




SENIORUNIVERSITETET
Motala Vadstena

Vårprogram 2024



i samarbete med
 Folkuniversitetet

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

| | |
|--|--------|
| Inledning | sid 3 |
| Kallelse till årsmöte | sid 4 |
| Medlemskap i SU | sid 5 |
| Medlemsaktiviteter | sid 6 |
| Föreläsningsprogram | |
| - information om föreläsningar | sid 7 |
| - föreläsningar i Motala | sid 7 |
| - föreläsningar i Vadstena | sid 10 |
| Kurser | |
| - information om kurser | sid 13 |
| - i Motala | sid 13 |
| - i Vadstena | sid 23 |
| - information om anmälan till kurser | sid 26 |
| Resor | |
| - Reseprogram | sid 28 |
| - Information om resor | sid 33 |
| Information | |
| - om Senioruniversitetet och Folkuniversiteten | sid 34 |
| Kom och jobba med oss | sid 35 |
| Styrelse 2023 | sid 36 |

Välkomna till Senioruniversitetet i Motala Vadstena och en spännande vårtermin 2024. Vi är glada att presentera ett i vårt tycke varierande och inspirerande program fyllt med intressanta kurser, föreläsningar, resor och aktiviteter. Så jag föreslår att du tillsammans med oss i Senioruniversitetet låter våren bli en tid för lärande, meningsfull fritid och social gemenskap.

Under 2023 har medlemsantalet ökat med drygt 160 personer och vi är nu 733 medlemmar. En väldigt positiv och stimulerande utveckling.

Liksom all annan folkbildning i Sverige påverkas vi av de minskade statliga bidragen under 2024 och följande år. För att möta detta kommer vi under året att bl.a. införa/höja avgifterna för några av våra verksamheter, v.g. se vidare i programmet.

Vidare kommer villkoren för att få ta del av statsbidragen förändras, något som vår administration måste ta med i sitt arbete.

Vi lever i en föränderlig värld och måste förhålla oss till detta. Under året ska vi därför ta fram strategier som hjälper oss att planera rätt när det gäller Senioruniversitetet och vår framtida styrning, administration och ekonomi.

Ett konkret exempel på förändringar under 2024 är att vi i Motala byter lokal för våra föreläsningar. Fortsättningsvis hålls dom i Pingstkyrkan på Drottninggatan. Här erbjuds bra förutsättningar med stora och fina lokaler, teknik och kaffeservering, v.g. se kapitlet om föreläsningar.

Hoppas att du har varit inne på vår webbsida, senioruniversitetet.net som nu har funnits en tid i sin nya skepnad. Ta gärna vara på möjligheten att anmäla dig till våra kurser via webben.

Sist men inte minst – du som vill ha en trevlig, lärorik och social aktivitet – välkommen att bli funktionär inom SU.

Välkommen!

Sven Falk, ordförande

ÅRSMÖTE 2024

Välkommen till årsmöte för Senioruniversitetet Motala Vadstena

Onsdagen den 28 februari 2024, kl 14.00, i Pingstkyrkan i Motala

Verksamhetsberättelse för 2023 och övriga handlingar delas ut vid årsmötet men kan även hämtas på kansliet, Sjögatan 14 i Motala, från 14 februari 2024.

Kansliet är öppet måndag och onsdag kl 10.00-12.00.

Anmäl ditt deltagande senast den 22 februari till sumotala@folkuniversitetet.se eller på telefon 076-035 33 80 (helst SMS).

Motioner till årsmötet ska vara inlämnade senast den 17 januari 2024.

Efter årsmötesförhandlingarna bjuder vi på fika och en underhållande ”föreläsning” av välkända Eva Granlund. Hur har vi det egentligen med vårt kroppsspråk?

DAGORDNING

1. Mötets öppnande
2. Val av ordförande och sekreterare för mötet
3. Val av två personer att jämte ordföranden justera protokollet och vara rösträknare
4. Fråga om årsmötets stadgeenliga sammankallande
5. Fastställande av dagordning
6. Styrelsens och programgruppernas verksamhetsberättelser för 2023
7. Fastställande av resultaträkning och balansräkning
8. Revisorernas berättelse
9. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
10. Styrelsens förslag till medlemsavgift för efterföljande verksamhetsår
11. Styrelsens propositioner
12. Val av ordförande för 2024
13. Val av övriga styrelseledamöter
14. Val av revisorer och ersättare
15. Val av valberedning
16. Inkomna motioner behandlas
17. Årsmötet avslutas



Medlemskap i Senioruniversitet (SU)

Om medlemskap

Medlemskap i SU ger dig rätt att delta i våra kurser, föreläsningar, resor och övriga aktiviteter.

Medlemsavgiften som gäller kalenderår är 150 kr för 2024.

Medlemsavgiften betalar du in på **Senioruniversitetets (SUs) bankgiro 5452-6355 eller Swishar till 123 319 1392. Det är viktigt att du tydligt anger vem/vilka som är betalningsavsändare.**

Vill du bli medlem

”Anmälningssblankett för medlemskap” kan du ladda ner via hemsidan www.senioruniversitetet.net eller kontakta vårt kansli, se nedan.

Ändrade kontaktuppgifter

Meddela alltid SU om ändring av namn, adress, telefon och e-post.

Våra öppettider våren 2024

Den 15/1 – 17/1 har vi öppet kl 10.00 – 15.00. Den 18 – 19/1 har vi öppet kl 10.00 – 12.00. Under perioden 22/1 – 5/6 har vi öppet måndagar och onsdagar kl 10.00 – 12.00.

Du når oss bäst via e-post till sumotala@folkuniversitetet.se

Du kan också ringa oss på 0141- 47 47 02. Vi svarar på e-post och inlästa telefonmeddelande så snart vi kan. Du kan även göra ett personligt besök hos oss på Sjögatan 14 i Motala.

Vår postadress är SU Motala Vadstena, Sjögatan 14, 591 30 Motala.

