

Höstprogrammet 2020

*Resor
Utflykter
Studiebesök
Teater
Kurser
Föreläsningar
Friluftsliv*

Aktiva Seniorer Västerås

Aktiva Seniorer är en ideell förening som är politiskt, religiöst och pensionärsfackligt oberoende. Föreningens inriktning är att främja seniorers kulturella och andra gemensamma intressen. Biet i vår logga symboliserar värdet av flit, bra organisation och sökande efter livets goda. *Vår verksamhet bygger på att medlemmarna bidrar med sitt kunnande och sin tid, så att vi till låg kostnad kan erbjuda program som passar alla.* Föreningen har ca 1700 medlemmar och är ansluten till Förbundet Aktiva Seniorer, som har över 50 medlemsföreningar med sammanlagt ca 19 000 medlemmar.

Postadress: Aktiva Seniorer, Skivfilargränd 4, 721 30 Västerås. Föreningen har inget kansli.

Telefon: Vid föreningsfrågor ring någon i styrelsen. Föreningen har ingen telefon.

E-post: fasvast@telia.com

Hemsida: vasteras.aktivaseniorer.com Förbundets hemsida: aktivaseniorer.com

Plusgiro: 15 36 64 – 8

Årsavgift: 100 kr/person och kalenderår

Du blir **medlem** i föreningen genom att betala årsavgiften 100 kr till föreningens plusgirokonto. Ange namn, adress, telefon, e-postadress samt födelsedatum och uppgift om du är pensionär (även icke pensionärer får vara med). Uppgifterna kan lämnas via vår hemsida under ”Bli medlem”.

Är du intresserad av att göra en insats i styrelsen eller i en arbetsgrupp, ber vi dig kontakta Lars Moselius (valberedning) tfn 072 857 79 22, lars.ove.moselius@icloud.com, eller någon i styrelsen.

Styrelsen till och med årsmötet 2021

Christina Edvertz	sammankallande	070 267 09 82	christina.edvertz@hotmail.com
Ylva Almblad	vice ordförande	072 151 39 00	ylvaalmblad@hotmail.com
Agneta Björs	kassör	070 272 52 33	agneta0220@gmail.com
Eva Skoog	sekreterare	070 273 36 00	skoog.eva@gmail.com
Gun Lantz	ord. ledamot	076 007 04 30	gim.lantz@outlook.com
Siw Andersson	ord. ledamot	070 687 41 99	siwbo@telia.com
Eva Krispinsson	ord. ledamot	070 270 08 60	evakrispinsson@gmail.com
Birgitta Bärnheim	ord. ledamot	070 569 15 52	birgitta.barnheim@gmail.com

Verksamhetsområden och ansvariga

Månadsmöten, resor, studiebesök, teater m.m. Programkommitté för hösten 2020

Rickard Grähs	070 565 61 01	rickard.grahs@telia.com
Siw Andersson	070 687 41 99	siwbo@telia.com
Christer Näsman	070 562 30 88	chnas@telia.com
Ulla Jerregård	073 951 58 77	ullajd@gmail.com
Åsa Högström	070 627 60 69	asa.hogstrom@postbox.com
Lars Eriksson	073 078 60 14	lars.024029158@hotmail.com
Britt-Marie Johansson	070 396 27 01	bmej5003@gmail.com
Gudrun Stengard	076 884 63 30	gudrun@imperiafastigheter.se
Louise Moselius	076 025 66 93	moselius@live.se

Kurser, studiecirklar, friluftsliv och Seniorcafé

Ola Sunesson	021 84 15 44	obsunesson@telia.com	Seniorcafé
Ylva Almblad	072 151 39 00	ylvaalmblad@hotmail.com	

Data

Gun Lantz	076 007 04 30	gim.lantz@outlook.com
Margarethe Bylander	070 815 66 44	margarethe.bylander@gmail.com

Kära seniorvänner

Aktiva Seniorer i Västerås är inne på sitt 27:e verksamhetsår och aldrig tidigare har vi upplevt en sådan vår, som den vi i skrivande stund befinner oss i.

Vi höll vår årsstämma på Stadshotellet den 4 mars. Vid denna lämnade några styrelsemedlemmar sina uppdrag i föreningens styrelse och en ny styrelse valdes. Tyvärr fick vi då ingen ny ordförande, men tack vare att vår förbundsordförande Christina Edvertz erbjöd sig att vara sammankallande för styrelsen under en tid, kan föreningen leva vidare.

Den nya styrelsen hade ett konstituerande möte den 9 mars och alla såg fram emot att börja arbeta tillsammans och fortsätta att driva föreningen framåt.

Några dagar senare hade vi ett snabbinkallat extramöte för att diskutera styrelsens strategi för den situation som plötsligt uppstod när covid-19 slog till även i Sverige. Som ni alla vet så blev det så att vi så småningom ställde in vårens resterande aktiviteter.

Ingen av oss kan sia om framtiden och om hur den här pandemin kommer att utvecklas. Vi hoppas emellertid att vi ska kunna träffas igen framåt hösten och därför håller ni nu ett nytt program i era händer.

Som vanligt är **månadsmötena** inplanerade till sista tisdagen i månaden med bl.a. Niklas Hjulström och Marianne Cedervall, vilka vi tyvärr fick avboka under våren. Vi inleder med Carl Jan Granqvist i augusti.

Julbordet är planerat till den 3 december och som brukligt är håller vi till i Hahrska palatset där ”Udda gubbar” traditionsenligt bjuder på underhållningen.

