

HÖSTEN 2025



**AKTIVA SENIORER
ENKÖPING | 2025**





Aktiva Seniorer i samarbete med

Välkommen till hösten 2025

Efter sommaruppehållet är det äntligen dags att anmäla sig till höstens smörgåsbord av aktiviteter. Utbudet inom teater o musik är större än någonsin, vi hoppas att det ska finnas något för alla.

Nyheter och godbitar ur höstens program:

- Med fortsatt höga ambitioner för **månadens gäst** hoppas vi fylla Kompassen till sista plats i höst med en författare, en utrikeskorrespondent och en minnesmästare som spännande föreläsare.
- Fokusgruppen **Teater och musik** samarbetar nu med Enköpings Riksteaterförening vilket ger ett utökad programinnehåll för alla smaker.
- Engelsk afton går av stapeln i stans mest typiska lokal; Players' Inn. Vi gör även ett nytt försök att locka till dans och låter gästerna själva beställa mat och dryck. Föreningen erbjuder välkomstdrink och levande dansmusik. **Festligt** eller hur!
- Följ med på **resa** till Gripsholms slott och Taxinge eller lär dig mer om Uppsala Domkyrka och Gustavianum. Vi besöker även Grönsö i äppeltider och gör utflykter tillsammans med två av våra vänföreningar.
- Nya **cirklar** om Golfregler, Akvarellmålning med tema årstider och vinkunskap. Fysisk träning såsom Pilates och Gympa till musik finns på schemat, passa på.

Styrelsen

Vid föreningsstämman i februari valdes flera nya ledamöter in i styrelsen. Monica Dahlén är ny kassör, Stefan Edström ansvarar för teater och musik, Per Thunberg för studiebesök och hemsidan (tillsammans med Stefan). Kvar i styrelsen är Lena Haag (programhäfte tillsammans med Yvonne, samt resor och utflykter), Yvonne Sollenberg (vice ordförande samt cirklar och fysiska aktiviteter), Ulla Åkerdahl (ledamot) samt Åke Sundby (ordförande, månadens gäst och festligt).

Anmälan och lottning

Den 14 augusti öppnar anmälan som görs via hemsidan. Det går även att kontakta expeditionen vid behov. Höstens lottning omfattar resor/utflykter, teater/musik samt festligt. För att delta i lottningen behöver du anmäla dig senast 21 augusti. *Kom ihåg* att först anmäla dig till den aktivitet du helst vill delta i och sedan till andra aktiviteter i den ordning du prioriterar.

Välkommen önskar styrelsen!



MÅNADENS GÄST

Torsdag
25/9

Jon Jordås – Den sista boken om mordet på Olof Palme

Efter det förbryllande utpekandet av Skandiamannen år 2020 började Jon Jordås att gräva i mordet på Olof Palme. Ur alla tusentals dokument som gjordes tillgängliga när utredningen lades ner framträdde en ny person ur skuggorna - enstöringen som bodde på promenadavstånd från biografen Grand, och var ägare till en Magnum-revolver...

Jon Jordås är dokumentärchef på produktionsbolaget Filt. Han har bevakat ett stort antal kriminalfall som journalist och bland annat jobbat med prisbelönta P3 Dokumentär om Palmedutredningen inifrån.



Tid: 14.00 **Lokal:** Kompassen **Pris:** 150 kr

Torsdag
23/10

Bert Sundström – Världen med Trump o Putin – vart är vi på väg?

I över 20 år har SVT:s Bert Sundström rapporterat om Ryssland, och bevittnat hur Putins grepp om makten blivit allt hårdare. När SVT:s tidigare Rysslandskorrespondent Bert Sundström först kom till landet var det lätt att jobba som journalist. Människor pratade öppet om det mesta och de ryska medierna var frispråkiga. Nu har han stängt kontorsdörren i Moskva bakom sig för sista gången och återvänt till SVT:s hemmaredaktion i Stockholm.

– Det ser becks svart ut och det kan ta generationer innan ryssar får det välmående de förtjänar, säger Sundström när han lämnar landet.



Tid: 14.00 **Lokal:** Kompassen **Pris:** 120 kr

Torsdag
27/11

Jonas von Essen

Jonas är tvåfaldig världsmästare i minne och en flitigt anlitad föreläsare. Han har bland annat memorerat 100 000 decimaler på pi och hundratals slumpmässiga valnötter i kinesisk tv. Dessutom är han minst lika [smart som en femteklassare](#) och [har vad som krävs för att bli miljonär](#). För inte så länge sedan hade han dock problem med att minnas sin flickväns telefonnummer. Han berättar om hur förvandlingen gick till och hur du själv kan skaffa ett riktigt superminne.



