillbom, f.d. ledamot i KF:s koncernledning berättar om Abraham Lincoln, som föddes i en timmerkoja och blev USA:s 16:e president.

VÄRD: Bo Johansson, 070-491 94 99

PLATS: Folkets Hus 3 tr Kallhälls Centrum

ARR NR: 25259

ONSDAG 8 FEBRUARI 13.00

LÄGG UT! EPISODER UR ETT JOURNALISTLIV

Bo Holmström föreläser om 50 år som journalist, bl a på plats vid Norrmalmstorgsdramat och sprängningen av Västtyska ambassaden på 70-talet.

VÄRD: Sören Svensson, 070-948 97 34

PLATS: Esplanaden 3C, Sundbyberg

ARR NR: 25273

FREDAG 10 FEBRUARI 13.00

INTE BARA HEDEBYBORNA

Om Sven Delblancs liv och författarskap. **Lars Ahlbom**, vice ordförande i Delblancsällskapet och **Kerstin Ekstrand Signeul** berättar, visar bilder och läser högt.

VÄRD: Vanja Edwinson, 076-221 00 04

PLATS: Optimusv. 12A, Upplands Väsby

ARR NR: 25555

ONSDAG 15 FEBRUARI 13.00

PIONJÄRER I 1900-TALSKONSTEN DEL TVÅ (FORTSÄTTNING FRÅN 19 OKT-11)

Fil mag. **Bo Pehrsson** föreläser och fortsätter på, Pionjärer i 1900-talskonsten, Vad drev dem? Vad uppnåddes?

VÄRD: Mary-Ann Grewe 073- 975 12 39

PLATS: Sigtuna bibliotek, Runstigen 1
ARR NR: 25556

FREDAG 17 FEBRUARI 13.00

MYTER OCH SANNINGAR OM BEETHOVEN

Fil dr **Åke Holmquist**, tidigare chef för Stockholms Konserthus, ordförande i styrelsen för Kungliga Musikhögskolan samt ordförande i Stikkan Andersons Musikprisfond, berättar med utgångspunkt från sin bok Beethoven.

VÄRD: Björn Jangeborg, 070-274 50 32

PLATS: Folkets Hus 3 tr Kallhälls Centrum
ARR NR: 25323

ONSDAG 22 FEBRUARI 13.00

HJÄRNANS FÖRUTSÄTTNINGAR OCH MINNETS MÖJLIGHETER

Docent **Reza Yazdani** berättar hur vi kan stimulera och utveckla vår hjärna. Hjärnan styr bland annat vår identitet, initiativförmåga, beteende och vår intelligens. Om intresse finns startas en studiecirkel i slutet av februari

VÄRD: Ingrid Courtar, 070-782 22 17

PLATS: Esplanaden 3C, Sundbyberg
ARR NR: 25274

TORSDAG 23 FEBRUARI 14.00

STRINDBERGSMUSÉET

Visning av hemmet + en film om författaren.

PRIS: 100 kr/medlem 120 kr/icke medlem. Max 32 personer

VÄRD: Ulla Wessel, 073-0235155

PLATS: Samling 13.30 Drottninggatan 85
Obligatorisk anmälan till ABF 505 868 00
ARR NR: 25487

ONSDAG 29 FEBRUARI 13.00

KONSTNÄRSKAPETS VILLKOR

Varför blir man konstnär och hur utvecklas man? Konstnären **Bo Ahlström** berättar om sitt arbete och kommenterar några av sina verk.

VÄRD: Bo Pehrsson 070- 467 15 16

PLATS: ABF Märsta, Västra Bangatan 31
ARR NR: 25557

FREDAG 24 FEBRUARI 13.00

VÅR RÄTTMÄTIGA PLATS – OM KVINNORNAS KAMP FÖR RÖSTRÄTT

Barbro Hedvall föreläser om sin bok.

VÄRD: Anita Bergkvist, 070-483 55 42

PLATS: Optimusv. 12A, Upplands Väsby
ARR NR: 25488

FREDAG 2 MARS 13.00

DEN NYA ÖVERKLASSEN

Författaren **Bengt Ericson** berättar utifrån sin kritikerrosade och storsäljande reportagebok.