Våra populära **seniorcaféer** i Konserthusets foajé fortsätter med 2 tillfällen under hösten, 13 oktober och 10 november.

När det gäller torsdagsaktiviteterna med **studiebesök** och **utflykter** finns som vanligt mycket att välja på och även där finns det med några aktiviteter, som blev inställda under våren: Offentlig konst i Västerås och Konstresa till Karlstad med Lerinmuséet. Året 2020 avslutas med Birkakryssning med Luciakonsert i Norrmalmskyrkan.

Vi har valt att inte lägga in någon utlandsresa denna höst p.g.a. osäkerheten vad det gäller utlandsresor.

Kursutbudet är i stort sett detsamma som under våren med undantag av att Arv och testamente, Möbelpetsering och Bildbehandling av olika anledningar inte finns med under hösten.

Vi kommer naturligtvis fortsätta att följa Folkhälsomyndighetens råd angående covid-19. Deras rekommendationer kommer helt att avgöra huruvida aktiviteterna i det här programmet kommer att kunna genomföras eller ej. Aktuella uppdateringar hittar ni alltid på vår hemsida. För er, som inte har tillgång till Internet, går det även bra att kontakta den, som är ansvarig för en viss aktivitet, om det finns några funderingar.

Västerås i maj 2020

Styrelsen för Aktiva Seniorer

Månadsmöten hösten 2020

Månadsmöten hålls, utom i december, sista tisdagen i månaden på Växhuset, Viktor Larssons plats 2. Vi börjar kl. 09.30 och slutar omkring kl. 11.30.

Pris 60 kr, inklusive kaffe/te och bröd.

Ingen föränmälan utom till jullunchen!

- 25 augusti** **Ett kåseri av Carl Jan Granqvist**
Carl Jan kommer att berätta om sitt liv. Vi kan väl anta att det kommer att handla en hel del om mat och vin. Men kanske det också kommer att handla om hans satsningar vid Saxå Bruk?
Aktivitetsansvarig: Britt-Marie Johansson
- 29 september** **Niklas Hjulström,**
Chef för Västmanlands teater, gästar oss och berättar om sig själv och om teatern i Västmanland.
Aktivitetsansvarig: Siw Andersson
- 27 oktober** **Vår egen deckardrottning, Marianne Cedervall**
Marianne släppte sin första bok när hon var nästan 60 år. Sedan dess har hennes böcker sålts i hundratusentals exemplar. Hör henne berätta om sitt liv och författarskap.
Aktivitetsansvarig: Gudrun Stengard
- 24 november** **Företagsvolontärerna – Staffan Braw – Samhällsengagemang är lönsamt.**
Staffan Braw är reklam- och företagarprofilen som lämnade sin reklambyrå och blev föreningsmänniska. Han startade Företagsvolontärerna, en förening med idén att koppla ihop näringsliv och välgörenhetsorganisationer allt för att göra enkelt för företag att hjälpa de som hjälper.
Aktivitetsansvarig: Louise Moselius
- 3 december**
OBS! Torsdag **Jullunch, Hahrska palatset**
Julbuffé med många läckerheter. Musikunderhållning av ”Udda gubbar” och Mikael Wretholm som underhåller med traditionell och stämningsfull julmusik.
Aktivitetsansvarig: Rickard Grähs
Pris: 360 kr
Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 19 oktober via vårt bokningsprogram på hemsidan, alternativt via telefon till Margaretha Holmgren 070 580 40 91
Betalning: oss tillhanda senast den 17 november till plusgiro 15 36 64 - 8
Samlingsplats: Hahrska palatset Mimergratan 1
Tid: kl. 11.30 - 14.15 **OBS! Porten öppnas kl. 11.30**

Seniorcafé i Konserthuset

Två gånger under hösten bjuder vi in till träff i **Konserthusets foajé, Kopparbergsvägen 1** för trevlig samvaro och en föreläsning på 40 minuter i ett aktuellt ämne. Aktuellt ämne redovisas minst en vecka före respektive cafédag på vår hemsida: vasteras.aktivasiener.com samt på månadsmötet.

Tid: tisdagarna den **13/10 och 10/11**. Kaffe och smörgås serveras med **start kl. 09.00**.

Föränmälan: till Ola Sunesson e-post: obsunesson@telia.com tel. 021 84 15 44, senast 2 dagar före träff. **OBS! Begränsat antal platser!**

Pris: 60 kr. inkl. kaffe och smörgås, betalas med kort eller kontant.

Resor, utflykter, studiebesök, teater och konserter

Anmälan görs per telefon eller e-post till den bokningsansvarige som anges vid respektive aktivitet. Detta gäller även jullunchen, se under månadsmöten. Anmälan som är bindande, kan göras tidigast angivet anmälningdatum från kl. 09.00. Högst två personer per anmälan. Anmälan skall åtföljas av namn och telefonnummer (även eventuellt mobilnummer) för deltagande personer.

OBS! Vid inbetalning är det viktigt att fullständigt namn på deltagare samt uppgift om den bokade platsen inte utnyttjas av den som bokar eller annan på väntelista, sker ingen återbetalning.

Ytterligare aktiviteter utöver nedanstående kan eventuellt aktualiseras. Även ändring i utbud kan bli nödvändigt. Information kring detta lämnas i förekommande fall på månadsmöten och på föreningens hemsida: vasteras.aktivaseniorer.com och/eller via e-post.