Övriga medlemsaktiviteter våren 2024

Utöver kurser, föreläsningar och resor fortsätter vi att bjuda in till olika aktiviteter för dig som är medlem. Det kommer att bli guidade vandringar, specialföredrag, kanske någon tipspromenad och lite annat skoj.

Vi planerar att avsluta vårterminen med en medlemsträff där vi presenterar programmet för nästa höst och bjuder på något lätt att äta.

Var, när och hur allt detta händer får du närmare information om i vårt nyhetsbrev som kommer till din e-post lite då och då.

I de fall där antalet deltagare är begränsat är det först till kvarn som gäller för anmälan. Avgifter kan tillkomma beroende på aktivitet och specificeras i inbjudan.

Eftermiddagsbion

Vi fortsätter även med eftermiddagsbio på Royal i Motala under våren. Notera följande datum (preliminära) i er kalender:

14 februari: Dag Hammarsköld

13 mars Priscilla

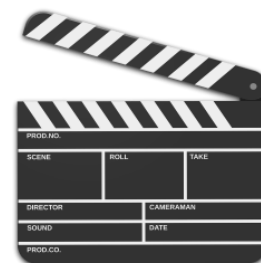
17 april

8 maj

Tiden är klockan 14.

Övrigt program, förutom ovan nämnda, är ej klara ännu. Information om detta kommer så snart det är bestämt.

Liksom tidigare ger Ubbes konditori 20% rabatt på allt utom alkohol för den som vill sitta där en stund och samtala om filmen efter visningen. Även Min Söta Värld ger rabatt (10%) till våra biobesökare. Biobiljetten ger dig rabatt så spara den.



FÖRELÄSNINGSPROGRAM

VÅRTERMINEN 2024

Föreläsningar i Vadstena och Motala

Senioruniversitetets föreläsningar är öppna för alla intresserade oavsett medlemskap och ålder.

Avgiften är 50 kr för medlemmar och 100 kr för icke medlemmar och betalas på plats med Swish eller med jämna pengar. Där föreläsaren har högre arvode är avgiften 80 kr för medlemmar och 150 kr för icke medlemmar.

OBS! I Motala är lokalen ändrad till Pingstkyrkan, Drottninggatan 15, Motala. Där kommer det finnas möjlighet att fika efter föreläsningen till en kostnad av 50 kr. Bokning av fika sker i samband med anmälan.

Föreläsningar i Motala

Tisdagen den 30 januari kl. 14.00-15.00

Fåglar i Östergötland

Pingstkyrkan

Vi får information om ringmärkning av fåglar och olika fågelarters ökning eller minskning och hur utvecklingen är i Östergötland.

Ska man mata fåglarna under vintern? Vilka insatser görs för att stödja rödlistade fågelarter?

Föreläsare: Lars Gezelius, vattenekolog, Länsstyrelsen

Avgift: Medlemmar betalar 50 kr och icke medlemmar 100 kr

Föranmälan: Deltagande + fika senast 28/1 till Göran Björnståhl
072-721 10 26 (helst SMS).

Tisdagen den 20 februari kl 14.00 - 15.00

Möt vår landshövding

Pingstkyrkan

En föreläsning av vår landshövding om hans uppdrag och arbetsuppgifter.

Vi får veta mera om hur rollen ser ut, hur den har förändrats över tid och vilka frågor och utmaningar som är aktuella idag och i den närmaste framtiden. Vi kommer också få en övergripande bild av Länsstyrelsen i Östergötlands län.

Föreläsare: Landshövding Carl Fredrik Graf

Avgift: Medlemmar betalar 50 kr och icke medlemmar 100 kr

Föranmälan: Deltagande + fika senast den 18/2 till Ewa Rasch
070-379 86 11 (helst SMS)

Tisdagen den 5 mars kl. 14.00-15.00

God munhälsa - ökad livskvalitet

Pingstkyrkan

I föreläsningen tydliggörs att munnen är en del av kroppen samt att munhälsan har betydelse för vår livskvalitet. Du får också veta varför tänder hos äldre behöver mer omsorg.

Föreläsare: Pernilla Dahlgren, tandhygienist

Avgift: Medlemmar betalar 50 kr och icke medlemmar 100 kr.

Föranmälan: Deltagande + fika senast den 3/3 till Birgitta Månsson,
070-587 73 37 (helst SMS)

Tisdagen den 19 mars kl 14.00 - 15.00

Charles Lindbergh - flygaresset med många bottnar

Pingstkyrkan

Den 20-21 maj 1927 genomförde den svenskättade post- och uppvisningsflygare Charles Lindbergh den första ensamflygningen över Atlanten, en stor bedrift med den tidens bristfälliga flygmateriel och navigeringsresurser.

Han blev världsberömd och kom att leva ett väldigt spännande och delvis tragiskt liv som vi kommer att få ta del av.

Föreläsare: Sven-Göran Andersson

Avgift: Medlemmar betalar 50 kr och icke medlemmar 100 kr

Föranmälan: Deltagande + fika senast den 17/3 till Ewa Rasch, 070-379 86 11 (helst SMS)

Tisdagen den 9 april kl 14.00 - 15.00

“ ...att inte ge upp”

Pingstkyrkan

Efter 16 år av intensivt och fortlöpande utredningsarbete kunde det fruktansvärda dubbelmordet på den 8-åriga pojken och den 56-åriga kvinnan som inträffade på Åsgatan i Linköping 19 oktober 2004 få sin slutliga lösning.

Föreläsare: Henry Jansén och Anders Bergmark, båda fd kriminalinspektörer

Avgift: Medlemmar betalar 50 kr och icke medlemmar 100 kr

Föranmälan: Deltagande + fika senast den 7/4 till Ewa Rasch 070-379 86 11 (helst SMS)

Tisdagen den 23 april kl. 14.00 - 15.00

Ryssen är den hävdvunne, farlige främlingen.

Pingstkyrkan

Vi får en intressant uppdatering av “Skärgårdshärjningarna” kring 1720, invasionen av Finland 1809, Stalins tyranni och anfallet i Finland 1939, Raoul Wallenbergs öde och Putins krig mot Ukraina.

