

Seniorklubben

SEB Stockholm

Program nr 3 – höst och vinter 2025/2026

Första bokningsdag är måndagen den 15 september kl 10.00

Anmälan till aktiviteter är bindande.

Pub – Arenastaden

Välkommen till en trevlig pubkväll tillsammans tisdagen den 30 september, måndagen den 27 oktober, måndagen den 24 november,

Datumen kommer även att läggas ut på vår hemsida **www.sebsenior.se**

Vi hälsar gamla och nya gäster välkomna till vår klubblokal, Dalvägen 14, 2 tr, i Solna, mellan kl 17.00 och 20.00 till några timmars trevligt umgänge i glada vänners lag. Observera att vi har kontantfritt. Betalning via swish.

Obs! Porten i gatuplanet stänger kl 18.00.

Pub i Vasastan – onsdagen den 12 november kl 17.00

Vi öppnar återigen upp för ett pubtillfälle i innerstan, då det blev mycket uppskattat. Vi ses på puben Sue Ellen på Tulegatan 17 (T-bana Rådmansgatan, pendeltåg Odenplan). Vi har en egen del av puben för oss SEB:are. Kom och ta med din respektive eller en SEB kompis. Ordinarie pub priser. Ingen föranmälan.

Välkomna på lunch på Internationella Restaurangskolan - fredagen den 10 oktober 11.30

Vi njuter av en trerätters meny som lagas av skolans elever. Deras utbildning är tvåårig med praktik på landets främsta restauranger.

Adressen är Norra Hammarbyhamnen Kajplats 304.

Lunchen är en och en halv timme. Drycker betalas på plats.

Priset är 175 kr per person. Anmälan senast 2025-09-30

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Vandring i Tyresta, Urskog och bränder - torsdagen 16 oktober kl. 11:00

Välkommen till en dag då vi besöker området från den stora skogsbranden i Tyresta nationalpark som inträffade den 1 augusti 1999. Branden varade i sex dagar och innan den var under kontroll, hade 450 hektar skog brunnit. Hur ser området ut idag? SEBs guide från Skalstugan Gert Svensson berättar om branden och hur den påverkar naturen. Vi passerar också vackra Stensjön och om vi har tid och lust så kanske vi hinner till den fornborg som ligger i sjöns norra del. Vandringen är mellan 4-6 km och går mest på en led men kräver en del vandringsvana. Medtag matsäck och ordentliga kängor eller vandringskor. Vi träffas vid den entré till nationalparken som ligger vid Stensjödal (bilparkering) kl. 11:00 och vandrar till ca kl. 15:00. Stensjödal ligger ca 30 minuters bilfärd från Globen. Det finns tyvärr ingen kollektivtrafik i närheten. Denna gång är det egen bil som gäller. Kanske finns möjlighet till samåkning?

Priset är 60 kr per person. Anmälan senast 2025-10-01

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Guidad stadsvandring Mariaberget – måndag den 20 oktober 14.00

Upplev Söders höjders magi genom den gröna guidens ögon – Stefan Maubakken. Följ med på en minnesvärd och spännande stadsexpedition genom de historiska kvarteren där Stockholm en gång var som mest levande, slitigt och färgstarkt. Vi börjar vid Yttersta Tvärgränd, där levnadsvillkoren var hårda innan 1861, då rinnande vatten äntligen infördes. Här spelades den svenska filmklassikern Anderssonskans Kalle in, medan Söderkåkar filmades högre upp och Rännstensungar längre ner. Genom gränder och gator ovanför Ringvägen får du höra om trångboddhet, sjukdomar, förorenat vatten och den höga spädbarnsdödligheten – och hur arbetarnas livsvillkor förändrades genom tiderna. Vi gör en djupdykning i historien genom högläsning ur mantalslängder, där vi ser exakt hur många människor som bodde i varje hus och vilka yrken de hade. På Skinnarviksberget odlades en gång tobak, medan öl bryggdes i kvarteren nedanför. Vi vandrar vidare längs Monteliusvägen, där repslagare och rännstensungar en gång rörde sig i gränderna. Här bodde också några av Söders mest kända profiler – Ivar Lo-Johansson och Eugène Jansson.

Samling vid Ringvägen 4 (Thaikiosken), vandringen avslutas vid Södermalmstorg, vandringens längd: 90 minuter eller 2 kilometer, tillgänglighet: asfalt, grus, backar och många trappor.

Pris 150 kr per person, Anmälan senast 2025-10-05

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Dagstur med buss till Sörmland – onsdagen den 22 oktober kl 8.30

Dagen innehåller vinprovning på Blacksta Vingård utanför Flen, guidad tur på Gjuterimuseet samt avsmakning av ost i Hälleforsnäs - så lite vin, lite kultur och lite ost.

Bussen avgår från Cityterminalen 8.30 och åter samma plats ca 18.00.