27 augusti

Torsdag

Offentlig konst i Västerås

Ta tillfället i akt och fördjupa dig i Västerås offentliga konst! Dagen inleds med en kortare presentation på Västerås konstmuseum om det praktiska arbetet med den offentliga konsten och enprocentregeln. Efter en fikastund följer en guidad tur där vi får se den offentliga konsten i centrala Västerås.

Aktivitetsansvarig: Gudrun Stengard

Pris: 115 kr inklusive kaffe och bulle

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 10 augusti via vårt bokningsprogram på hemsidan

Betalning: oss tillhanda senast den 20 augusti till plusgiro 15 36 64 – 8

Samlingsplats: Västerås konstmuseum, Karlsgatan 2

Tid: kl. 10.00–ca 12.00

3 september

Torsdag

Västerås Historiska Skeppsmuseum - Frösåker

Vid Frösåkers brygga ligger Sveriges största privatägda, flytande träbåtsflotta. Här startar vi med en roddtur i en av deras många Vikingaskepp (frivilligt). Därefter får vi en guidad tur och en historisk berättelse om bl.a. Frösåker och de olika skeppen. Besöket avslutas med lunch bestående av deras populära fisksoppa.

Aktivitetsansvarig: Rickard Grähs

Pris: 410 kr inkl. lunch

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 10 augusti via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Berit Svanborg 073 801 31 31

Betalning: oss tillhanda senast den 20 augusti till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Samåkning i egna bilar från Rocklunda ABB Arena Nord

Tid: kl. 10.00–ca. 14.00

10 september

Torsdag

Nibble Gård

På Nibble Gård strax utanför Tillberga startade familjen Johansson 1999 Nibble Gårdsgris som 2019 utsågs till Årets Klimatbonde. För Nibble är miljöarbetet viktigt, vilket innebär att såväl växtodling som djuruppfödning sker på ett hållbart sätt. De är både Svenskt Sigill och klimatcertifierade. På plats får vi en presentation av gården och företaget följt av en rundvandring. Vi får också smaka på gårdens lufttorkade produkter.

Aktivitetsansvarig: Ulla Jerregård

Pris: 90 kr inkl. kaffe/te och smörgås.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 10 augusti via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Margaretha Holmgren 070 580 40 91

Betalning: oss tillhanda senast den 27 augusti till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Samåkning i egna bilar från Rocklunda, ABB Arena Nord.

Tid: kl. 9.30- ca. 12 **eller** kl. 13.30- ca. 16. **Välj önskad tid vid anmälan!**

17 september

Torsdag

Folkhemsturen Industrileden – innan den fanns

En rafflande upptäcktsresa genom det verkliga Sverige. Kolbäckssån - en gång i tiden en pulsåder i framväxten av landet Sverige. Vi tar oss med veteranbuss och guide längs gamla och nyare delar av 66:an genom Hallstahammar, Surahammar, Fagersta och Norberg.

Aktivitetsansvarig: Christer Näsman

Pris: 530 kr. Retrofika efter vägen och folkhemslunch i Fagersta ingår.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 10 augusti via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Karin Fall 021 33 24 76

Betalning: oss tillhanda senast den 3 september till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Kopparlunden, Elekta Folkets Bio, Sintervägen 6.

Tid: kl. 9.00-ca 17.00

24 september

Torsdag

Djäknebergsvandring

Gå en guidad tur med Nina från Delia och Dåtiden på Djäkneberget.

Vandringen tar ca 1 timme och efter denna fikar vi på Djäknebergsterrassen.

Under 1800-talet fanns inte många allmänna ytor som man kunde träffas och umgås på. I de trångbodda hemmen söps det dessutom ofta i kopiösa mängder. Att anlägga allmänna parker där man kunde insupa frisk och stärkande luft var ett motdrag mot det. I Västerås tar den färgstarke, temperamentsfulle och originelle Sam Lidman till sin livsuppgift att skapa en naturpark fylld med fostrande steninskriftioner med moraliska budskap i sann 1800-talsnationalistisk anda.

Aktivitetsansvarig: Louise Moselius

Pris: 140 kr inklusive fika.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 10 augusti via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Kerstin Magnusson 070 747 54 46

Betalning: oss tillhanda senast den 10 september till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Sam Lidmanstatyn, ca 50 m från Kristinagatan

Tid: kl. 14.00

1 oktober

Torsdag

Friluftsdag vid Fiskkraken

Vi har hyrt Vandringens klubbstuga Flisenberg vid sjön Fiskkraken (norr om Surahammar) över dagen. Där kan man vandra runt sjön, ungefär 5 km, plocka svamp och bär eller bara strosa omkring och njuta av naturen. Vi kommer att ha medlemmar som leder vandringen och svampplockningen. Det finns även möjlighet till bastubad och kanske ett dopp i sjön! Vid lunchtid bjuds på grillad korv med bröd och dricka. Övrig förtäring för dagen medtages av deltagarna själva. Ömma kläder efter väder och aktivitet.

Aktivitetsansvarig: Ulla Jerregård

Pris: 60 kr inklusive korv med bröd och dryck.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 10 augusti via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Berit Svanborg 073 801 31 31
Betalning: oss tillhanda senast den 17 september till plusgiro 15 36 64 - 8
Samlingsplats: Samåkning i egna bilar från Rocklunda, ABB Arena Nord.
Tid: kl. 8.30–ca 15.00

8 – 9 oktober
Torsdag-fredag

Skaldjurskryssning

Följ med på en kryssning med Birka Cruises till Mariehamn och njut av havets läckerheter. Ät så mycket du vill av hummer, havskräftor, räkor, ostron och mycket mer. Båten går kl. 17.00 och kl. 17.30 sätter vi oss till bords i restaurang Compagniet. Efter en god natts sömn intar vi en härlig frukost. Båten anländer Stockholm 9/10 kl. 14.00. Vid anmälan måste du uppge ditt födelsedatum och om du inte är svensk medborgare. ID-handling måste medföras på resan.