VÄRD: Berit Wijk, 070-478 40 29

PLATS: Folkets Hus 3 tr Kallhälls Centrum

ARR NR: 25486

ONSDAG 7 MARS 13.00

STIG CLAEISSON "SLAS" MASKROS-BARN SOM GROTT PÅ SÖDER OCH BLOMMAT I VÄRLDEN

Kent Josefsson, sekreterare i Fogelströmsällskapet, talar om Slas´ uppväxt och intressanta liv på Söder i Stockholm.

VÄRD: Mona Blomgren, 070-376 11 26

PLATS: Esplanaden 3C, Sundbyberg

ARR NR: 25275

FREDAG 9 MARS 13.00

AMNESTY INTERNATIONAL

Hur jobbar Amnesty och varför? **Marcella Simms** berättar och ger svar.

VÄRD: Birgitta Engstrand, tel 070-375 65

PLATS: Optimusv. 12A, Upplands Väsby

ARR NR: 25489

ONSDAG 14 MARS 13.00

BRIDGE I TEORIN OCH PRAKTIKEN

Ove Wallster berättar lite om hur det går till, hur spelar man, är det jätte svårt? Om det finns intresse startar vi en studie cirkel och lär oss mer .

VÄRD: Yngve Wallster 073-532 22 65

PLATS: ABF Märsta, Västra Bangatan 31

ARR NR: 25559

TORS DAG 15 MARS 13.00

POLISMUSÉÉT

Visning av samlingarna

PRIS: 100 kr/medlem 120 kr/icke medlem. Max 30 personer.

VÄRD: Ulla Wessel, 073-0235155

PLATS: Samling i entrén 12.30 Museivägen 7 (invid Tekniska muséet på Gärdet) Obligatorisk anmälan till ABF 505 868 00

ARR NR: 25494

FREDAG 16 MARS 13.00

IVAR LO JOHANSSON

Margareta Wersäll, fil dr i litteraturvetenskap, förläser med utgångspunkt från sin doktorsavhandling och sin senaste bok, Ivar Lo-Johansson och kärleken

VÄRD: Ing Marie Eriksson, 070-576 48 46

PLATS: Folkets Hus 3 tr Kallhälls Centrum

ARR NR: 25260

ONSDAG 21 MARS 13.00

ÄNTLIGEN, TOMAS TRANSTRÖMER

Lars Westman, reporter på tidningen VI, författare och mångårig vän till Tomas Tranströmer berättar om hans liv och diktning.

VÄRD: Sören Svensson, 070-948 97 34

PLATS: Esplanaden 3C, Sundbyberg

ARR NR: 25276

FREDAG 23 MARS 13.00

TRE PÅSKARS JERUSALEM

Följ med religionsvetaren och melanösternresenären **Louise Rickardsson** och fira tre olika sorters påskar, såväl judisk som luthersk-katolskt och ortodoxt kristen, genom hennes bilder och berättelser från den heliga staden Jerusalem.

VÄRD: Vanja Edwinson, 076-221 00 04

PLATS: Optimusv. 12A, Upplands Väsby

ARR NR: 25495

ONSDAG 28 MARS 13.00

KRIG, KVINNOR OCH GUD – EN BIOGRAFI OM BARBRO ALVING

Författaren **Beata Arnborg** berättar om den legendariska journalisten, kvinnokämpen, atombombsmotståndaren och pacifisten Barbro Alving.

VÄRD: Anna-Clara Edin 0709-69 53 03

PLATS: Märsta bibliotek, Nymärstakulle 1

ARR NR: 25588

FREDAG 30 MARS 13:00

SOM HEMLIG KURIR I MOSKVA ÅT NOBELPRISTAGAREN SOLZJENITSYN

Utrikeskorrespondenten **Stig Fredrikson** berättar

VÄRD: Björn Jangeborg, 070-274 50 32

PLATS: Folkets Hus 3 tr Kallhälls Centrum

ARR NR: 25324

ONSDAG 4 APRIL 13.00

FRÅN ARBETARHEMMET TILL DRAMATEN

Arbetargrabben **Börje Ahlstedt** berättar om sitt liv på och utanför scenen, om de viktiga ögonblicken, om att bli sedd och förbisedd, om konstnärskapets villkor och sina många år på Dramatens scen.