Föreläsare: Dick Harrison, författare och professor i historia vid Lunds universitet

Avgift: OBS! Medlemmar betalar **80 kr** och icke medlemmar betalar **150 kr**.

Föranmälan: Deltagande + fika senast den 21/4 till Göran Björnståhl 072-721 10 26 (helst SMS)

Föreläsningar i Vadstena

Anmälan: Ingen anmälan behövs till föreläsningarna

Vårens tema i Vadstena: Bilder av Jesus

Jesus – världens mest kända människa - väcker många känslor och funderingar hos oss. I vårens föreläsningar ska vi ställa frågor och kanske få svar om vem han var, hur han har påverkat konst och musik, hur man ser på honom i andra religioner, hur det är att leva i en personlig relation till honom och vad vi vet om honom som historisk person.

Måndagen den 12 februari kl. 14.00 – 15.00

Jesus i mitt liv

Vätternkyrkan

Möte med Jesus

Att en vacker dag förstå att det där lockande och svårfångade i mitt liv, nära, men en tunn hinna bort, är en person, är omtumlande. Och att i benådade ögonblick få se Jesus i ögonen är livsavgörande, även för de perioder då ögonkontakten är bruten och närvaron inte kan förnimmas.

Föreläsare: Lars Lingius, komminister i Vadstena församling

Avgift: Medlemmar betalar 50 kr och icke medlemmar 100 kr

Måndagen den 26 februari kl. 14.00 – 15.00

Bilden av Jesus i islam och andra religioner

Vätternkyrkan

En domare vid tidens ände eller en inkarnation av konungen som upprätthåller världen? Bilden av Jesus och hans roll i islams och andra religioners berättelser är betydelsefulla och fantasieggande. I denna föreläsning får vi möta bilden av Jesus inom icke-kristna traditioner och få förklarat på vilket sätt han inkluderats i religionernas mytologi liksom hur förståelsen av Jesus legat till grund för religionsteologiska samtal.

Föreläsare: Hedda Jansson, fil.dr i religionshistoria

Avgift: OBS! Medlemmar betalar **80 kr** och icke medlemmar **150 kr**

Måndagen den 11 mars kl. 14.00 – 15.00

Jesus i musiken

Vätternkyrkan

Mästarnas bild av Mästaren! Musikhistorien ger många exempel på hur man musikaliskt velat gestalta Kristusdramat och dess huvudperson. I den här föreläsningen får vi exempel på musikaliskt symbolspråk och illustrerande gestaltningar av kända musikaliska mästare.

Föreläsare: Christer Staaf, kaplan i Linköpings domkyrka,
hovpredikant

Avgift: Medlemmar betalar 50 kr och icke medlemmar 100 kr

Måndagen den 22 april kl. 14.00 – 15.00

Jesus som historisk person

Vätternkyrkan

Jesus från Nasaret är världens kändaste enskilde individ, därtill en av de människor som har påverkat mänskligheten allra mest – detta trots att han under livstiden endast fick en begränsad anhängarskara i en avkrok av det romerska imperiet. Vem var han, och vad ville han egentligen åstadkomma? Vad händer om vi tränger oss förbi de teologiska dimslöjorna och betraktar honom som en historisk person?

Föreläsare: Dick Harrison, författare och professor i historia vid
Lunds universitet

Avgift: OBS! Medlemmar betalar **80 kr** och icke medlemmar **150 kr**

KURSER VÅREN 2024

Det bästa, säkraste och smidigaste sättet för att anmäla sig till våra kurser är via webben (vår hemsida). När du anmäler dig via webben låser du din plats direkt och vet säkert om du kommer med på önskad kurs eller om du blir placerad på väntelista. Hur du ska gå tillväga med anmälan och betalning ser du på sidan 26 här i programmet. Tänk på att du måste vara medlem i SU för att delta i våra kurser. **OBS! Anmälningar kan göras först 15 januari kl 10.00!**

Kurser i Motala

Kurserna äger rum på Sjögatan 14 i Motala om inget annat anges. OBS att en studietimme är 45 minuter. Som regel krävs minst fem (5) deltagare för att en kurs ska starta.



Språk

Spanska för nybörjare

Spanska är ett språk som talas av drygt 300 miljoner människor. Efter den här kursen kan du göra dig förstådd under resor i spanskspråkiga länder. Vi tränar enkel konversation som att beställa mat och dryck, lär oss lite grammatik och övar på att läsa och förstå enkla texter.

| | |
|------------|---------------------------------|
| Tid | måndagar kl 13.00 |
| Omfattning | 7x2 studietimmar |
| Start | måndag 5 februari |
| Pris | 350 kr exklusive kurslitteratur |
| Kursledare | Brenda Hilding |



Spanska T3, fortsättningskurs

Den här kursen är för dig som har gått vår nybörjarkurs och T2 eller motsvarande. Du kan redan en del spanska men vill träna och lära dig mer.

| | |
|------------|---------------------------------|
| Tid | måndagar kl 09.30 |
| Omfattning | 7x2 studietimmar |
| Start | måndag 5 februari |
| Pris | 350 kr exklusive kurslitteratur |
| Kursledare | Brenda Hilding |

Tyska

Tyska är ett mycket användbart språk som du möter världen över. Kursen riktar sig till dig som vill kunna tala tyska när du reser utomlands eller tala med turister i Sverige. Vi läser texter, övar ordkunskap, lätt konversation och grammatik. Kunskap på högstadienivå krävs för att delta i kursen.

Tyska fortsättningskurs

| | |
|------------|----------------------------------|
| Tid | fredagar kl.10.00 |
| Omfattning | 10x2 studietimmar |
| Start | fredag den 9 februari |
| Pris | 500 kr, exklusive kurslitteratur |
| Kursledare | Brita Chorell |

Litteratur

Kvinnor och memoarer

På sjuttioalet kallades kvinnors memoarer föraktfullt för ”bekännelselitteratur” av män som inte skrev sådan litteratur själva. Men vi har ändå Jonas Gardell, August Strindberg och Alex Schulman. Vi håller dock fast vid kvinnor som författare ända tills Nobelprisen i litteratur blir jämlika!

| | |
|------------|----------------------------------|
| Tid | tisdagar kl 14.00 varannan vecka |
| Omfattning | 7x2 studietimmar |
| Start | tisdag 6 februari |
| Pris | 350 kr exklusive kurslitteratur |
| Kursledare | Renée Frangeur |



Konsthantverk

Akvarellmålning

Kursen ger dig möjlighet att, utifrån egna förutsättningar, utveckla din förmåga att uttrycka dig i denna konstform. Vi lär oss om olika tekniker och material. Inga förkunskaper krävs.