Tid: 14.00 **Lokal:** Kompassen **Pris:** 190 kr

Cirklar

1. Franska

Ett kulturspråk som talas i hela världen. För dig med grundläggande förkunskaper

Tid: torsdag 25/9 kl. 13.00-14.30, därefter 9/10, 23/10, 6/11, 20/11 samt 4/12.

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: *Diana Norrström* 070-359 36 19



2. Vi målar akvarell

Släpp fram konstnären i dig - måla akvarell! Ta med material.

Tid: torsdag 4/9 kl. 9.30-11.45 sedan varje torsdag samma tid t.o.m 27/11.

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: *Monica Forsling* 070-144 02 85

3. Släktforskning

Vi fortsätter cirkeln i släktforskning. Programmet "Arkiv Digital" kommer att användas, Kostar 395 kr, betalas efter start till Medborgarskolan.

Tid: tisdag 9/9 kl. 14.00-16.15. Därefter tio tisdagar framåt samma tid

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr (plus program Arkiv Digital, se ovan)

Ledare: *Hans Hellqvist* 0171-316 82 / 070-658 99 30 och *Håkan Palm, Stig Sköldberg*

4. Jazzcirkeln "Jazzens mästare"

Välkomna att lyssna och njuta tillsammans till jazzens mästare.

Tid: tisdag 16/9 kl. 10.00-11.45 sedan 30/9, 14/10, 28/10, 11/11 och 25/11

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: *Göran Sjögren* 070-527 55 05 och *Staffan Stenvall* 070-376 92 14

5. Sticka tillsammans

Vi som gillar stickning träffas och både vana och ovana välkomnas. Vi inspirerar och lär av varandra. Medtag egen stickning och kaffekorg.

Tid: onsdag 24/9 kl. 9.45-12.15, udda veckor totalt 7 gånger

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: *Inger Reuterwall* tel. 070-467 00 23



6. Träslöjd

Deltagarna bestämmer själva vad de vill tillverka. Det kan förutom träföremål t.ex. röra sig om knivar eller läderprodukter. Alla står själva för arbetsmaterial som krävs, materialet kan förvaras i lokalen.

Tid: tisdag 26/8 kl. 16-18 sedan varje tisdag t.o.m 16/12

Lokal: Korsängsskolans slöjdsal **Pris:** 350 kr

Ledare: *Svante Moberg* tel. 070-514 25 02



7. Bokprat

Vi läser böcker/noveller och diskuterar innehållet. Deltagaravgift 50 kr.

Grupp 1 Tid: torsdag 28/8 kl. 10.00-12.00, därefter 11/9, 9/10, 6/11 och 4/12

Lokal: Enköpings bibliotek, Bibliotekets Joarsal (hörslinga finns)

Ledare: **Brittmari Hansson** tel. 073-675 77 52 alt. Mail brittmari.hansson@gmail.com

Grupp 2 Tid: tisdag 9/9 kl. 10.15-12.00 därefter 7/10, 4/11 och 2/12

Lokal: Enköpings bibliotek

Ledare: **Birgitta Nyberg** tel. 076-106 46 12 alt. mail: birny0307@gmail.com

Grupp 3 Tid: tisdag 9/9 kl. 14.00-16.00, därefter 14/10, 11/11 och 9/12

Lokal: Enköpings bibliotek

Ledare: **Lena Sundby** tel. 073-749 05 80



Grupp 4 Bokprat för herrar

Tid: onsdag 10/9 kl. 10.00-12.00 därefter 8/10, 12/11 och 10/12

Lokal: Medborgarskolan

Ledare: **Svante Moberg** tel. 070-514 25 02

Grupp 5 Tid: onsdag 10/9 14.00-15.30 därefter 8/10, 12/11 och 10/12

Lokal: Enköpings bibliotek

Ledare: **Ulla Pettersson** tel. 070-836 84 50 och **Margareta Sjögren** tel. 073-986 40 96

Grupp 6 Tid: onsdag 27/8 kl. 10.15-12.00, därefter 24/9, 22/10, 19/11 och 17/12

Lokal: Enköpings bibliotek

Ledare: **Eva Nordanstig** tel. 073-246 78 99

8. Dokumentärfilmer

Vi träffas vid tre tillfällen, ser dokumentärer och diskuterar efteråt.