Aktivitetsansvarig: Lars Eriksson

Pris: 825:-/person i dubbelhytt kategori Seaview Comfort. Tillägg för enkelhytt 170: -. I priset ingår buss V:ås – Sthlm t.o.r. skaldjursmiddag och frukost.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 10 augusti via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Margaretha Holmgren 070 580 40 91

Betalning: oss tillhanda senast den 21 september till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Bussterminalen vid Centralstationen hållplats i.

Tid: Avresa 8:e oktober kl. 13.45, hemkomst 9:e oktober ca kl. 16.30

10 oktober
Lördag samt
repris senare datum

Verdis opera AIDA från Metropolitan

Titelrollen i *Aida* spelas av Anna Netrebko. Verdis odödliga opera får sin första nya iscensättning på Met på mer än tre decennier, i en ny version regisserad av Michael Mayer, vars bländande vision av det forntida Egypten får liv med hjälp av intrikata projektioner och iögonfallande animationer. Mezzosopranen Anita Rachvelishvili spelar Amneris och tenoren Piotr Beczala är triangelndramats tredje part Radamès.

Aktivitetsansvarig: Åsa Högström

Pris: 300 kr

Anmälan: fr.o.m. kl. 9.00 den 10 augusti via telefon till Åsa Högström 070 627 60 69 eller e-post: asa.hogstrom@pobox.com

Betalning: oss tillhanda senast den 25 september till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Elektra, Culturen, Kopparlunden

Tid: lördag kl.18.30. Föreställningen börjar 30 min senare.

Datum för reprisen meddelas senare på vår hemsida.

15 oktober
Torsdag

Konstresa till Karlstad med Lerinmuseet

Lars Lerin och Picasso på samma resa. Är det möjligt? Ja, det är det och den här resan innehåller ännu mera konst. Resan gör ett fikastopp med smörgås vid Picassos staty i Kristinehamn. Den är 15 meter hög. Därefter åker vi till Karlstad och Värmlands museum, som nyligen återöppnat efter en stor renovering. Där finns flera utställningar. Välj mellan att se deras basutställning med värmländska och internationella konstnärer, deras utställning om livet i Värmland eller någon av deras tillfälliga utställningar. På museet finns en trevlig butik och en restaurang där vi äter lunch. Eftermiddagen ägnas helt åt Lerinmuseet, där vi njuter av Lars Lerins tavlor

och får en guidad tur. Det finns möjlighet att fika i Lerinmuseets kafé.

Aktivitetsansvarig: Britt-Marie Johansson.

Pris: 665 kr, inklusive bussfika och lunch. Fika på Lerinmuseet ingår ej.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 14 september via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Berit Svanborg 073 801 31 31

Betalning: oss tillhanda senast den 1 oktober till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Gemensam bussresa från Rocklunda ABB Arena Nord eller bussterminalen vid centralen hållplats i.

Tid: kl.07.00 från Rocklunda kl. 07.10 från Centralen, hemkomst ca kl.18.30.

oktober
vecka 43

Aktivitet vecka 43

Den aktivitet som var planerad för vecka 43 (en teaterresa till Stockholm), blev flyttad i slutskedet av programplaneringen. Vi har ännu inte hunnit med att planera en ny aktivitet. Vi kommer därför att på vår hemsida, antagligen under augusti månad, informera om en ny aktivitet.

Aktivitetsansvarig: Britt-Marie Johansson, tel. 070 396 27 01

29 oktober
Torsdag

Brunnby gård

Vi samlas på Hushållningssällskapets Brunnby Gård i stora samlingsalen kl. 09.30 och får lyssna till Roberth Kihlin från Hushållningssällskapet som berättar om Brunnby, dess historia och verksamhet. Roberth driver tillsammans med sin bror ett stort jordbruk mellan Västerås och Enköping: Hallstabergets gård. Efter detta serveras fika och sedan går vi ut på ägor där Magnus Claesson från Hushållningssällskapet kan svara på frågor och berätta om verksamheten.

Aktivitetsansvarig: Lars Eriksson

Pris: 170 kr inkl. kaffe/te och smörgås på hembakat bröd.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 14 september via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Berit Svanborg 073 801 31 31.

Betalning: oss tillhanda senast den 15 oktober till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Samåkning i egna bilar från Rocklunda ABB Arena Nord.

Tid: kl. 08.50-ca.13.30

3 november
OBS! Tisdag

Sven-Harrys Konstmuseum samt Konsten i Riksdagshuset

I dag besöker vi först Sven-Harrys konstmuseum i Sthlm som grundades av byggmästaren Sven-Harry Karlsson och som invigdes mars 2011. Här ser vi konst av Ernst Josefsson, Edvard Munch, Anders Zorn mm. Efter lunch på Nobelmuseet går vi till Riksdagshuset där vi får en visning av några av deras 4000 konstverk. Här får vi bl.a. se väven "minnet av ett landskap" i plenisalen och många av de målningar, skulpturer, teckningar och textilier som finns där.