Akvarell 1

| | |
|------------|---------------------------|
| Tid | måndagar kl. 10.00 |
| Omfattning | 8x3 studietimmar |
| Start | måndag den 12 februari |
| Pris | 600 kr exklusive material |
| Kursledare | Peter Hjelm |
| Plats | Kulturverkstan, K-Ringen |



Akvarell 2

| | |
|------------|----------------------------|
| Tid | torsdagar kl. 10.00 |
| Omfattning | 8x3 studietimmar |
| Start | torsdag den 15 februari |
| Pris | 600 kr, exklusive material |
| Kursledare | Peter Hjelm |
| Plats | Kulturverkstan, K-Ringen |

Kreativ med keramik

Skapa med dina händer – pressa, ringla, dreja och forma! Vi arbetar kreativt, utifrån dina förkunskaper och intresse, och skapar keramiska föremål i en rymlig, typisk, keramikverkstad.

| | |
|------------|--|
| Tid | måndagar kl. 13.00 |
| Omfattning | 7x3 studietimmar |
| Start | måndag den 5 februari |
| Pris | 525 kr, exklusive material som köps på plats |
| Kursledare | Krister Nordstedt |
| Plats | Ringgatan 3, Motala |

Nyfiken på makramé?

De populära knutarna från 1970-talet är verkligen tillbaka! Har du ett gammalt makraméfynd som du vill kopiera, en ny idé att förverkliga eller är du bara nyfiken? Här får du kunskap, inspiration och hjälp att börja skapa smycken, bälten, väggbonader, amplar och drömfångare.

| | |
|------------|---|
| Tid | tisdagar kl. 13.00 |
| Omfattning | 6x3 studietimmar |
| Start | tisdag 6 februari |
| Pris | 450 kr exklusive material som köps på plats |
| Kursledare | Liselott Persson |



”Card making” för personliga påsk- och gratulationskort

Släppa loss din inneboende kreativitet och låt dig även inspireras av redan färdiga alster med klistermärken, band, glitter och annat. Vi lovar att dina personliga kort kommer att bli mycket uppskattade av sina mottagare. Under kursdagen hinner du skapa 2-5 kort.

OBS – tag med eget limstift, sax, blyertspenna.

| | |
|------------|---|
| Tid | onsdag kl. 10.00 – 14.30 med avbrott för lunch |
| Omfattning | 5 studietimmar |
| Start | onsdag 13 mars |
| Pris | 200 kr exklusive material (40 kr/kort) som köps på plats. |
| Kursledare | Liselott Persson |

Slöjda i trä

Naturmaterialet trä har olika egenskaper och kan bearbetas på många sätt till trevliga och användbara saker. Under fyra träffar kan du lära dig, och utveckla din teknik, i att såga, hyvla, fräsa, urholka, svarva eller annat. Tillsammans förverkligar vi din idé.

Tag med eget material eller få hjälp med anskaffning efter kontakt med kursledaren innan kursstart.

| | |
|------------|--------------------|
| Tid | tisdagar kl. 14.00 |
| Omfattning | 4x3 studietimmar |

| | |
|------------|------------------------------|
| Start | tisdag den 6 februari |
| Pris | 450 kr exklusive material |
| Kursledare | Per Fredäng |
| Plats | Platengymnasiets träverkstad |

Natur och miljö

Fåglar i vår närhet

Under sen vinter och tidig vår lär vi känna fler fåglar och fågelarter i vår närhet. Först i teorin och senare i praktiken bekantar vi oss med ugglor, skogshöns, vadare och våtmarkens fåglar. Vi avslutar i försommarnatten med att lyssna på nattsångare. Om du har – tag gärna med fågelbok till teoriträffen och kikare på utflykterna.



| | |
|------------|---|
| Tid | tisdagar enligt schema som meddelas vid kursstart |
| Omfattning | 6x2 studietimmar (1 teori + 5 utflykter) |
| Start | tisdag 19 mars, kl. 10.00, teori på Sjögatan 14, |
| Motala | |
| Pris | 300 kr |
| Kursledare | Christer Johansson |

Natur, miljö och kultur i Motala

Vi studerar geologi, natur- och jordbrukslandskapet, Verkstadsområdet i Motala och "tre okända" sevärdheter norr om Motala. Först lite teori och sedan studiebesök vid varje tillfälle.

| | |
|------------|--------------------------------|
| Tid | onsdagar kl. 13.00 |
| Omfattning | 4x3 studietimmar |
| Start | onsdagen den 14 februari |
| Pris | 300 kr |
| Kursledare | PG Igelström |
| Plats | meddelas deltagarna efter hand |

Livsstil och hälsa

Yoga

Yinyoga är en lugn form av yoga med relativt enkla positioner. Vi stannar 1-3 minuter i varje position och fokuserar på att slappna av, på andetaget, på att skapa stillhet och på medveten närvaro (mindfulness). Genom att slappna av i positionerna kommer vi åt fascia (bindväven), skelett och leder. Yinyoga innehåller också principer för TKM (Traditionell Kinesisk Medicin).

OBS – tag med egen yogamatta, filt, kudde och block om du vill ha det.