VÄRD: Ulla Sällström, 070-351 37 56

PLATS: Esplanaden 3C, Sundbyberg

ARR NR: 25277

ONSDAG 11 APRIL 13.15

ODENSALA KYRKA

Föreläsare är prästen **Olle Persson** som berättar om konsten som finns i kyrkan. De äldsta delarna av kyrkan är från 1100-talet men mest känd är kyrkan för sina färgstarka och uttrycksfulla kalkmålningar från 1500-talet. Dessa är målade av Albertus Pictors och är i mycket gott skick.

VÄRD: Yngve Wallster 073- 532 22 65

PLATS: Odensala kyrka Buss från Märsta buss station, Buss 574 klockan 12.48.

Föreläsningen börjar kl 13.15.

ARR NR: 25589

**DU HITTAR
SENIORAKADEMIN PÅ
WWW.SENIORAKADEMIN.SE**

TORS DAG 12 APRIL 13.00

SVEN-HARRYS KONSTMUSEUM

Sven-Harry Karlssons tidigare hem, 1700-talsgården Ekholmsnäs på Lidingö är idag ett konstmuseum som innehåller verk av bl a Strindberg, Carl Fredrik Hill, Lena Cronqvist och Dan Wolgers.

PRIS: 150 kr/medlem 175 kr/icke medlem. Max 15 personer.

VÄRD: Ulla Wessel, 073-0235155

PLATS: Samlig i entrén till Sven-Harrys Konstmuseum 12.30 Eastmanvägen 10
Obligatorisk anmälan till ABF 505 868 00

ARR NR: 25496

FREDAG 13 APRIL 13.00

BRÖBYGGARNA

Jan Guillou berättar om sin senaste bok

VÄRD: Berit Wijk, 070-478 40 29

PLATS: Folkets Hus 3 tr Kallhälls Centrum

ARR NR: 25496

MÅNDAG 16 APRIL 19.00

**CARL JONAS LOVE ALMQVIST PÅ UPP-
LANDS VÄSBY BIBLIOTEK**

Få böcker har väckt så starka känslor som Almqvists Det går an gjorde när den kom ut 1839. Skådespelarna **Irene Lindh** och **Måns Westfelt** läser scener ur romanen, och samtalar med **Cecilia Sidenblad** och **Olof Holm** om bokens radikala budskap.

VÄRD: Vanja Edwinson, 076-221 00 04

PLATS: Biblioteket, Messingen, Industrivägen 20B, Upplands Väsby

ARR NR: 25558

ONSDAG 18 APRIL 13.00

STRINDBERG OCH SKÄRGÅRDEN

Anita Persson f.d. intendent på Strindbergsmuseet berättar om Strindberg, Sveriges största och alltid aktuella dramatiker och hans kärlek till Skärgården.

VÄRD: Eivor Johansson 073-781 61 35

PLATS: Esplanaden 3C, Sundbyberg

ARR NR: 25278

FREDAG 20 APRIL 13.00

OS 100 ÅR I ÅR

Christer Isaksson berättar om sin bok ”Stockholm 1912 - Första moderna Olympiska Spelen – Människorna, idrotten och Sverige”.

VÄRD: Anita Bergkvist, 070-483 55 42

PLATS: Optimusv. 12A, Upplands Väsby

ARR NR: 25497

ONSDAG 25 APRIL 13.00

KINESISKT BUDDISTEMPEL

Inledare är **Ulf Berntsson**. Sedan tar templets personal över föreläsningen. Berättar om templet och hur de jobbar. Vad de gör här i Märsta och i övriga världen där de har tempel och arbetar.

VÄRD: Anna-Clara Edin 070-969 53 03

PLATS: Blygatan 3, 195 72 Rosersberg .

Obligatorisk anmälan till ABF 505 868 00

ARR NR: 25591

FREDAG 27 APRIL 13.00

VARFÖR BLIR EN MÄNNISKA EXTREMIST?

Mellanösternvetaren **Louise Rickardsson** berättar och visar bilder från resor och volontärbete i Israel och Palestina, där hon träffat människor som lever under extrema förhållanden, på båda sidor om den israeliska separationsbarriären.