Aktivitetsansvarig: Rickard Grähs

Pris: 565 kr inkl. fm fika + lunch.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 14 september via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Margaretha Holmgren 070 580 40 91

Betalning: oss tillhanda senast den 22 oktober till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Gemensam bussresa från Rocklunda ABB Arena Nord eller bussterminalen vid centralen hållplats i.

Tid: kl.07.20 från Rocklunda kl. 07.30 från Centralen, hemkomst ca kl.18

11 november
OBS! Onsdag
eller **12 november**
Torsdag

Hälla kafferosteri

Vi får en kaffeleksion med Kaj Johdet. Provsbakning av ett kaffe på 4 olika sätt (Bryggkaffe, V60, cold brew & espresso). Kafferostningsleksion med kafferostmästaren Dan Johdet.

Aktivitetsansvarig: Christer Näsman

Pris: 200 kr. Varje deltagare får med sig en påse nyrostat kaffe hem.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 14 sept. via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Karin Fall 021 33 24 76. **Välj önskad dag vid bokning.**

Betalning: oss tillhanda senast den 27 oktober till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Hälla köpcenter, kafferosteriet mitt emot Stadium.

Tid: kl. 14.00-15.30

19 november
Torsdag

Barkarö trädgård

Barkarö Trädgård är ett familjeföretag som fortfarande drivs av samma familj, som startade verksamheten 1931. Försäljning sker till grossister, större butikskedjor och garden centers och i den egna butiken i Barkarö. Sortimentet varierar mellan årstiderna. Under höst och vinter är det mest begonior, cyklamen, azaleor och julstjärnor. I trädgården finns en butik med krukor, pynt och en hel del presentartiklar. Där finns också ett mysigt café. Vi får en guidad tur i trädgården och möjlighet att handla blommor och annat i butiken.

Aktivitetsansvarig: Britt-Marie Johansson

Pris: 60 kr inkl. kaffe med godbit.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 19 oktober via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Kerstin Magnusson 070 747 54 46

Betalning: oss tillhanda senast den 5 november till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Vid Barkarö trädgård i Barkarö.

Tid: kl. 10.00.

26 november
Torsdag

Teater i Västerås

Vi ser Henrik Ibsens ”**Ett dockhem**” på Västerås teater. Dramat utspelar sig i ett av Köpenhamns välbärgade hem och kretsar kring den vackra Nora. Vid premiären i Köpenhamn 1879 blev det en skandalsuccé för sin radikala handling med budskapet om köns jämlikhet och kvinnans frigörelse.

Aktivitetsansvarig: Siw Andersson

Pris: 305 kr inkl. kaffe o kaka i pausen

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 19 oktober via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Karin Fall 021 33 24 76

Betalning: oss tillhanda senast den 12 november till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Entrén Västerås teater kl. 17.30 för utdelning av biljetter

Tid: Föreställningen pågår kl. 18.00-20.00.

3 december
OBS! Torsdag

Jullunch i Hahrska Palatset

Se under rubriken Månadsmöten!

8 - 9 december

Tisdag - onsdag

Birkakryssning med Luciakonsert i Norrmalmskyrkan

Välkomna till en stämningsfull Luciakonsert i den vackra Norrmalmskyrkan med Stockholms Singers och en solist från Kungliga Operan. Vid ankomsten till kyrkan serveras kaffe med lussebulle. Efter konserten tar bussen oss till Birka terminalen. Vi gör oss hemmastadda i våra hytter för att sedan samlas och inta Birkas berömda julbord i vintersmak inklusive dryck. Nästa morgon serveras frukostbuffé fram till 09.30. Sedan är det bara att koppla av, njuta av båtfärden och umgås. m/s Birka ankommer Stockholm kl. 14.00.

Aktivitetsansvarig: Gudrun Stengard

Pris: 2-bädds hytt Cabin standard insides 895: -, 2-bädds hytt Seaview komfort utsides 1045: -. Tillägg för enkelhytt 160: -.

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 28 september via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Berit Svanborg 073 801 31 31

Betalning: Resan faktureras från Björks Buss.

Samlingsplats: Gemensam buss från bussterminalen vid centralen, hpl. i.

Tid: 8/12 kl. 12.15. Hemkomst 9/12 ca. kl. 16.00.

13 januari 2021

OBS! onsdag eller

14 januari torsdag

ASEA:s historiska samlingar

En vandring i elens historia inom ASEA med guide.

Aktivitetsansvarig: Christer Näsman

Pris: 40 kr

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 23 november via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Karin Fall 021 33 24 76

Betalning: oss tillhanda senast den 30 december till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Entré Länsmuseet Karlsgatan 2

Tid: kl. 13-15 eller kl. 15-17. **Välj önskad dag och tid vid anmälan!**

21 januari 2021

Torsdag

Afternoon tea på Färna Herrgård

Vi åker gemensamt till Färna Herrgård för en mysig eftermiddag med afternoon tea och klassiskt tillbehör. Eftermiddagen börjar med ett besök i Herrgårdsboden. I stallet, om 300 kvm, finns inrednings-, present-, och trädgårds artiklar samt välkända klädesmärken. Därefter fortsätter vi till Herrgården, här ger VD'n Wenche Engström oss en inblick i Herrgårdens historik. Färna Herrgård är känd för sin goda mat och har fått många utmärkelser bl. a. i White Guide. Inga-Lena Eriksson, köksmästare och sommelier, berättar om deras mattänk och dryck.