Yoga 1

| | |
|------------|--------------------------------------|
| Tid | onsdagar kl. 09.30 |
| Omfattning | 11x60 minuter |
| Start | onsdag den 7 februari |
| Pris | 550 kr |
| Kursledare | Ingrid Lagerqvist |
| Plats | MAIF-paviljongen, Motala Idrottspark |

Yoga 2

| | |
|------------|--------------------------------------|
| Tid | onsdagar kl. 11.00 |
| Omfattning | 11x60 minuter |
| Start | onsdag den 7 februari |
| Pris | 550 kr |
| Kursledare | Ingrid Lagerqvist |
| Plats | MAIF-paviljongen, Motala Idrottspark |



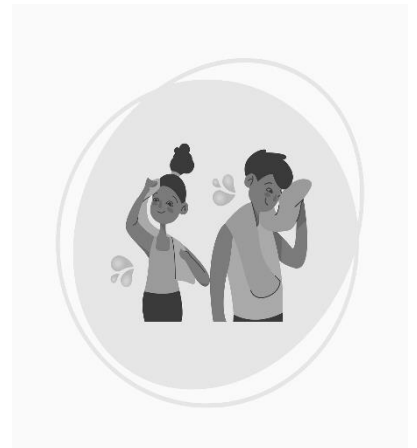
Zumba Gold

Zumba är en rolig och svettig dansbaserad träning huvudsakligen till latinamerikansk musik. Vi tränar kondition, rörlighet och balans anpassat för nybörjare och aktiva äldre. Innan vi kör igång får du en ordentlig och riskfri uppvärmning. Passet avslutas sedan med

nedvarvning och stretch. OBS – Zumba kan vara vanebildande! *Ta med handduk och vattenflaska!*

Zumba Gold 1

| | |
|------------|-------------------------------|
| Tid | måndagar kl. 09.30 |
| Omfattning | 12x1 studietimme |
| Start | måndag den 5 februari |
| Pris | 600 kr |
| Kursledare | Juha Takkinen |
| Plats | Korpen (mitt emot polishuset) |



Zumba Gold 2

| | |
|------------|-------------------------------|
| Tid | måndagar kl. 10.30 |
| Omfattning | 12x1 studietimme |
| Start | måndag den 5 februari |
| Pris | 600 kr |
| Kursledare | Juha Takkinen |
| Plats | Korpen (mitt emot polishuset) |

Övriga kurser

Aktiekunskap grundkurs

Är du intresserad av att börja placera i aktier, veta hur börsen fungerar och förstår vad de olika termerna inom aktiehandeln betyder? I den här kursen får du de grundläggande kunskaper som krävs för att komma igång med ett långsiktigt, regelbundet och lönsamt sparande i aktier och fonder.

| | |
|------------|-----------------------------------|
| Tid | onsdagar kl. 13.00 varannan vecka |
| Omfattning | 4x3 studietimmar |
| Start | onsdag den 28 februari |
| Pris | 300 kr |
| Kursledare | Kristina Boström |



Aktiekunskap fortsättning

Är du redan igång med ditt sparande i aktier och/eller fonder men vill lära dig mer? Har du kanske tidigare gått vår grundkurs i aktiekunskap? I den här kursen får du lära dig mer om nyckeltal, hur du ska läsa årsrapporter och skapa en aktiestrategi.

| | |
|------------|------------------------------------|
| Tid | torsdagar kl. 13.00 varannan vecka |
| Omfattning | 3x3 studietimmar |
| Start | torsdag den 18 april |
| Pris | 225 kr |
| Kursledare | Kristina Boström |

Foto & bildbehandling – vardagsglädje med mobilkameran

Vi utvecklar vårt bildseende och låter vår närmiljö bli till ett äventyr med mobilkameran som redskap. Vi får tips om enkel bildbehandling och om hur vi kan skapa personliga fotoböcker.

| | |
|------------|--------------------------|
| Tid | tisdagar kl 10.00 |
| Omfattning | 5x2 studietimmar |
| Start | tisdag 6 februari |
| Pris | 250 kr |
| Kursledare | Carola Hildén |
| Plats | Kulturverkstan, K-Ringen |

Historien om Sverige

Dramadokumentären om Sveriges historia som visats på SVT under vintern har uppskattats men även fått kritik. Vi diskuterar seriens innehåll

| | |
|------------|----------------------------------|
| Tid | tisdagar kl 10.00 varannan vecka |
| Omfattning | 6x2 studietimmar |
| Start | tisdag 6 februari |
| Pris | 300 kr |
| Kursledare | Göran Björnståhl |



Kvinnor och vetenskap – från 1900-talet till idag

Kvinnor kämpar vidare inom vetenskapen för en jämställd ställning med männen. De kommer in i vetenskapsakademier och får betydande forskningsresultat inom matematik, fysik, kemi, biologi och medicin. Ändå är det bara 5% av Nobelpristagarna som är kvinnor!

Vi lyfter vi fram några av dessa kvinnor. Utan deras insatser skulle världen inte vara densamma som den är idag. Några namn från en lång lista är Anna Sundström, Lise Meitner, Sofia Kovalevskaja, Marie och Irene Curie, Maria Göppert Mayer, Rosalind Franklin, Emanuelle Charpentier, Jennifer Doudna och senaste Nobelpristagaren i medicin Katalin Karikó.

| | |
|------------|-----------------------------------|
| Tid | torsdagar kl 14.00 varannan vecka |
| Omfattning | 6x2 studietimmar |
| Start | torsdag 8 februari |
| Pris | 300 kr |
| Kursledare | Martha Magyar |

Lär känna din SmartPhone!

Har du en Android eller en Iphone som inte alltid lyder dig?! Vi går igenom mobilernas grundläggande funktioner och hur man hanterar dem samt förenklar användningen. Vad är viktigt, vad kan vi plocka bort, och vilka nyttiga appar och funktioner kan vi lägga till. Vi tittar även på säkerhet och hur man bäst skyddar sig.