VÄRD: Björn Jangeborg 070-274 50 32

PLATS: Folkets Hus 3 tr Kallhälls Centrum

ARR NR: 25406

ONSDAG 2 MAJ 13.00

**BUSSRUNDTUR TILL SUNDBYBERGS
NYA BOSTADSOMRÅDEN OCH NYBYGG-
NATIONSOMRÅDEN**

Stadsbyggnadsnämndens ordförande och kommunalrådet **Jan Jogell** tar oss med på en bussresa och visar oss de nya bostadsområdena i Sundbyberg

OBS! 50 platser Obligatorisk anmälan till ABF tel 505 868 00

VÄRD: Karin Holmberg , 073-339 87 12

PLATS: Esplanaden 3C, Sundbyberg

ARR NR: 25279

FREDAG 4 MAJ 13.00

KONSTEN SAMTIDIGT I FINLAND

Den finska konsten är spridd över hela världen. **Daniel Werkmäster** som är chef för Norrtälje konsthall och har arbetat mycket med finländska konstnärer berättar om den finska samtidskonsten.

VÄRD: Anita Bergkvist, 070-483 55 42

PLATS: Optimusv. 12A, Upplands Väsby

ARR NR: 25561

TORS DAG 10 MAJ 13.00

MARABOUPARKEN OCH KONSTHALLEN

Visning av skulpturparken samt introduktion till utställningen av konst- och designgruppen Uglycute i Konsthallen och den permanenta utställningen av Hilding Linnqvist.

PRIS: 100 kr/medlem 120 kr/icke medlem. Max 25 personer

VÄRD: Mona Blomgren, tel 070-376 11 26

PLATS: Samling vid entrén till Konsthallen 12.30

Obligatorisk anmälan till ABF 505 868 00

ARR NR: 25498

LÖRDAGEN 26 MAJ 11.00

**CARL JONAS LOVE ALMQVIST OCH
HANS HEMBYGD**

Bussrundtur tillsammans med Bibliotekets vänner till olika Almqvistmiljöer i och runt Upplands Väsby. Guide **Olof Holm** från Almqvistsällskapet.

PRIS: 40 kr medlem, 60 kr icke medlem.

Medarrangör: ABF

VÄRD: Vanja Edwinson, 076-221 00 04

TID OCH PLATS: Samling vid Upplands Väsby station kl 11.00

ARR NR: 25563

CIRKLAR VÅREN 2012

SIGTUNA

SÅ FUNGERAR DEN DIGITALA KAMERAN

Vi går igenom hur en digital kamera fungerar och hur vi med olika inställningar och olika tekniker kan påverka bilderna till det bättre. Ta med dig kameran med bruksanvisning vid kurstillfällena.

Ledare: Björn L Berglund

**9TIM/3 GGR 225 KR, VÄSTRA BANG. 31
TORSDAG 13.30 ARR NR: 16887**

Preliminärt startdatum 23 februari

BILDKOMPOSITION FÖR BÄTTRE BILDER

I den här kursen tittar vi på grunderna i bildkomposition enligt gyllene snittet och hur olika bildelement påverkar bilden. Det här är kunskaper som alla som är intresserade av bilder bör ha.

Ledare: Björn L Berglund

**9TIM/3GGR 225, VÄSTRA BANGATAN 31
TORSDAG 13.30 ARR NR: 16886**

Preliminärt startdatum 22 mars

LITTERATURCIRKEL

Vi gör nerslag i den moderna svenska skönlitteraturen och väljer ut och läser tre svenska nutidsförfattare.

Ledare: Anna-Clara Edin

**12 TIM/4 GGR, 280 KR, VÄSTRA BANG. 31
ONSDAG 14.30 (VARANNAN VECKA)**

ARR NR: 16888

Preliminärt startdatum 8 februari

SLÄKTFORSKNING

Kanske finns det spännande historier i din släkt? I den här cirkeln får du lära dig att leta efter dina rötter.

Ledare: Åke Ekdahl

**15 TIM/5 GGR, 375 KR, VÄSTRA BANG. 31
TORSDAG 14.00 ARR NR: 16900**

Preliminärt startdatum 1 mars

SUNDBYBERG

DATA FÖRBREDANDE

En kurs där du inte behöver ha några förkunskaper. Du får veta hur en dator fungerar och öva på att styra den med tangentbord och mus och börja söka oss ut på Internet. Ledare: Anders Lindell

**9 TIM/3 GGR, 225 KR,
ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG
TISDAG, TORSDAG, TISDAG 10.00**

ARR NR: 16891

Preliminärt startdatum 7 februari

DATA GRUNKURS

Vi kommer att ta upp hur datorn är uppbyggd och hur vi hanterar den på ett säkert sätt samt söka oss ut på Internet. Du bör behärska tangentbord och mus.