Aktivitetsansvarig: Gudrun Stengard

Pris: 360 kr

Anmälan: fr.o.m. kl. 09.00 den 23 november via vårt bokningsprogram på hemsidan alternativt via telefon till Margaretha Holmgren 070 580 40 91

Betalning: oss tillhanda senast den 30 december till plusgiro 15 36 64 - 8

Samlingsplats: Gemensam bussresa från Rocklunda parkeringen ABB Arena Nord eller bussterminalen vid Centralen, hållplats i.

Tid: kl.13.00 från Rocklunda, kl.13.10 från Centralen. Hemkomst ca kl. 18.00

Kurser, studiecirklar och friluftsliv

*Anmäl dig så snart som möjligt och senast 14 dagar före kursstart till den kurs du är intresserad av och betala kursavgiften senast en vecka före kursstart.
Har du ingen e-post kan du anmäla dig per telefon.*

*Vid anmälan ange KURS, DITT NAMN, TELEFONNUMMER,
E-POSTADRESS OCH PERSONNUMMER (ALLA 12 SIFFRORNA).*

Aktiva Seniorer samarbetar med Medborgarskolan. Som ett led i det får alla våra medlemmar 20 % rabatt på Medborgarskolans kurser inom deras region Mälardalen.

Se hela kursutbudet på www.medborgarskolan.se

Motionspromenader

Promenad med eller utan stavar, i naturen eller andra områden beroende på väderförhållande. Vi går på stigar i fart som passar alla som vill ha motion i grupp. Vi försöker hitta nya och trevliga områden varje gång. Vi har en fikarast under vandringen. Motionerar gör vi företrädesvis 7 km. Anmälan om deltagande kan ske när som helst under hösten.

Vill du delta: Kontakta Lisbeth Magnusson för anmälan samt ytterligare information och om du har eventuella egna önskemål

e-post: lismag100@gmail.com, tel.: 070 370 11 57

Tid: måndag förmiddagar ca 2,5 timme per gång under perioden 17 augusti till mitten av december.

Spela bowling med oss

Kom och spela bowling med oss i föreningen. Prova dina färdigheter och ha skoj. Alla är välkomna, nybörjare som proffs. Ingen föransmälning behövs. Bara kom!

Kontaktperson: Agneta Björs, e-post: agneta0220@gmail.com, tel.: 070 272 52 33

Tid: måndagar kl. 13.00-14.00

Start: 17 augusti och avslut 14 december

Plats: Bellevue i Västerås

Pris: 60 kr per gång för 3 serier (betalas på plats)

Medicinsk yoga

En yogaform som passar alla, även nybörjare. Enkla men kraftfulla övningar för nacke, axlar och ländrygg samt djupandning som motverkar spänningar och stress och som ger bra avslappning.

Kursledare: Anette Jonsson

Tid: måndagar kl. 16.45-17.30, fem gånger

Start: måndagen den 21 september och sedan 28 september, 5, 12 samt 19 oktober

Plats: Medborgarskolan, Kopparlunden, Skivfilargränd 4

Föransmälning till Gun Lantz, e-post: gim.lantz@outlook.com, tel.: 076 007 04 30

Antal deltagare: min. 10 max. 25

Pris: 500 kr, betalas före kursstart till plusgiro 15 36 64 – 8

Krishärddar i världen

Några områden som kommer att behandlas är:

- * Coronasmittans påverkan på världspolitiken,
- * De amerikanska president- och kongressvalkampanjerna inför valen den 3 november,
- * EU:s framtid,
- * Situationen i Östersjöområdet,
- * Spänningar i Arktisområdet med fokusering mot Barents hav,
- * Fjärran Östern med Kina,
- * Norra Afrika med den allvarliga utvecklingen i Sahelområdet,

* Mellersta Österns ständiga kriser.

Kursledare: Stig Wahlström

Tid: tisdagar varannan vecka kl.10.00-11.45

Start: tisdag den 29 september och därefter 13 och 27 oktober samt 10 och 24 november

Plats: Medborgarskolan, Kopparlunden, Skivfilargränd 4

Föranmälan: till Gun Lantz, e-post: gim.lantz@outlook.com, tel.: 076 007 04 30

Antal deltagare: Max 25

Pris: 225 kr, betalas före kursstart till plusgiro 15 36 64-8

Mervetarna

Två grupper studerar och diskuterar olika ämnen. Verksamheten sker i samarbete med Medborgarskolan, som tillhandahåller kvalificerat material. Även annan litteratur läses och behandlas enligt deltagarnas önskemål. Rekommenderas för vetgiriga!

Ledare: Margaretha Hellman och Birgitta Sunesson samt Kent Olsson

Tid: onsdagar kl. 09.30-11.30

Start: 16 september. Pågår varje vecka till i början av december.

Plats: Medborgarskolan, Kopparlunden, Skivfilargränd 4

Föranmälan till Ola Sunesson, e-post: obsunesson@telia.com, tel.: 021 84 15 44

Pris: 250 kr per termin (faktureras av Medborgarskolan)

250-årsjubilarer Beethoven

Beethoven- 250 år! Vi fortsätter där vi tvingades sluta i våras. Halva Eroicasymfonin är kvar, pianokonserterna, stråkkvartetterna och allt vad ni önskar.

Kursledare: Stellan Moberg, f.d. altviolinist i Sinfoniettan.