Tid: måndag 6/10 kl. 14.00-16.00, därefter 3/11 och 1/12 samma tid

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Lena Sundby** tel. 073-749 05 80 och **Ann-Mari Moberg** tel. 073-054 06 07



9. IT för seniorer - träna vidare på din mobil /surfplatta

För dig som har kommit igång och behöver utveckla användandet vidare. Kom till lokalen där du får svar på dina IT-frågor.

Tid: onsdag 5/11 kl. 13.00-15.00, sedan 12/11, 19/11, 26/11, 3/12 samma tid.

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Johnny Eklund** 070-299 08 89, **Kent Åkerdahl** 070-839 02 05

10. Är dyra viner verkligen godare än billigare viner?

Enligt forskare tycker vindrickare att ju högre pris desto godare vin. Ett billigt och ett dyrare vin gjort på samma druva presenteras. Vi smakar tre druvor och sex viner varje tillfälle och diskuterar vilket vin vi anser bäst. Sex glas medtas till provningarna.

Tid: tisdag 16/9 kl. 18-20, därefter 14/10, 12/11 (obs onsdag) och 9/12 samma tid

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 400 kr

Ledare: **Per Thunberg** 070-677 03 00

11. Akvarellmålning, årstider

Vi målar landskap med fokus på de fyra årstiderna. Vi tittar på bildspel, Youtube-klipp och gör egna övningar. Vi övar också på landskapstillbehör, ex.vis staket, kraftledning, skogsvägar, timmerhögar och enklare byggnader men även fåglar och andra djur samt blomsterängar. Cirkeln är lämplig för dig med viss vana. Material håller man med själv, men råd om lämpliga papper, färger, penslar mm ingår.

Tid: torsdag 2/10 kl. 13.45-16.30, därefter 9/10, 16/10, 30/10, 6/11, 13/11, 20/11 (tot 7 ggr)

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Anders Geerd** 076-853 73 29, anders.geerd@ramboll.se

12. Historiska händelser, grupp 1 och grupp 2

Vi väljer ut en viktig händelse i världshistorien, beskriver orsaker, förlopp och konsekvenser för den fortsatta historien. **OBS två olika cirklar, se nedan.**

Grupp 1: tisdag 2/9, 14/10 och 25/11 kl 10.00-11.30

Grupp 2: onsdag 3/9, 15/10 och 26/11 kl 15.00-16.30

Lokal: Kungsgatan 38, hos Rolf Zenker. **Pris:** 50 kr

Ledare: **Rolf Zenker** 070-525 18 55

13. Politiskt café

Vi träffas månatligen över en kopp kaffe för att diskutera aktuell politik i Sverige och i världen. (Vi turas om att svara för kaffet.).

Tid: kl. 10-12 fredag 12/9 därefter måndagar 20/10, 3/11 och 1/12 samma tid

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Percy Westerlund** tel. 070-360 71 12

14. Måla i olja

Vi målar, lär oss teknik och samtidigt har vi trevligt tillsammans. Material håller man med själv, råd om lämpligt material ingår. Måla i olja vare sig du är ny på området eller har kunskap.

Tid: onsdag 3/9 kl. 10-13, därefter varje onsdag samma tid t.o.m. 3/12

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Anders Thörnberg** tel. 070-749 57 90

15. Historia om Enköpingsbygden

...saga och sanning. Från forntid till nutid. Det är titeln på den bok vars vederhäftiga historia och roande berättelser ligger till grund för vår cirkel. **För att delta behöver du tillgång till boken**, så om du har den eller kan låna, t.ex på biblioteket så är du varmt välkommen.

Tid: måndag 1/9 kl. 14.00-16.15, därefter måndagar jämna veckor t.o.m. 8/12 samt 15/12

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Göran Edlund** tel. 070-611 63 00

16. Grunden för vår västerländska kultur

Hur ska vi se på de urgamla texterna i Gamla testamentet idag? De har påverkat vår kultur i årtusenden och under hösten diskuterar vi bl.a. om hur berättelserna bildat grund för påskens innehåll och utformning av vårt rättssystem.

Tid: onsdag 3/9 kl 10.00-11.30, därefter 1/10, och 5/11

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Birgitta Zenker** 070-577 62 41

17. Repetition golfregler för golfare

*Miss a inte chansen att fräscha upp dina kunskaper om golfregler. Det är en användbar kunskap där du ibland kan vända en jobbig situation till din fördel. Ulf går även igenom handikappsystemet. Anmäl dig till **en (1)** av grupperna nedan.*

Grupp 1: onsdag 1/10 och 8/10 kl 15.30-18.00

Grupp 2: onsdag 15/10 och 22/10 kl 15.30-18.00

Lokal: Medborgarskolan **Pris:** 50 kr

Ledare: **Ulf Johansson** 070-630 34 82



FYSISKA AKTIVITETER

1. Senorgym på Kryddgården

*Där finns olika träningsredskap för styrke- och balansträning. För att få träna på gymmet ska du kunna hantera de redskap/maskiner som används. Den som saknar utbildning på redskap får skaffa sig den i gymlokalen genom att studera hur andra gör och att fråga gymansvarig i lokalen. **Observera att träningen sker på egen risk!***

Anmäl dig bara om du avser att träna åtminstone 1–2 ggr/vecka i genomsnitt.