Ledare: Anders Lindell

**15 TIM/5 GGR, 375 KR,
ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG
TORSDAG 10.00 ARR NR: 16883**

Preliminärt startdatum 16 februari

DATA FORTSÄTTNING

Vi börjar med en repetition av grunderna. Sedan lär vi mer om hur vi kan använda datorn efter våra behov. Vi tar upp programmen Excel och PowerPoint.

Du bör ha förkunskaper motsvarande

DATA GRUNDKURS

Ledare: Anders Lindell

9 TIM/3 GGR, 225 KR,

ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG

TORS DAG 10.00 ARR NR: 16884

Preliminärt startdatum 22 mars

BILDHANTERING I DATOR - GRUND

Vi lär oss hantera, redigera och presentera bilder med hjälp av datorn. Du bör känna till grunderna i datoranvändning och behärska tangentbordet och musen.

Ledare: Anders Lindell

15 TIM/5 GGR, 375 KR,

ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG

TORS DAG 13.30 ARR NR: 16889

Preliminärt startdatum 16 februari

BILDHANTERING I DATOR FORTSÄTTNING

Vi går igenom hur du kan få ut mer av dina digitalabilder genom att bearbeta och presentera med hjälp av datorn.

Det är bra om du gått grundkursen BILDHANTERING I DATOR och/eller är van datoranvändare.

Ledare: Anders Lindell

9 TIM/3 GGR, 225 KR,

ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG

TORS DAG 13.30 ARR NR: 16890

Preliminärt startdatum 22 mars

SLÄKTFORSKNING FORTSÄTTNING

För dig som redan kommit igång, och vill repetera, samt forska med stöd av cirkelledaren. Huvuddelen av tiden är vi på Riksarkivet i Arninge som ger dig mycket goda möjligheter att söka i de flesta viktiga databaser.

Ledare: Sten-Sture Tersmeden

21 TIM/7 GGR, 525 KR

ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG

TORS DAG 10.00 ARR NR: 16877

Preliminärt startdatum 23 februari

ENGELSK KONVERSATION

Vi diskuterar aktualiteter.

Ledare: Lena Södergren

10 TIM/5 GGR, 250 KR,

ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG

TIS DAG 10.00 ARR NR: 16772

Preliminärt startdatum 14 februari

ENGELSKA LÄTT KONVERSATION

För dig som vill fräscha upp din engelska.

Ledare: Lena Södergren

15 TIM/5 GGR, 375 KR,

ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG

TIS DAG 14.00 ARR NR: 16892

Preliminärt startdatum 14 februari

FRANSKA LÄTT KONVERSATION

För dig som vill fräscha upp din franska.

Ledare: Lena Södergren

15 TIM/5 GGR, 375 KR,

ESPLANADEN 3C, SUNDBYBERG

MÅNDAG 10.00 ARR NR: 16893

Preliminärt startdatum 13 februari



UPPLANDS VÄSBY

PÅ ALMQVISTS TID

Vi studerar svensk 1800-tals historia. Vi inriktar oss på sociala förhållanden, den vetenskapliga utvecklingen och samtalar om den tidens förgrundsgestalter och samhällsförändrare.

Ledare: Vanja Edwinston

**10 TIM/4 GGR, 250 KR SUSEBO, SKOLV. 2
ONSDAG 15.30 ARR NR: 16870**

Preliminärt startdatum 15 februari

DATA GRUNDKURS

Inga förkunskaper krävs.

Ledare: Agneta Eriksson

**15 TIM/5 GGR, 375 KR OPTIMUSV. 12A
ONSDAG 10.00 ARR NR: 16871**

Preliminärt startdatum 15 februari

DATA FORTSÄTTNING

Du bör ha gått någon form av data grund tidigare. Ledare: Janne Hagström

**15 TIM/5 GGR, 375 KR OPTIMUSV. 12A
TISDAG 13.30 ARR NR: 16872**

Preliminärt startdatum 14 februari

DIGITALKAMERA

Enkla redigeringar på digitalfoton med Photoshop Elements. Förkunskap: Data grundkurs. Tag med kamera och anslutningskabel mellan dator och kamera.

Ledare: Janne Hagström

**15 TIM/5 GGR, 375 KR OPTIMUSV. 12A
TISDAG 10.00 ARR NR: 16873**

Preliminärt startdatum 14 februari

LITTERATURCIRKEL – FRÅN MARK TWIN TILL JONATHAN FRANZEN

Vi gör några nerslag i amerikansk litteratur.