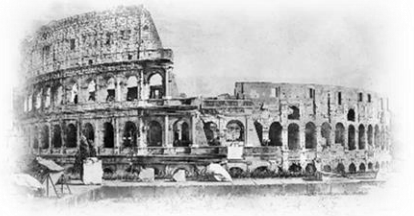


| | |
|------------|------------------------|
| Tid | torsdagar kl 14.00 |
| Omfattning | 3x3 studietimmar |
| Start | torsdag den 8 februari |
| Pris | 225 kr |
| Kursledare | Babak Rigi |

Rom – den eviga staden

Roms centrala delar är ett enda stort, magnifikt, museum. Vi utgår från stadskartan med dess sevärdheter och studerar Roms historia från forntid till den nutida staten Italien.

| | |
|------------|---------------------|
| Tid | torsdagar kl 10.00 |
| Omfattning | 6x2 studietimmar |
| Start | torsdag 15 februari |
| Pris | 300 kr |
| Kursledare | Göran Björnståhl |



Kurser i Vadstena

På sid 26 finns information om hur du anmäler dig till kurserna. Kurserna äger rum i Kakelugnsrummet på biblioteket i Vadstena om inget annat anges. Som regel krävs minst fem (5) deltagare för att en kurs ska starta.



Spanska för nybörjare

Lär dig att hantera enkla vardagssituationer som att beställa mat, presentera dig och be om vägbeskrivning. Efter bara ett par lektioner kommer du att kunna säga några fraser på spanska. På kursen får du lära dig vanliga ord och enkla fraser, att berätta om dig själv, ställa enkla frågor och förstå enkla svar samt tala och skriva om enkla ämnen. Du lär dig också grundläggande grammatik och basfakta om spansk kultur och samhällsliv.

| | |
|------------|---|
| Tid | måndagar kl. 13.00 |
| Omfattning | 10x2 studietimmar |
| Start | måndag den 5 februari |
| Pris | 500 kr exklusive kurslitteratur |
| Kursledare | Ana Cid |
| Lokal | SSV:s (Segelsällskapet Vättern) klubblokaler nära lilla hamnpiren bakom Dinair i Vadstena |

EU och EU-valet

Den 9 juni 2024 är det dags för val till EU-parlamentet. Vad är bakgrunden till detta och vad betyder det för oss här i Sverige? Kursen inleds med en introduktion till EU:s utveckling och dess institutioner för att sedan fokusera på det kommande valet till parlamentet.

Frågor som kommer att diskuteras är; Hur och varför tillkom EU? Vad är huvuddragen i utvecklingen av EU:s institutioner? Vad är relationen mellan parlamentet och de andra institutionerna, som rådet

och kommissionen? Vilken roll har parlamentet och de folkvalda i EU:s politiska system? Hur påverkas Sverige och svensk politik av valet?

Under kursen varvas föreläsningar med diskussioner baserat på ett anvisat textmaterial.

| | |
|------------|----------------------|
| Tid | torsdagar kl. 13.00 |
| Omfattning | 3x3 studietimmar |
| Start | torsdag den 11 april |
| Pris | 225 kr |
| Kursledare | Per Jansson |

”Skrivarverkstad” fortsättningskurs

| | |
|------------|--|
| Tid | måndagar kl. 15.30 varannan/var tredje vecka |
| Omfattning | 5x2 studietimmar |
| Start | måndag den 5 februari |
| Pris | 250 kr |
| Kursledare | Bo Ludvigsson |

Motiv i konsten

Ett bord. På det en vas med blommor. Runt bordet några konstnärer. Alla börjar måla – vad ser de! Har du tänkt någon gång: Får en konstnär måla hur som helst och räkna med att bli tagen på allvar? Det har funnits tider då stränga regler rått om hur man bör måla. Alla följer inte regler. Den individuella friheten är starkare. VÄLKOMMEN att vara nyfiken och ta del av bilder som visar olika ISMER (stilar) som alla gjort stora avtryck i konsthistorien! Låt dig förtjus, kanske förfäras, förvånas och förstå – konstens många möjligheter och uttryck!

| | |
|------------|-----------------------------------|
| Tid | tisdagar kl. 15.00 varannan vecka |
| Omfattning | 5x2 studietimmar |
| Start | tisdag den 6 februari |

| | |
|------------|---------------------------------|
| Pris | 250 kr exklusive kurslitteratur |
| Kursledare | Irène Annerud |

Lär känna din Smartphone!

Har du en Android eller en Iphone som inte alltid lyder dig?! Vi går igenom mobilernas grundläggande funktioner och hur man hanterar dem samt förenklar användningen. Vad är viktigt, vad kan vi plocka bort, och vilka nyttiga appar och funktioner kan vi lägga till. Vi tittar även på säkerhet och hur man bäst skyddar sig.

| | |
|------------|--------------------|
| Tid | torsdagar kl.14.00 |
| Omfattning | 3x3 studietimmar |
| Start | torsdag den 7 mars |
| Pris | 225 kr |
| Kursledare | Babak Rigi |

Kvinnor och vetenskap – från 1900-talet till idag

Kvinnor kämpar vidare inom vetenskapen för en jämställd ställning med männen. De kommer in i vetenskapsakademier och får betydande forskningsresultat inom matematik, fysik, kemi, biologi och medicin. Ändå är det bara 5% av Nobelpristagarna som är kvinnor!

Vi lyfter vi fram några av dessa kvinnor. Utan deras insatser skulle världen inte vara densamma som den är idag. Några namn från en lång lista är Anna Sundström, Lise Meitner, Sofia Kovalevskaja, Marie och Irene Curie, Maria Göppert Mayer, Rosalind Franklin, Emanuelle Charpentier, Jennifer Doudna och senaste Nobelpristagaren i medicin Katalin Karikó.

| | |
|------------|----------------------------------|
| Tid | onsdagar kl 14.00 varannan vecka |
| Omfattning | 6x2 studietimmar |
| Start | onsdag den 7 februari |
| Pris | 300 kr |
| Kursledare | Martha Magyar |

Så här anmäler du dig till våra kurser

Gå in på hemsidan www.senioruniversitetet.net Klicka på **KURSER** och scrolla ner till den blå knappen **ANMÄLAN**. Klicka dig fram till aktuell kurs och anmäl dig.

VIKTIG INFORMATION!

**För att undvika extra kostnader ska du välja
DIREKT BETALNING MED KORT eller SWISH.**

**Om du ändå väljer
BETALNING MOT FAKTURA INOM TVÅ VECKOR
så ska du alltid invänta faktura innan du betalar.**

OBS!