Vi inleder dagen med ett besök på Blacksta Vingård, som ligger i trakten av Flen (ca 2 tim med buss). Vi får en guidad tur i vingården, i vinbaren kommer vi att få avsmakning av ett par av deras produkter. Vi kommer att serveras lunch (ca 12.30) bestående av fiskgryta på egenfångad gös med aioli, stenugnsbakat bröd, rabarber/jordgubbspennacotta och kaffe. Vi avslutar vistelsen med ett besök i vinkällaren där man numera får/kan köpa deras produkter.

Därefter styr vi kosan mot den gamla bruksorten Hälleforsnäs. Bruket som grundades redan på 1600-talet och vars utveckling har gått från kanonkolor till bl.a järnspisar. Dess storhetstid inträffade på 1960-talet med ca 1000 anställda. Idag är dock bruket nedlagt men det finns ett fint litet museum där vi kommer att få en guidad tur så vi även får oss lite industrihistoria till livs.

På samma plats inom bruksområdet ligger Jurss Mejeri, ett familjeägt företag med osttillverkning först i Jämtland men sen 2004 i Sörmland. Där kommer vi att få lite avsmakning av deras ostar och det finns även möjlighet att köpa deras produkter.

Meddela eventuella allergier.

Priset är 975 kr per person, Anmälan senast 2025-09-29

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Stadsvandringar ur gatans perspektiv med Street Minds - torsdagen den 6 november kl 11.00

Street Minds är en ideell förening med syfte att förbättra situationen för de många stockholmare som lever i ekonomisk och social utsatthet.

Street Minds erbjuder stadsvandringar som hålls av guider som levt i hemlöshet, bott i trappuppgångar eller levt andra former av utsatthet i Stockholm. Med personliga berättelser tar våra guider dig genom sina kvarter. Våra unika stadsvandringar är till för dig som vill se en del av Stockholm som du aldrig annars skulle få ta del av. För många hemlösa utgör Stockholms central ett slags nav. Härifrån avgår de nattliga bussarna och pendeltågen. Hit kommer frivilligorganisationerna med soppa och

smörgåsar. Här finns vännerna. Hasse berättar om en helt annan centralstation än SJs. Ändå samma station.

Start: Centralens huvudentré på Vasagatan, vid "ringen"

Priset är 100 kr per person. Anmälan senast den 2025-10-15

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Öppet Hus på Dalvägen 14 2 tr - fredag 7 november kl. 14:00

Välkomna till en stunds musikunderhållning med trubaduren Roffe Ilrot. En av Stockholms bästa trubadurer & underhållare. Med sång, gitarr och lite humor underhåller han oss med låtar från det glada 60-talet fram till dagen hits.

Obligatorisk anmälan genom Föreningshuset. Vi bjuder på kaffe med dopp.

Anmälan senast 2025-10-20

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Konstvisning på Spårvägmuseet – tisdagen den 11 november kl 13.00

Vi har en guidad tur för att se konst av bland annat Ola Billgren, Jan Håfström, Olle Kåks och Ulla Wiggen. Vi ser även reklamens historia i kollektivtrafiken, fordonsdesign, formgivning av uniformer och trafikskyltar. Även icke-sanktionerade kreativa uttryck i kollektivtrafiken samt graffiti och ad busting visas. I priset ingår också tillgång till ordinarie utställningar på spårvägmuseet.

Spårvägmuseet, Gasverkstorget 1

Priset är 100 kr per person. Anmälan senast den 2025-10-31

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Kulturbärarna – Kulturhuset Stadsteatern, söndagen den 16 november kl 13.00

Utanför den fullsatta salongen står en pratsjuk garderobiär som fördriver tiden genom att sy i lösa knappar i inlämnade jackor och svara i kvarglömda mobiltelefoner. I garderoben visar det sig också hänga en hel folksamling av kulturbärare, som nu kommer till liv.

Efter tio år med den hyllade enmansföreställningen *Sufflören*, kommer nu Andreas T Olsson med en ny föreställning i samma melankomiska anda, där den omhändertagande garderobiären blir publikens förtrogne och låter oss möta ett pärlband av sorglustiga existenser som på olika sätt bär kulturen: den osynlige statisten, den nitiske autografjägaren, läkaren i salongen, museivakten som blir förälskad i en tavla, skådespelaren som spelar björn på Skansen. Och många fler.

Priset är 365 kr per person. Anmälan senast den 2025-10-02

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Kärleksbrev, en teaterföreställning om kärlek på Scalateatern i Stockholm - onsdagen den 19 november kl 18.00

Kärleksbrev av A.R. Gurney är ett gripande verk om mänsklig kontakt, intimitet och tidens gång genom utbyte av kärleksbrev mellan två personer. I centrum står två karaktärer; Andrew och Melissa, vars relation utvecklas genom brev de skriver till varandra.