Tid: måndagar varannan vecka kl. 13.00-15.00, sex gånger

Start: måndagen den 14 september, sedan 28 september, 12 och 26 oktober samt 9 november

Plats: Medborgarskolan, Kopparlunden, Skivfilargränd 4

Föranmälan till Gun Lantz, e-post: gim.lantz@outlook.com, tel.: 076 007 04 30

Antal deltagare: min 10, max. 25

Pris: 235 kr, betalas före kursstart till plusgiro 15 36 64 - 8

Vi ser på Film

Vi ser sex filmer på biografen Elektra. Före och efter filmen samtalar vi tillsammans med ledaren Anders Eriksson om angelägna frågor som filmen aktualiserar.

Tid: torsdagar varannan vecka kl. 13.00, sex gånger

Start: 24 september, sedan 8 och 22 oktober, 5 och 19 november samt 3 december

Plats: Biografen Elektra i Culturen, Kopparlunden, Sintervägen 6

Föranmälan till Ylva Almblad, e-post: ylvaalmblad@hotmail.com, tel.: 072 151 39 00

Pris: 420 kr, som betalas i filmkassan vid första besöket

Bokcirkel

Det är härligt och spännande men också rogivande att läsa. I bokcirkeln delar du dina skönlitterära upplevelser med andra. Det inspirerar till fortsatt läsning. Vi samarbetar med Medborgarskolan i denna cirkel.

Tid: måndagar kl. 13.30-15.30 ojämna veckor, 7 träffar per termin

Start: 7 september, därefter 21/9, 5/10, 19/10, 2/11, 16/11 och 30/11

Plats: Medborgarskolan Kopparlunden, Skivfilargränd 4

Föranmälan till Berit Svanborg, e-post: berit.svanborg@gmail.com, tel.: 073 801 31 31

Antal deltagare: min. 5, max. 10

Pris: endast kostnad för den litteratur man eventuellt köper

SeniorSnickarna 1 och 2

Tid: grupp 1 måndagar kl. 09.00-12.00 och grupp 2 onsdagar kl. 13.00-16.00

Start: grupp 1: 14 september och grupp 2: 23 september

Plats: Herrgårdets Servicehus fina snickarverkstad

Föranmälan till ledarna,

grupp 1: Bernt Höglund, e-post: bernt.hoglund1@gmail.com, tel. : 070 473 35 64

grupp 2: Bo Sikdal, e-post: bo.sikdal@comhem.se, tel.: 021 13 65 78

Pris: enligt servicehusets regler betalar vi en mindre avgift varje gång för bl.a. energikostnader

Släktforskning för nybörjare

Denna nybörjarkurs kan vara till god hjälp att komma igång med din släktforskning. Vi kommer att använda Arkiv Digital, som vi traditionellt har använt oss av, när det gäller kyrkböckerna. Denna nya version av Arkiv Digital "Allt I Ett" innehåller inte bara kyrkböckerna utan också ett antal befolkningsregister såsom Sveriges befolkning 1940, 1950, 1960, 1975, 1985 med flera.

Kursen är upplagd så, att alla tränar hemma på gemensamma övningsexempel samtidigt som man tillämpar motsvarande tillvägagångssätt på sin egen forskning. Man har naturligtvis tillgång till Arkiv Digital hemma, eftersom det är WEB-baserat. Målet är att deltagarna efter kursen ska kunna söka i kyrkböckerna på egen hand.

Förutsättningar: Vana att använda datorn på Internet. Tillgång till Internet hemma för att kunna träna. (Bredband eller ADSL är en stor fördel, eftersom det är bilder man laddar ner.) Det går **bra att ta med och använda egen dator (läsplatta inte lika bra)**. Medborgarskolan har WiFi.

Tid: kl.13.00-15.30 sex onsdagar: 30/9, 7/10, 28/10, 4/11, 11/11 samt 18/11

Plats: Medborgarskolan, Skivfilargränd 4, Kopparlunden, Västerås

Ledare: Börje Lantz

Anmälan, som är bindande, senast 14 september till Börje Lantz, e-post: borjelantz@outlook.com, tel.: 072 313 74 49

Start: 30 september

Kostnad: Ca 495 kronor varav 100 kronor betalas till ledaren vid första kurstillfället. Abonnemanget på Arkiv Digital's Allt I Ett gäller 13 veckor och faktureras dig av Medborgarskolan.

Dags för svampjakt

Svampkursen fortsätter med 3 utflykter under hösten.

Ta med svampkorg och lite fika för trevlig samvaro i naturen.

Start: i augusti.

Ledare: Bengt Lindgren, epost: bengt.lindgren@teammet.se, tel.: 070 585 53 72

Ewa Johansson, e-post: ewa.bm.johansson@gmail.com, tel.: 070 308 89 48

Datakurser

För att kunna delta i våra datakurser måste du ha tillgång till en dator med fungerande Internetuppkoppling eller egen telefon/surfplatta samt möjlighet att träna mellan kurstillfällena

Vi håller alla våra kurser i Medborgarskolans nya lokaler, Skivfilargränd 4, Kopparlunden, Västerås

Så här anmäler du dig till kurserna:

Kurs nr 1: Till Gun Lantz, e-post: gim.lantz@outlook.com

Kurs nr 2 och 3: Till Margarethe Bylander, e-post: margarethe.bylander@gmail.com

För att vi skall kunna planera inför kursstarterna behöver vi din anmälan så snart som möjligt, men senast 14 dagar före kursstart. Kom ihåg att när du anmält dig så tar du upp en plats. Skulle du ev. ångra dig senare gäller även för avbokning att du måste avboka senast 14 dagar före kursstart. Om så ej sker får du betala kursavgiften även om du uteblir.