Tid: mån-tor kl.16-18, lör kl. 9-11. Under augusti endast måndag och torsdag kl.16-18.

Stängt helgdagar och helgdagsaftnar. **Pris:** 50 kr

Samordnare: **Lars Widegren**, lars.widegren@tyfonmail.se

2. Cirkelträning Kryddgårdens A-sal

Träningen baseras på enkla, funktionella övningar som ger såväl styrka, balans och kondition, som explosivitet och uthållighet. Resultatet kommer snabbt!

Tid: måndag 25/8 t.o.m. 8/12 kl.10.00-11.00 **Pris:** 150 kr

Ledare: **Yvonne Bårgård** tel. 070-336 61 62



3. Gymnastik till musik utan redskap Kryddgårdens A-sal

Gymnastiken är inriktad på rörlighet, styrka och avslappning.

Grupp 1: tisdag 26/8 kl.16.30-17.30 14 ggr **Pris:** 150 kr

Grupp 2: torsdag 28/8 kl.16.30-17.30 14 ggr **Pris:** 150 kr

Ledare: **Görel Ulmstedt** tel. 070-655 20 66

4. Pilatesträning Kryddgårdens A-sal

Pilates stärker dina muskler i bålen, dvs. rygg, mage och sätet – våra djupa, stabiliserande muskler som håller upp kroppen.

Grupp 1: tisdag 9/9 kl. 10.00-11.00 10 ggr **Pris:** 150 kr

Grupp 2: tisdag 9/9 kl. 11.00-12.00 10 ggr **Pris:** 150 kr

Ledare: **Görel Ulmstedt** tel. 070-655 20 66



5. Dansglädje för aktiva seniorer Kryddgårdens A-sal

Cirkeln med zumba-liknande dans är inriktad på att du ska ha roligt samtidigt som du tränar hela kroppen.

Tid: fredag 5/9 kl. 11.00 -12.00 därefter fredagar t.o.m. 12/12.

Ledare: **Li Westman** tel. 070-885 39 56 **Pris:** 150 kr

6. Vattengymnastik i Rehabassängen i Pepparrotsbadet

Tid: **Måndagsgruppen** Start måndag 1/9 kl. 14.00-15.00

Ledare: **Görel Ulmstedt** tel. 070-655 20 66

Pris: 350 kr för 12 ggr

Tid: **Fredagsgruppen** Start fredag 5/9 kl. 11.00-12.00

Ledare: **Görel Ulmstedt** tel. 070-655 20 66

Pris: 350 kr för 12 ggr

Tid: **Tisdagsgruppen 1** Start tisdag 9/9 kl. 9.00 -10.00

Ledare: **Guðrun Lundholm** tel. 070-431 20 70

Pris: 350 kr för 12 ggr

Tid: **Tisdagsgruppen 2** Start tisdag 9/9 kl. 10.00 -11.00

Ledare: **Marita Forsström** tel. 070-317 96 44

Pris: 350 kr för 12 ggr



7. Utflykter med elcykel

När vädret så tillåter gör vi utflykter med elcykel och träffas på Kammakartorget med fikakorg. Vi använder en facebook grupp för att kommunicera.

Tid: måndagar kl. 10.30 till ca kl. 14.

Antal: Vi kan vara hur många som helst!

Ledare: **Birgitta Westerlund** 070-486 48 96

8. Bowling i Idrottshuset

Välkommen att bowla på tisdagar! En frivillig säsongstävling kommer anordnas med 3 olika kategorier: Bästa serie, Bästa poängsnitt, Flitigaste deltagaren. 100% av tävlingsavgiften (300 kr) kommer betalas tillbaka i form av prispengar vid terminens slut. Vill du inte vara med i tävlingen är du välkommen att bara komma och bowla. klot och skor finns att låna i bowlinghallen.