Scenen är avskalad med endast de två skådespelarna sittandes bredvid varandra, läsandes högt ur de brev som de har skrivit från barndomen ända fram till det definitiva slutet. Själsligt sida vid sida – nästan en hel livstid.

Andrew är den fyrkantiga svärmorsdrömmen som gör spikrak karriär medan Melissa är den rika flickan som revolterar och tappar status. Genom dessa motpolers kärleksbrev skapar de tillsammans en rik väv av känslor där Andrew och Melissa navigerar genom livets komplexiteter, kärlek och förluster. Andrew och Melissa drar in publiken i sin korresponderande intima värld – inte utan ironi och humor. Föreställningens längd: 90 min utan paus

I rollerna ser vi Krister Henriksson och Ulla Skoog – två av teatersveriges absoluta giganter.

Priset är 355 kr per person. Anmälan senast 2025-10-06

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

KTH, guidad visning av konst och interiör - torsdagen den 27 november kl 12.00

Vi kommer att få höra industri- och KTH-historia, stor chans att vi får se Axel Törnemanns bortglömda takmålning i föreläsningssalen. OBS! Visningen är både inom- och utomhus, kullersten och trappor förekommer. Om vädret tillåter kommer vi åka upp i klocktornet (hiss + trappor). Det blir svårt att ha med rullator. Visningen tar ca 1 timma. Visningen är gratis. Anmälan senast 2025-11-06

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Adventskonsert i Blå hallen - lördagen den 29 november kl 16.00

Några av landets främsta körer med solister, dansare, orkester samt landets största orgel. Tradition sedan 1994.

Stämningsfullt, traditionellt och högtidligt (Hosianna, Bereden väg, O helga natt m.fl.) och lekfullt (amerikanska julklassiker, svenska danslekar etc.).

Någon vecka före Nobelfesten får du uppleva landets finaste festsal, i praktfull belysning. Bekväma sittplatser med god sikt och fin akustik.

Medverkande: Stockholm Singers, Storkyrkans Kammarkör, Dansare från Balettakademien, Stockholm Concert Orchestra

Solister: Henriikka Gröndahl, Lars Johansson Brissman

Orgel: Jonas Lundblad

Dirigenter: Helene Stureborg, Bo Aurehl (även programvärd)

Priset är 515 kr per person. Anmälan senast den 2025-10-13

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Julbord Villa Källhagen – tisdagen den 2 december kl 12.30

Årets julbord äger rum ute på Djurgården. Vi börjar med Glöggmingel kl 12.30.

Julbordet serveras mellan 13.00-15.00 (Kostnad för egen dryck tillkommer)

Adress Djurgårdsbrunnsvägen 10,

Priset är 795 kr per person. Anmälan senast den 2025-10-19

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Guidad Tomtevandring Gamla Stan - tisdagen 9 december 15.00

Upplev den magiska julstämningen i Gamla stan, där kullerstenar och nötta gränder lyser upp i lyktornas sken.

Följ med på en stämningsfull stadsvandring där vi utforskar julens historia och traditioner medan vi vandrar genom Stockholms äldsta kvarter, inbäddade i vintermörker och ljusdekorationer. Hör berättelser om vikingarnas julfirande, upptäck varför vi har julkrubbor och Lucia – traditioner med katolska rötter som blivit en självklar del av den svenska julen.

När mörkret omsluter gränderna är stämningen som mest magisk, och längs vägen får du också se vackert bemålade tak, gamla kakelugnar och imponerande takbjälkar som minner om en svunnen tid.

Vandringen varar i 60 minuter och avslutas med hemlagad alkoholfri glögg och ekologiska pepparkakor, njutna under den stjärnklara vinterhimlen.

Samling vid Evert Taube staty, Järntorget, Gamla stan. Vandringen avslutas nära Järntorget, vandringens längd: 60 minuter eller 1,6 kilometer, tillgänglighet: kullersten, små backar och ojämnheter (med snö och is som underlag rekommenderas ICEBUGS eller liknande). Tomtevandringen är ej lämplig för dig som har svårt att gå.

Pris 150 kr per person. Anmälan senast 2025-11-15

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

High Society & Blåsarsymfonikerna - Konserthuset i Stockholm - söndagen den 14 december kl 18.00

Välkommen till en oförglömlig kväll med The High Society tillsammans med Blåsarsymfonikerna vid en konsert där julens magi möter tidlös underhållning! Sedan starten 2008 har The High Society, med Karl Dyall, Joachim Bergström och Rennie Mirro, bjudit på oförglömliga musikaliska upplevelser med musik från några av tidernas största legender – Frank Sinatra, Dean Martin och Sammy Davis Jr.