Vid anmälan kom ihåg att ange **namn, adress, fullständigt personnummer, kursnummer och telefonnummer**

Kursavgift: 150 kr/kurs, som betalas till plusgiro 15 36 64-8 senast 14 dagar före kursstart

Är du osäker vilken kurs som passar just dig? Kontakta oss så berättar vi mer och hjälper dig!

Våra kurser kräver att du har en viss datorerfarenhet, men observera att de är grundkurser inom sitt område. OBS! När det gäller datorer använder vi endast PC.

1. iPhone (4 lektioner á 3 studietimmar)

Grundkurs för dig som nyligen skaffat en iPhone.

I den här kursen visar vi hur du laddar ner nya ”appar”, hanterar dessa och de förinstallerade ”apparna”, går igenom Safari, E-post, Kamera, Bilder, Kalender och Kontakter samt tittar lite på ”Inställningar”.

Du tar med din egen iPhone inklusive nödvändiga lösenord till kursen.

Tid: 22/10, 26/10, 29/10 och 2/11 kl.13.00 - 15.30

2. Android telefon och surfplatta (4 lektioner á 3 studietimmar)

Det här är kursen för dig som vill lära dig mer om inställningar och vad du kan använda din Android (t.ex. Samsung) telefon och eventuell surfplatta till. Vi kommer att titta på några av de över miljonen appar som finns och hur du kan synkronisera data mellan din dator (PC), telefon och eventuell surfplatta. Sociala medier (Facebook etc.) kommer dock inte att behandlas i denna kurs.

Tag med din telefon och eventuell surfplatta samt gärna även eventuell bärbar dator inklusive alla nödvändiga lösenord till enheterna.

Tid: 16/11, 19/11, 23/11 och 26/11 kl.13.00-15.30

3. Säkerhetskopiering och molnlagring (4 lektioner á 3 studietimmar)

Om man tappar bort bilder eller dokument behövs reservkopior för att kunna återställa dem.

Med smartphones tar man lätt bilder som man kanske vill se i datorn på ett smidigt sätt.

Denna kurs behandlar säkerhetskopiering av bilder och dokument till ett USB-minne eller till en extern hårddisk. Ett annat i dag vanligt sätt är att lagra sina bilder och dokument i molnet via Internet.

Vi behandlar även hur man kopplar en iPad/iPhone resp. en Android-smartphone/surfplatta (tex Samsung) till datorn via molnet för att överföra bilder och dokument mellan PC-datorn och smartphone/surfplattan.

Kursen förutsätter kunskap om PC med Windows 10 samt om respektive smartphone/surfplatta. *OBS!* Mac-datorer behandlas inte.

Medtag egen PC-dator med Windows 10, externt minne och smartphone/surfplatta.

Tid: 5/11, 9/11, 12/11 och 17/11 kl. 13.00-15.30

Att tänka på

Information

För att du skall få del av all information från föreningen, tänk på att:

anmäla ny eller ändrad adress, telefon och e-postadress på vår hemsida (Uppdatera kontaktuppgifter), till föreningens e-postadress: fasvast@telia.com, eller till någon i styrelsen

- det tryckta programmet kompletteras med information på föreningens hemsida: vasteras.aktivaseniorer.com via e-post och på månadsmöten
- du kan skicka e-post eller ringa till någon i styrelsen om du har synpunkter eller frågor om verksamheten. Telefonnummer och e-postadresser finns på hemsidan och på sidan två i det tryckta programmet. Föreningens e-postadress fasvast@telia.com
Föreningen har inte någon telefon eller något kansli

Resor, utflykter, studiebesök m.m.

Tänk på att:

- anmälan till rubricerade aktiviteter skall göras via bokningsprogrammet på hemsidan. En mindre del av platserna kan bokas via telefon till respektive bokningsansvarig.
OBS! *Anmälan via e-post, sms eller till telefonsvarare beaktas inte.* ”Först till kvarn” gäller!
- respektera första anmälningdatum och tid (kl. 09.00), annars riskerar du att din anmälan inte beaktas. Högst två personer (*medlemmar*) per anmälan.
- du kan anmäla dig även om aktiviteten är fullbokad. Väntelista upprättas och vid återbud eller utökning av antalet platser kontaktas de som står på väntelistan i tur och ordning.
- alla anmälningar är bindande. Om du får förhinder, kontakta den bokningsansvarige så fort som möjligt – det kanske finns någon på väntelista som vill överta platsen. Återbetalning av avgift sker endast om någon övertar platsen.
- vid för få anmälningar kan en aktivitet ställas in.
- betala i rätt tid, annars riskerar du att förlora din plats. Pengarna skall finnas på föreningens konto den dag som angetts som senaste betalningsdag.
- vid anmälan och vid betalning – ange aktuell aktivitet, för- och efternamn på varje deltagare samt vid anmälan även telefonnummer.
- då vi åker i egna bilar finns möjlighet till samåkning från samlingsplatsen. Om du i förväg vill försäkra dig om plats i en bil kan den bokningsansvarige informera om deltagare som kan tillfrågas. Om du inte åker via samlingsplatsen ska den bokningsansvarige meddelas.
- vid samåkning betalar varje passagerare 10 kr per mil direkt till bilägaren.
- samtliga medlemmar är olycksfallsförsäkrade då de deltar i verksamhet anordnad av Aktiva Seniorer. Du kan läsa mer om det på hemsidan.

I samarbete med