Bowling 1: tisdag 2/9 kl. 13.00-14.30, sedan varje tisdag t.o.m 9/12

Bowling 2: tisdag 2/9 kl. 14.30-16.00, sedan varje tisdag t.o.m 9/12

Ledare: **Ann-Britt Lindgren** tel. 070-286 28 37

Pris: En serie kostar 22,50 kr

9. Föreningsmästerskap i golf på Enköpings GK

Välkomna till en trevlig golfdag på Enköpings golfklubb!

Tid: onsdag 17/9. Första boll slår ut kl. 9.00

Tävlingsform: Slaggolf, damer och herrar i samma klass.

Hcp: Högsta officiellt hcp som får tillgodoräknas är 36. Valfri tee.

Startavgift: 100 kr betalas till tävlingsledaren före start (swish 070-279 47 45)

Greenfee: 400 kr för icke medlemmar i Enköpings GK

Anmälan: senast 12 september på mingolf.se.

Aktivitetsansvarig: **Åke Sundby** 070-27 94 745 (endast info och sent återbud)



Upptaktsmöten 14 augusti 2025 i Främjarstugan.

I vanlig ordning presenterar vi höstens program i Främjarstugan då vi också äter en sallad och hoppas på fint väder. Två tillfällen att välja på. Anmälan via hemsidan.

FÖRETAGSBESÖK / STUDIEBESÖK

Under hösten planeras tre spännande företagsbesök/studiebesök. Anmälan, tid och besöksadress läggs ut ca två veckor innan på hemsidan och skickas via mejl. Normalt erbjuds ca 20 platser så det gäller att vara snabb när informationen kommer. Boka in nedanstående datum redan nu!

- 17/9 Kia Björkmans bil
- 15/10 Ledningsregementet (gamla S1)
- 19/11 KungSängen

MEDLEMSRABATTER - mot uppvisande av medlemskort

Asplunds Blomsterhandel erbjuder 10 %

Flora Blomsterhandel erbjuder 10 %

Ackes Färg erbjuder 20 % på färg och 10 % på Anzas och några andra tillverkares verktyg.

Fabian Flink erbjuder 10 % på hela sortimentet alla dagar och 20 % på matbröd, måndag - onsdag.

FESTLIGT

2/9 Pubkvällar på Players Inn

Glädjande nog får vi allt större tillströmning på pubkvällarna. Vi träffas Första tisdagen i varje månad på Players från kl 17. Ingen föransmälan krävs, det är bara att dyka upp.



Tid: start 2/9 kl.17.00, därefter första tisdagen i varje månad (undantaget 4 november när det blir Engelsk afton.) **Lokal:** The Players Inn

24/9 och 25/9 Gourmetmiddag på Novisen

Även i höst får vi möjlighet att avnjuta en femrättersmiddag på Restaurang Novisen. I priset ingår mat och bordsvatten. Kostnad för annan dryck tillkommer. Samma upplägg båda kvällarna så anmäl dig/er bara till den ena. Vid dubbelanmälan stryker vi den ena.

Tid: samling mellan kl.18.00 och 18.30 **Lokal:** Novisen **Pris:** 535 kr

3/10 I afton dans

Vi gör ett nytt försök att bjuda upp till dans. Denna gång håller vi nere kostnaden genom att låta var och en bestämma vad man vill äta och dricka. I priset ingår en välkomstdrink och levande dansmusik. Välkommen!

Tid: fredag kl. 18.30 **Lokal:** Restaurang Krydda **Pris:** 150 kr

4/11 Engelsk afton

Vi bjuder in till en engelsk afton på den mest engelska lokal som finns i Enköping: Players Inn. Förutom ordinarie meny har restaurangen utlovat en eller annan engelsk specialité. Du kommer i vanlig ordning få reda på en del värdelöst vetande, denna gång om England. Låt dig överraskas. Restaurangen öppnar kl 16 men den organiserade delen av kvällen tar fart först kl 17. Vi har reserverat puben fram till kl 21. Vid ankomsten väntar ett glas bubbel. Mat och övrig dryck beställer man själv.



Tid: tisdag kl. 18.30 **Lokal:** The Players Inn **Pris:** 90 kr

18/12 Jullunch med underhållning av Lotta o Mikael Ramel

Vi börjar med ett glas glögg. Sedan äter vi en jultallrik och avslutar med kaffe. Därefter bjuds vi på underhållning av Lotta och Mikael Ramel från klockan 14. Två av de mest självklara Povelkännarna, dottern Lotta Ramel (skådespelare och regissör) och sonen Mikael Ramel (musiker och musikerapeut) visar med råge att det artistiska äpplet inte fallit långt från trädet.