Nu, inför julen, är trion tillbaka för att sprida värme, glädje och feststämning med de mest älskade klassiska julmelodierna, moderna hits och nya egenskrivna jullåtar. Tillsammans med Blåsarsymfonikerna bjuder de på en unik julshow som ger dig en fantastisk start på årets största högtid. The High Society och Blåsarsymfonikerna har haft ett framgångsrikt samarbete sedan 2017 och har genomfört över 30 konserter tillsammans. För första gången någonsin går de nu samman för att skapa en julshow utöver det vanliga.

Det här är inte bara en konsert, utan en upplevelse fylld av magisk musik, dans och underhållning av allra högsta klass. Äntligen jul!

Priset är 645 kr per person. Anmälan senast den 2025-10-10

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Olivoljeprovning - onsdagen 17 december kl 15.00

Välkommen till en eftermiddag där vi dyker in i olivoljans historia, odling och framställningen av högkvalitativ Extra Jungfru Olivolja! Du får lära dig mer om ursprung, vad olivoljan ursprungligen användes för och framför allt vägen från fält till flaska och våra bord i kalla Norden. Vi provar ett flertal olivoljor och pratar om doft, smak och användningsområde. Här lär vi oss även hur olivoljan skiljer sig beroende på ursprung, olivsorter och skördetid.

Under provningen bjuds vi på en tallrik med utvalda charkuterier och ostar från Italien tillsammans med ett glas prosecco eller alkoholfritt alternativ. Avslutningsvis finns möjlighet till egna inköp i butiken. Provningsen vara ca 1,5 tim.

Adress: Drottninggatan 71D, Olja & Oliv Delikatesser

Priset är 395 kr per person. Anmälan senast 2025-11-20

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Tjajkovskijs Nötknäpparen – Berwaldhallen onsdagen den 14 januari 2026 kl 18.00

Få verk är så förknippade med julen och trettondagen som Pjotr Tjajkovskijs musik till baletten *Nötknäpparen*. I den här konserten återvänder dirigenten Christoph Koncz till Berwaldhallen för att tillsammans med Radiosymfonikerna framföra en svit baserad på Tjajkovskijs musik.

Musiken:

Sergej Prokofjev: Symfoni nr 1 "Den klassiska" 15 min, Hanna Kendall: The Spark Catchers 10 min, Hugo Alfvén: Svensk rapsodi nr 1 för stor orkester 19 min, "Midsommarvaka" 13 min, Pjotr Tjajkovskij: Nötknäpparen – svit 20 min

Priset är 350 kr per person. Anmälan senast den 2025-11-14

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

Tisdagsvandringar – våra vandringar på tisdagar är satt på paus därför att vi saknar en coordinator, som kan administrerar vandringarna.
Om intresse finns från våra medlemmar meddela styrelsen via mail sebsenior@telia.com

Min sida" i bokningssystemet i Föreningshuset.

För bokning via Internetrutinen, följ länken;

<https://forening.foreningshuset.se/seb-seniorklubb/minsida>

När du bokat ett evenemang på internet godkänner du samtidigt att evenemangskostnaden får debiteras ditt konto i SEB.
Finns inte evenemanget längre i bokningssystemet är den antingen fullbokad eller så har sista anmälningdagen gått ut.

Adressändring

Vid flytt, glöm inte att meddela oss på senior klubben den nya adressen, likaså vid ändring av mailadress!

Anmälan till sebsenior@telia.com

Glöm inte att se våra tips på hemsidan www.sebsenior.se

Klubbar och sektioner

Boule

Två grupper spelar på måndagar kl 10.00 - 12.00 respektive 14.00 - 16.00 i Prins Bertils Boulehall på Djurgården. Ca 40 personer. Ledare är Mats Ericsson mobil 070-627 4859
Det finns lediga platser i båda grupperna.

Bowling

Vi spelar i Enskedehallen på torsdagar. Ca 40 personer. Ledare är Bernt Eklindh, 070-533 3857 och Kurt Söderlund, 070-284 8270

Bridge

Två grupper spelar onsdagar resp. torsdagar i klubblokalen. Ca 25-35 personer vardera dagen.

Ledare är på onsdagarna Kerstin Karlström, tel 070 583 1284 och på torsdagarna Magnus Fehrm tel 073-994 7118 och/eller Sven Flink tel 070 304 6657

Whisky-och vinklubbar finns också, vänligen se vår hemsida för kontaktuppgifter.

SEB Fotoklubb hälsar att de startar upp sin verksamhet på nytt. Vid intresse kontakta klubben på mail sebfotoklubb@outlook.com

Styrelsen

Seniorklubben SEB Stockholm	Besöksadress: Dalvägen 14 Solna	Postadress: SEB Seniorklubb 106 40 Stockholm	Tfn: 0734-267650 E-post: sebsenior@telia.com Hemsida: www.sebsenior.se
--------------------------------	---------------------------------------	--	---