Ledare: Lisa Wendelius

**15TIM/5 GGR, 375 KR SUSEBO, SKOLV. 2
MÅNDAG 13.30 ARR NR: 16874**

Preliminärt startdatum 6 februari

Varannan vecka.

ENGELSKA LÄTT KONVERSATION

För dig som vill fräscha upp din engelska.

Ledare: Waleed Meer

**15 TIM/5 GGR, 375 KR OPTIMUSV. 12A
TISDAG 13.15 ARR NR: 16882**

Preliminärt startdatum 14 februari

ATT SKRIVA-GRUNDKURS

Då, nu och sedan! Kom och pröva på att berätta och skriva. I skrivandets konst övar vi med kortare texter på ett lustfyllt sätt. Vi börjar där du befinner dig.

Ledare: Gerd-Karin Nordlund

**15 TIM/5 GGR, 375 KR OPTIMUSV. 12A
TISDAG 13.00 ARR NR: 16875**

Preliminärt startdatum 6 mars

POESICAFÈ

Poeten och författarinnan Gerd Karin Nordlund läser några av sina dikter. Läs dina egna dikter eller framför favoritdikter av någon annan författare. Pågår 2-3 timmar.

KOSTNAD: 50 kr för medlem och 75 kr för icke medlem.

NÄR: Tisdag 14 februari kl 13.30

PLATS: Optimusv. 12A Upplands Väsby

ARR NR: 25752

ENDAGSKURS: SURDEGSBAKNING

Vi träffas vid ett tillfälle och lär oss grunderna i hur man bakar med surdeg. Efter genomgången kurs får man med sig en surdegsstart och tillräckligt med kunskap för att omgående kunna göra sitt eget surdegsbröd hemma. I priset ingår lunch: soppa med bröd. Ledare: Kerstin Johansson

KONSUMHUSET, OPTIMUSV. 21
TORS DAG 22 MARS 11.00-16.00
PRIS: 300 KR MEDLEM/350 KR ICKE MEDLEM, MATERIALKOSTNAD TILLKOMMER.

ARR NR: 31788

MATERIALKOSTNAD TILLKOMMER I DE FLESTA CIRKLAR

OPERA, BALETT & TEATER

Direktsända föreställningar via satellit från The Metropolitan Opera och Bolsjoj. Biljettpris SEK 200 inkl. program. För bokning och förfrågningar, ring Mary Maleus, tel. 08-583 504 00. Plats: Folkets Hus, Kallhälls Centrum, Nära pendeltåg. Arr: Folkets Hus, www.folketshuskallhall.se/pagang.vtm

OPERA FRÅN METROPOLITAN OPERA I NEW YORK

LÖRDAG 11 FEBRUAR 18.00

RAGNARÖK av Richard Wagner

LÖRDAG 25 FEBRUARI 19.00

ERNANI av Giuseppe Verdi

LÖRDAG 7 APRIL 18.00

MANON av Jules Massenet

LÖRDAG 14 APRIL 19.00

LA TRAVIATA av Giuseppe Verdi

BALETT FRÅN BOLSSJOJ TEATERN I MOSKVA:

SÖNDAG 11 MARS 16.00

LE CORSAIRE ELLER PIRATEN

med Bolsjojbaletten

BERWALDHALLEN 15%

Alla medlemmar i Seniorakademin erhåller 15% på biljetter till Berwaldhallens egna konserter under 2012, mot uppvisande av medlemskortet i kassan.



ANMÄL INTRESSE FÖR SENIOR- AKADEMINS KULTURRESOR

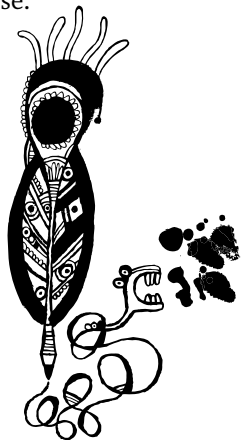
UPPTÄCK BERLIN

”Upptäck Berlin” är ett kulturprogram i Berlin som är sammanställt av kulturkreatören John Cedergren från kulturföreningen CULTURIA. John leder även guidningarna och presentationerna. Programmet vänder sig till alla som vill vidga sina kunskaper om germansk kultur och då särskilt i tysk upplaga. Att få möjlighet att fräscha upp sin gamla skoltyska kan vara ett annat motiv för resan. Programmet presenteras dock på svenska.