Tid: torsdag kl. 12.00 **Lokal:** Kompassen **Pris:** 395 kr

RESOR OCH UTFLYKTER

16/9 Grönsö Slott med guidning och fika

Besök på Grönsö slott i juvliga äppeltider. Medan halva gruppen får en guidning av slottet, besöker övriga slottsträdgård, utställningar, butik och dricker eftermiddagskaffe i caféet. Därefter gör vi tvärt om. För den som vill finns möjlighet att köpa äpplen. Notera i anmälan om du har egen bil alternativt behöver skjuts.

Avresa: tisdag kl. 13.15. Samåkning i egna bilar från Gustav Adolfs Plan.

Pris: 310 kr (guidning och fika ingår) **Åter:** ca kl. 17.00

20/9 Hantverksresa till Skansen i samverkan med JP Johanssonsällskapet

Följ med på en heldag till Skansen. Här besöker vi den Mekaniska verkstaden, Järnhandeln och Konsum innan lunch som intas på Restaurang Stora gungan. Efter lunch finns det många olika hantverkare att studera som Krukmakeriet, Snickeriet, Plåtslageriet, Guldsmedshuset samt Snus & Tändsticksmuseum i byggnaden Gubbhyllan som flyttats till Skansen.



Avresa: lördag kl. 09.00 Buss från Gustav Adolfs plan. **Åter** ca 17.00

Pris: 705 kr (buss, inträde och lunch ingår)

8/10 Gripsholms slott och ”kakslottet” Taxinge

Vi startar dagen med lunch på Gripsholms värdshus. Därefter blir vi guidade på slottet, den sk Gripsholmsvisningen – en vandring genom fem sekel av svensk historia. Efter det tar oss bussen till ”kakslottet” Taxinge där vi njuter av kaffe/te och tårta innan hemfärd.



Avresa: onsdag kl. 10.00. Buss från Gustav Adolfs plan.

Åter ca kl. 17.00 **Pris:** 810 kr (buss, lunch, guidning och fika ingår)

15/10 Konstresa till Gävle i samverkan med konstföreningen

Guidad visning av Agnes kulturhus och höstens utställning med Maria Adlercreutz, 1936 - 2014. Maria var bildkonstnär, textilkonstnär och politisk debattör.

Vi fortsätter till Läns museets konstavdelning där vi får en guidad visning och egen tid att utforska muséet. Ett besök i glaskonstnärens Gunnar Cyrén (Nobelservisen) permanenta utställning rekommenderas varmt.

Avresa: onsdag kl. 08.00 från Lillebergsgatan. **Åter** ca kl. 18.00

Pris: 550 kr (buss, entré, lunch och guidade visningar ingår)

13/11 Uppsala Domkyrka och Gustavianum

Dagen startar med en visning av Uppsala domkyrka med efterföljande lunch på restaurang Borgen. Därefter går vi till Gustavianum som är Uppsala universitetsmuseum. Även här får vi en guddad rundtur bland guldkorn från samlingar av såväl konst, arkeologi som vetenskapshistoria.

Bland annat får vi se Gustavianums mest kända museiföremål; den anatomiska teatern och konstskåpet från Augsburg.

Avresa: torsdag kl. 09.30 från Gustav Adolfs plan. **Åter** ca kl. 17.00

Pris: 585 kr (buss, guidningar och lunch ingår)



TEATER OCH MUSIK

22/8 I Can Jive, hyllning till en polare

På scen: ROADWORK (Dougie Lawton, Peder Sundahl, Ingemar Rogefeldt, Micke Finell), ROBERT WELLS, MARIA WELLS, GÖRAN ENGMAN. Kom och sjung med i de gamla hitsen!

Tid: fredag kl. 19.00 **Lokal & arrangör:** Kompassen **Pris:** 425 kr (inläpp från kl. 18.00 onummerade platser. Du prickas av från lista vid inläpp)



19/9 V-jeans, rödtjut och träskor

Kom och ät en bit på Krydda innan Uppsalabandet Five Shades of Grey antrar scenen och drar igång sin svenska batikfärgade musik från det glada sjuttioalet: Pugh, Peps, Wiehe, Magnell, Kjell Höglund, Tennander, Jojje, Contact, Dageby, Hansson & Karlsson, Ted G, Totte Wallin, Nature m fl.

Five Shades of Grey består av: Mikael Jansson (sång) Roland Morell (gitarr) Johan Smith (keyboards) "Grosse" Grotherus (bas) Hans Bäckström (trummor). *I samarbete med Restaurang Krydda och Enköpings Riksteaterförening.*

Tid: fredag kl. 19.00 **Plats:** Restaurang Krydda
Pris: 250 kr för biljetten (inläpp från kl.18.00, maten betalar du på plats).