1. För att kunna välja betalning mot faktura inom två veckor måste du ange personnummer vid anmälan.
2. Om du väljer direkt betalning med kort eller Swish blir du ombedd att gå in på BankID för att godkänna betalningen.

Vid anmälan via webben reserveras din plats på kursen och du får besked om att du har en plats. Om kursen är full blir du reservplacerad och du behöver då inte välja något betalningsalternativ. Om/När du får plats på kursen får du ett meddelande från oss.

Kursavgiften

Kursavgiften är beräknad så att kursen finansieras av deltagarna med hänsyn tagen till gällande statsbidrag för folkbildning. Efter regeringens beslut att minska statsbidragen till folkbildning behåller vi kursavgifterna på samma nivå som hösten 2023 i avvaktan på nya direktiv.

Som regel krävs minst fem (5) deltagare för att en kurs ska starta. Du får inte reducerad avgift om du inte kan gå hela kursen.

Prova på

För att helt kunna tillgodogöra dig våra fortsättningskurser behöver du ha vissa förkunskaper.

För att delta i kurserna i zumba och yoga krävs en viss rörlighet och att det inte föreligger några medicinska hinder för ditt deltagande.

I ovanstående fall kan vi erbjuda att du vid **ett tillfälle** får delta i kursen för att ”prova på”. Fråga oss om ”Prova på” innan du anmäler dig till kursen.

Reseprogram våren 2024.

Vårens resor presenteras på följande sidor.

Vi vill också nämna att förutom de resor som presenteras nedan kommer en teaterresa till Lerbäckers teater att genomföras den 3 februari. Inbjudan till denna resan skickades ut med Nyhetsbrev den 12 november och resan är fullbokad.

Vid tiden för programmets tryckning saknas vissa uppgifter om tider och priser. Så snart vi har alla uppgifter kommer vi att lägga ut information på vår hemsida, senioruniversitetet.net, samt informera via SU:s Nyhetsbrev.

Håll därför koll på föreningens Nyhetsbrev där informerar vi om dagsläget för våra resor.

Resa till Kumla och Hallsberg den 18 april.

Vi börjar dagen med ett besök på Skoindustrimuseet i Kumla. I Kumla fanns tidigare många skofabriker som mest 130 st. Nu finns det bara en handfull kvar i hela Sverige. På Skoindustrimuseet finns gamla originalmaskiner kvar. Vid besöket får vi se och höra de gamla maskinerna i arbete. Vi får följa tillverkning av en ”Kumlatoffel”. Det finns också möjlighet att köpa skor.

Lunchen intar vi på restaurang Goda rum i Kumla.

På hemvägen stannar vi i Hallsberg där vi besöker Bergööska huset Där vi får guidade visningar både av Konstmuseet och modelljärnvägen. Bergööska huset är kanske mest känt för Carl Larssons väggmålningar. Modelljärnvägen föreställer Hallsbergs bangård.

| | |
|----------|---|
| Dag | torsdag den 18 april |
| Avresa | kl. 8.00 från Hållplats Vandrarhemmet Vadstena kl. 8.20 från Motala Centralstationen |
| Hemkomst | ca kl. 18.00 |
| Pris | 590 kronor |

I priset ingår bussresa, lunch, entreér och guidade visningar på Skoindustrimuseet, Bergööska huset och Modelljärnvägen i Hallsberg.

Ta gärna med eget förmiddagsfika.

OBS! Bindande anmälan senast 25 mars 2024 .

Anmälningsregler se sidan 33.

Vid färre deltagare än 30 personer ställs resan in.

Vid frågor kontakta: Lillemor Frejd tel 073-745 77 77
e-post: lillemor.frejd@gmail.com

Resa till södra Finland den 14 -17 maj 2024

I maj reser vi med färja till vårt grannland Finland.

Det blir en innehållsrik resa med tonvikt på konst, musik och historia.

Under våra dagar i Finland kommer vi att bli guide både i Helsingfors och i design- och hantverksbyn Fiskars.

Vi kommer att få veta mer om Finlands historia genom besök på Frontmuseet och en av Finlands mest betydande herrgårdar Wiurila.

Vi övernattar i Finlands sydligaste stad Hangö, där vi bl a bjuds på pianomusik med bildspel i stadshuset.

I Ekenäs får vi veta mer om Helene Schjerfbeck (1862-1946). Hon är en av Finlands mest kända och uppskattade konstnärer. Vi ser flera av hennes verk på Raseborgs konstmuseum.

Information om priser och tider kommer i SU:s nyhetsbrev och på vår hemsida inom kort.

Resa till Småland den 4 juni 2024

Den 4 juni sätter vi kurs mot Småland. Vid Kronobergs slottsruin kliver vi på Ångaren Thor som tar oss över Helgasjön. Under färden får vi höra berättelse och skrönor om sjön.

Efter båtturen äter vi lunch på Teleborgs slott, som är välkänt från TV-programmet Stjärnorna på slottet.

Eftermiddagen ägnas åt på Utvandrarnas Hus i Växjö, där vi får en guidad visning

På hemvägen stannar vi för bussfika.

| | |
|----------|---|
| Dag | tisdag den 4 juni |
| Avresa | kl. 7.10 från Hållplats Vandrarhemmet Vadstena kl. 7.30 från Motala Centralstationen |
| Hemkomst | ca kl. 21 |
| Pris | 1395 kronor |

I priset ingår bussresa, lunch, båttur, guidning på Utvandrarnas hus samt bussfika förmiddag och eftermiddag.

OBS! Bindande anmälan senast 10 maj 2024 .

Anmälningsregler se sidan 33.

Vid färre deltagare än 30 personer ställs resan in.

Vid frågor kontakta: Kerstin Eek tel: 070-2211388

e-post: hov112.eek@telia.com

Resa till Eksjö International Tattoo i juli 2024

I juli kommer årets Internationella tattoo att äga rum i Eksjö.