PRISER: 400 Euro/person i dubbelrum (enkelrum 520 Euro). I det ingår flera aktiviteter samt logi och frukost i fyra nätter. Kostnaden för flygresan till och från Berlin tillkommer med ca 1200 kr. Ytterligare information om resan och programaktiviteterna lämnas av Culturia, John Cedergren, Industrivägen 28, 194 77 UPPLANDS VÄSBY, tel 0704 975 372. E-post: culturia@tele2.se

INTRESSEANMÄLAN: För att få en uppfattning om hur stort intresset är för denna personliga kulturresa vill vi ha in en intresseanmälan med uppgifter om namn, adress, telefon, e-post samt dubbelrum eller enkelrum. Dessutom vilka fyra dagar ni helst vill resa. Resan kommer att förläggas någon gång mellan 15 maj och 15 september 2012.

Välkommen med din intresseanmälan senast 15 februari till ABF, Helena Ahlqvist 08/505 868 77 eller helena.ahlqvist@abf.se.



FÖRFATTARKONFERENS & BOKMÄSSA GÖTEBORG 27 – 30 SEPTEMBER 2012

Följ med Seniorakademin till Bokmässan hösten 2012 och delta i en författarkonferens på ett konferenscenter nära Bokmässan. Möt många spännande författare ca 15 – 20 st. Varje författare föreläser ca 30 min och därefter finns tillfälle att köpa böcker samt få dem signerade. Mingla på Bokmässan och njut av mängder av litteratur.

PRELIMINÄRT PROGRAM: Fredag 28 september, författarkonferensen börjar kl 09.00 med besök på Bokmässan. Därefter lunch kl 12.00-13.00 samt Författarkonferens 13.00-17.00. Dagen avslutas med besök på Bokmässan. Lördagen 29 september, författarkonferens 09.00-15.30, lunch 11.30-12.30.

PRIS: ca 1.000 kr, i priset ingår, författarkonferens fred/lörd, fm kaffe och lunch samt inträde till Bokmässan på fredagen. Resa och logi ingår ej. Resa och logi bokar du på egen hand. Författarkonferensen arrangeras av Bokhörnan i Veberöd, Thord Håkansson, ansvarig för ABF Seniorakademin Birgitta Engstrand 070-375 65 29, ring gärna för mer information.

Välkommen med din intresseanmälan under våren till ABF, Helena Ahlqvist 08/505 868 77 eller helena.ahlqvist@abf.se.

100 år av folkbildning

ABF fyller 100 år 2012! Det firas på flera platser i Stockholm 11-16 juni 2012.

- I ABF-huset med seminarier och föreläsningar
- I Kulturhuset med seminarier, workshops, utställningar, film/foto och mycket mer.
- I Kungsträdgården med prova-på, barnaktiviteter och massor av kultur.
- På Skansen med bland annat barnaktiviteter, författare och sagor för vuxna

Läs mer om jubileet på www.abf.se



MARIEHAMNS LITTERATUR- DAGAR 23 – 25 MARS 2012

Seniorakademin anordnar återigen en resa till de populära Litteraturdagarna på Mariehamns Stadsbibliotek.

Årets tema: *HORISONT*.

Programmet består av författarmöten, uppläsningar, samtal och debatter samt musikaliska framträdanden. Arrangörerna har bjudit in ca 25 författare och artister, bland andra Dick Harrison, Tomas Bannerhed, Jonas Karlsson och Aase Berg.

Avresa från Stockholm sker kl. 07.35 fredag den 23 mars. Vi kommer tillbaka till Stockholm söndag den 25 mars kl. 19.50.

PRIS: 2000 kr/ pers för del i dubbelrum och 2700 kr /pers för enkelrum. I priset ingår båtresan, busstransfer ankomstdagen, 2 övernattnings på hotell

Pommern med frukost, entré till alla programmen samt kvällsarrangemangen fredag och lördag, lördag ingår även supé. Specialmat meddelas vid anmälan. Förtäring på båtresan ingår ej. Begränsat antal platser, först till kvarn!