2/10 Shirley Valentine

Shirley Valentine är 55 år och undrar vart livet tog vägen. Barnen har precis flyttat hemifrån och äktenskapet har stagnerat. Vem är hon nu? Hon som vågade hoppa från taket på sitt hus, bara för att det var kul. Genom humor och naken självrannsakan vågar vi kanske tillsammans med Shirley ta ut en ny riktning, ut i livet, och hoppa från tak – bara för att det är kul. Västmanlands Teater ger sin version av denna varma monolog.

Tid: torsdag kl.14.00 **Plats:** Kompassen (inläpp från 13.00 onummerat)
Pris: 150 kr biljett, alternativt 265 kr inklusive lunch och fika i pausen.
(Du prickas av från lista vid inläpp)

9/10 Lisa Nilsson, Uteblivna Vi

Med ett nytt enastående album i bagaget åker Lisa Nilsson i höst på stor turné i Skandinavien. Detta är Lisas första stora turné sedan 2019 och föreställningen ”Kvinnan som är jag” som hyllades reservationslöst av såväl publik som kritiker. Tillsammans med de välrenommerade musikerna från det nya albumet gör Lisa Nilsson nu hela 19 turnédatum i Sverige.

Avresa: torsdag kl. 17.30. Buss från Gustav Adolfs Plan **Plats:** Västerås Konserthus

Åter: ca 22.30 **Pris:** 965 kr

19/10 B.U.S Bedårande under stress

De folkkära kabarédivorna är tillbaka med en ny show. Blossom Tainton, Gladys del Pilar, Kayode ”Kayo” Shekoni, Vivian Cardinal, och Fransesca Quartey. B.U.S Bedårande Under Stress är en sprakande kabaré som öppnar upp för en ärlig konversation med publiken om hur det är att leva som svart kvinna i ett föränderligt Sverige.

Under ledning av den framstående regissören Josette Bushell-Mingo, varvas glamourösa sång- och dansnummer med personliga reflektioner om viktiga vägska, ideal och åldrandets inte alltid så glammiga baksidor. *I samarbete med Enköpings Riksteaterförening.*



Tid: söndag kl.19.00 **Lokal:** Joar Blå **Pris:** 355 kr

2/11 Nån måste göra det

Se Helen Sjöholm som den missförstådda Cassandra och Gunilla Backman som den optimistiska Felicia i pocketmusikalen Nån måste göra det! Hör två av Sveriges främsta sångerskor sjunga låtar av Sveriges främsta musiker, som du aldrig hört dem, så taket lyfter sig och huden knottar sig. Ett nyskrivet manus av Per Naroskin om livets tuffa val i regi av Sissela Kyle.



Avresa: söndag kl.12.30. Buss från Gustav Adolfs plan **Plats:** Maxim

Åter: ca 19.00 **Pris:** 955 kr

5/11 Den gamle och havet

Den åldrade fiskaren Santiago har länge varit otursförföljd – han får ingen fisk. En del bybor hånar honom, andra ömmar för honom. Hans lärling Manolin uppmanar honom att bege sig längre ut på havet än någon annan tidigare vågat, ett sista äventyr för att bevisa att Santiagos glansdagar inte är förbi. Efter år av litterära bakslag och hård kritik skrev Ernest Hemingway 1952 Den gamle och havet, hans sista stora fiktiva verk. Romanen tilldelas Pulitzerpriset 1953 och blir en av anledningarna till att han tilldelas Nobelpriset i litteratur året därpå.

Avresa: onsdag kl. 17.30. Buss från Gustav Adolfs plan. **Plats:** Uppsala Stadsteater

Åter: ca. 21.30 **Pris:** 490 kr.

15/11 Blåst på semestern

Blåst på semestern, är en komedi med mat.

Dags att PLANERA! Äntligen ska de få rå om varandra och vara ifred – trodde Kattis och Matte, ja! Förväntningar och dolda agendor riskerar att sätta käppar i semesterhjulet och verkar bli droppen för ett äktenskap i gungning. Igenkänningsfaktorn är hög.

I samarbete med Hjärsta bygdegård och Enköpings Riksteaterförening



Avresa: lördag kl. 16.00. Samåkning i egna bilar. Dörrarna öppnas 16.30 då vi börjar med att äta en höstgryta. **Plats:** Hjärsta Bygdegård. **Pris:** 400 kr. Meddela i anmälan om du har plats i bilen eller behöver skjuts.