Eksjö International Tattoo beskrivs som ”Internationella toner med militära förtecken”. Det blir en pampig, färgstark och spektakulär show i hjärtat av trästaden Eksjö. Scenen är för Eksjö International Tattoo är att mitt i staden med arenan omgiven av husen med anor från 1500-talet, kyrkan, stadshotellet och den stolta ryttarstatyn som en del av sceneriet. Detta är en miljö som inspirerar både agerande och publik.

Information om priser och tider kommer i SU:s nyhetsbrev och på vår hemsida inom kort.

Regler för deltagande i Senioruniversitetet Motala Vadstenas resor

Så här anmäler du dig till våra resor

För att delta i våra resor ska man vara medlem i SU Motala Vadstena. Om du inte är medlem kan du bli medlem genom att betala in årsavgiften i samband med bokningen.

Anmälan till resor kan göras på något av följande sätt:

- fylla i blanketten ”Anmälan till resor” och skicka den till SU Motala Vadstena, Sjögatan 14, 59130 Motala
- skicka post till SU Motala Vadstena, Sjögatan 14, 59130 Motala
- skicka e-post till sumotala@folkuniversitetet.se
- via telefon eller personligt besök på SU i Motala (öppettider se sid 5).

Du betalar din resa när du får bekräftelse med uppgifter om bankgiro och sista betalningsdag.

Ange tydligt vem som ska resa och vilken resa som avses!

- Deltagande i resor förutsätter medlemskap i föreningen.
- Anmälan är alltid bindande vid anmälningstidens utgång (anges vid varje resa/utflykt).
- Anmälningar till resor och utflykter skrivs in i den ordning de inkommer till expeditionen. När en aktivitet är fulltecknad upprättas en reservlista.
- Efter beslut om genomförande av resa/utflykt sänds besked om deltagande där bankgiro och sista betalningsdag anges till berörda
- Vid återbud efter anmälningstidens utgång kommer de kostnader vi inte kan påverka att debiteras resenär som lämnat återbud
- Deltagare förutsätts ha täckande försäkringar. Vi rekommenderar att resenären har en tilläggsförsäkring till sin hemförsäkring där det finns avbeställningsskydd.

Folkuniversitetet och senioruniversitetet

Folkuniversitetet, FU, har sedan slutet av 70-talet medverkat till att lokala föreningar av Pensionärsuniversitetet/ Senioruniversitetet bildats runt om i Sverige. Idén hämtades från Frankrike där det första ”Tredje Ålderns Universitet” (Université du Troisième Age) startade 1973. Verksamheten bygger på att medlemmarna bidrar med sin tid och sina kunskaper, för att därigenom bland annat åstadkomma ett kursprogram som är anpassat till målgruppen och till överkomliga priser.

Den folkbildning (studiecirklar, annan folkbildning och kulturarrangemang) som Pensionärs- och Senioruniversitetet erbjuder sina medlemmar sker i samverkan med Folkuniversitetet. I aktuell folkbildningsförordnings mening innebär det att Folkuniversitetet är ansvarig anordnare. I praktiken betyder det att Folkuniversitetet på olika sätt stödjer och medverkar i folkbildningsverksamheten, t.ex. genom att ge tillgång till lokaler, kontorsutrymme, hemsida, administrativa stödsystem men även i form av ekonomiskt bidrag. Folkuniversitetet kan tack vare denna samverkan uppfylla sitt ändamål att nå ut till så många som möjligt med ett kursutbud som svarar mot individens önskemål och behov.

Gunnar Danielsson
Generalsekreterare för FU

Kom och jobba med oss!

Du är sannolikt en vaken och alert person som kanske saknar ditt gamla jobb ibland. Då är du välkommen som funktionär till oss på Senioruniversitetet (SU).

Här får du nya ”arbetskamrater” och blir en del av vår gemenskap. Kanske vill du bidra med kunskaper som du använt i ditt tidigare yrkesliv eller vill du göra något helt annat? Det är roligt och givande att jobba inom SU där det finns alltid plats för nya idéer och tankar...

i **Föreläsningsgruppen** som letar intressanta ämnen och föredragshållare och sedan praktiskt genomför föreläsningarna.

i **Kursgruppen** som jobbar med planering och genomförande av pågående kurser och även söker nya ämnen och engagerar lärare.

i **Infogruppen** som har hand om alla IT-frågor, inklusive vår webbplats, administrerar Facebook och ansvarar för färdigställande och tryckning av programmet.

i **Resegruppen** som letar nya resmål med en egen SU-vinkling. Resorna genomförs i samarbete med resebyrå och/eller bussbolag.

i **Aktivitetgruppen** som hanterar övriga aktiviteter som t.ex. medlemsträffar, guidade vandringar och annat roligt som vi kommer på. Oftast vill vi vara utomhus. Vi tar även fram filmprogrammet för vår Eftermiddagsbio.

på **Kansliet** med allt som rör vår administration – anmälningar till våra olika aktiviteter, fakturahantering, medlemsregistret, och service till medlemmarna via telefon, e-post och personligt besök.

... eller med något helt annat och nytt som du tycker behöver tillföras vår förening. Som funktionär får du vissa förmåner vid våra aktiviteter.

Låter det intressant? Hör av dig till oss via e-post till sumotala@folkuniversitetet.se eller på telefon 0141-474702
Våra öppettider se sidan 5.

Styrelse 2023

(Ny styrelse för 2024 utses på årsmötet den 28 februari 2024)

Sven Falk, ordförande
svn.g.falk@gmail.com

Bo Hultberg, vice ordförande,
ansvarig för aktivitetsgruppen
bo.hultberg@outlook.se

Yvonne Eldh, kassör
yvonne.u.eldh@gmail.com

Gunilla Eriksson, sekreterare
eriksson.g@telia.com

Pia Andersson, ansvarig för kurser
pia.andersson39@gmail.com

Ewa Rasch, ansvarig för föreläsningar
raschewa53@gmail.com

Lillemor Frejd, ansvarig för resor
lillemor.frejd@gmail.com

Eyvind Stadig, informationsansvarig
e.stadig@gmail.com



SENIORUNIVERSITETET

Motala Vadstena

i samarbete med



Folkuniversitetet

www.senioruniversitetet.net