ANMÄLAN: Senast 4 februari till ABF, Helena Ahlqvist 08-505 868 77

MER INFORMATION: Birgitta Engstrand 070-375 65 29

VÄRD OCH RESEANSVARIG: Birgitta Engstrand

ARR NR: 31744



friteatern i Sundbyberg VÄLKOMNAR SENIORAKADEMIN!

Som medlem i Seniorakademin är du välkommen att se Friteaterns arrangerade evenemang på Teater Bristol för det rabatterade priset av 120 kr. För att få aktuellt Bristolprogram, besök oss på Sturegatan 39 och hämta ett exemplar, eller surfa in på www.friteatern.se. Observera att rabatten inte omfattar gästspel.

För information och bokning kontakta oss på:
08-564 884 20 eller bristol@friteatern.se

**DU FÅR:
RABATT PÅ
TEATER!**

ABF SENIORAKADEMINS STYRELSE & KOMMUN-/ PROGRAMGRUPPER 2012

ORDFÖRANDE Vanja Edwinson
vanja.edwinson@gmail.com
076-221 00 04

VICE ORDFÖRANDE Björn Jangeborg
bjorn.jangeborg@bredband.net
070-274 50 32

SEKRETERARE Karin Holmberg
karin.holmberg@sundbyberg.se
073-339 87 12

LEDAMOT Berit Wijk
b.wijk@bredband.net,
070-478 40 29

LEDAMOT Tommy Engstrand
t.engstrand@telia.com
070-554 81 93

LEDAMOT Sören Svensson
soren.sosv@gmail.com
070-948 97 34

LEDAMOT Jan Westin
jan.westin@globalnet.net
070-719 11 43

LEDAMOT Bo Pehrson
ba.bo@telia.com
070-467 15 16

LEDAMOT Anna-Clara Edin
annaclara.edin@gmail.com
070-969 53 03

PROJEKTLEDARE Birgitta Engstrand
birgitta.engstrand@telia.com
070-375 65 29

SUNDBYBERG

Ingrid Courtar
Mona Blomgren
Karin Holmberg
Eivor Johansson
Sören Svensson
Ulla Sällström

UPPLANDS VÄSBY

Anita Bergkvist
Vanja Edwinson
Birgitta Engstrand
Tommy Engstrand
Ulla Wessel

JÄRFÄLLA

Björn Jangeborg
Bo Johansson
Eva Ström
Jan Westin
Berit Wijk
Ing-Marie Eriksson

SIGTUNA

Anna-Clara Edin
Mary-Ann Grewe
Tore Nyman
Bo Pehrsson
Kerstin Sundman
Yngve Wallster

ABF SENIORakademin

ABF Seniorakademin är ett nätverk inom ABF Norra Stor-Stockholm som erbjuder kunskap, bildning och kultur på dagtid, främst för personer över 55 år som lämnat det yrkesverksamma livet. Programmet är varierat och genomförs i form av kortare och längre kurser, föreläsningar, seminarier, kulturarrangemang och resor.

Seniorakademin vänder sig i första hand till invånare i Upplands Väsby, Sundbyberg, Järfälla, Sigtuna och Upplands-Bro, och är öppen för alla som finner programmet intressant och vill bli medlemmar. Föreläsningarna är mot en förhöjd avgift öppna också för andra än medlemmar

BLI MEDLEM I SENIORAKADEMIN!

För att gå en cirkel eller delta i en resa hos Seniorakademin krävs att du är medlem. Då går du dessutom på föreläsningar till reducerat pris. Medlemskap kostar 50 kr per år. Du kan lösa medlemskap på någon av våra föreläsningar i samband med entrén, eller kontakta oss enligt nedan. Vid anmälan ange namn, adress, telefonnummer samt personnummer. Medlem blir du den dag medlemsavgiften kommit ABF tillhanda.

FÖR MEDLEMSKAP, INFORMATION OCH ANMÄLAN TILL CIRKEL

Ange namn, adress, telefonnummer
samt personnummer vid anmälan.

TEL: 505 868 00 FAX: 505 868 89 E-POST: info.nss@abf.se

HEMSIDA: www.nss.abf.se, anmäl dig direkt på nätet.

VIA POST: ABF Norra Stor-Stockholm

Att: Åsa Bergqvist, Box 1162, 172 24 Sundbyberg

**GLÖM EJ ATT ANGE ARR NR NÄR DU ANMÄLER
DIG TILL EN CIRKEL!**



NORRA STOR-STOCKHOLM