11/12 Celtic Christmas, julkonsert med West of Eden

Kompassen är glada att återigen få hälsa West of Eden välkomna tillbaka till sin scen. Senaste tillfället de firade jul tillsammans var december 2023.

Då var konsertsalen nästan fullsatt! Som vanligt bjuder West of Eden in till keltiskt julfirande där irländsk och engelsk folkmusik står i centrum. Christmas Carols, svängigt låtspel, medeltida hymner och moderna klassiker som "Fairytale Of New York" blandas till en fantastisk och stämningsfull julkonsert.



Tid: torsdag kl. 19.00 **Plats:** Kompassen.

Pris: 315 kr. (Du prickas av från en lista vid insläpp).

14/12 Dödsdansen

Strindbergs klassiska relationsdrama i skärgårdsmiljö. Claes Malmberg, Pia Johansson och Jacob Ericksson i Strindbergs klassiska relationsdrama. Regisserar gör Nora Nilsson. I tjugofem långa år har de äkta makarna Edgar (Claes Malmberg) och Alice (Pia Johansson) levt på en isolerad ö i skärgården. Han, en artillerikapten och hon, en före detta skådespelerska. Äktenskapet är sedan många år helt bottenfruset och sorgen är stor över den framtid som inte blev. Giftiga repliker flyger fram mellan dem. *I samarbete med Enköpings Riksteaterförening.*



Tid: söndag kl. 19.00 **Plats:** Joar Blå. **Pris:** 355 kr.

Förbundet Aktiva Seniorer (FAS) är en ideell organisation med syfte att främja seniorers kulturella och andra gemensamma intressen. Förbundet är riksomfattande och bygger på lokala föreningar. För närvarande finns det över 40 föreningar med närmare 20 000 medlemmar.

Förbundet är religiöst, partipolitiskt och pensionärsfackligt obundet.

Trivsel, lärande och upplevelser

KONTAKTUPPGIFTER

Hemsida: enkoping.aktivaseniorer.com

E-post: fas.enkoping@outlook.com

Facebookgrupp: Aktiva Seniorer Enköping

Expedition: måndag & fredag kl. 10-12; onsdag kl. 13-15

Telefon: 070-692 01 35 och 070-692 03 60

Adress: c/o Medborgarskolan, Kungsgatan 13, 749 49 Enköping

Vid besök behövs portkod, kontakta expeditionen för info

QR-kod till hemsidan



STYRELSE

Åke Sundby, Ordförande

070-279 47 45

Yvonne Sollenberg, Vice ordförande

070-496 93 11

Monica Dahlén, Kassör

070-696 98 77

Lena Haag, Sekreterare

070-749 36 04

Ulla Åkerdahl, Ledamot

070-281 37 55

Stefan Edström, Ledamot

073-043 52 96

Per Thunberg, Ledamot

070-677 03 00

ANMÄLAN GÖRS PÅ:

Hemsidan: enkoping.aktivaseniorer.com

Vid behov: Ring expeditionen eller mejla till fas.enkoping@outlook.com.

Detta gäller:

- Månadens gäst, cirklar och studiebesök: först till kvarn
- Vissa cirklar och fysiska aktiviteter ger tidigare deltagare förtur att fortsätta
- Teater/musik, resor/utflykter, festligt: lottningsförfarande

BETALNING (BG: 586 – 2453)

När du blir antagen till en aktivitet får du en bekräftelse med betalningsinfo till din e-post. Om du väljer *Swish* följ instruktionen. Väljer du *Bankgiro*:

1. Ange det OCR-nummer som är angivet **OBS!** bara en person per OCR-nummer
2. Betala exakt det belopp som anges

Om du betalar utan OCR-nummer måste namn, adress och aktivitet anges tydligt.

AVBOKNING & ÅTERBETALNING

Avbokning före sista betalningsdag:

Görs i bokningsbekräftelsen som skickats till din e-post. Du kan även kontakta expeditionen eller mejla. Ingen debitering sker.

Avbokning efter sista betalningsdag:

Kontakta respektive aktivitetsansvarig. Återbetalning sker *endast* om ersättare kan sättas in.

Återbetalning/tillgodo: Vid avanmälan före sista betalningsdag får du inbetald avgift tillgodo. Beloppet avräknas vid anmälan till ny aktivitet.

För återbetalning kontakta föreningens kassör eftersom kontonummer krävs.

GDPR, dataskyddsförordningen, har till syfte att stärka skyddet vid hantering av personuppgifter. På vår hemsida ser du hur vi hanterar detta.