

Ordförande Lisbeth Wernerson	070-6057447
Vice ordförande Örjan Hedberg	070-3558076
Sekreterare Ann-Marie Eriksson	073-5685511
Kassör Per-Åke Östlund	073-9807198
Ledamot Margareta Svensson	073-6305903
Ledamot Ulf Fredberg	076-6225113
Ledamot Tommy Norén	0706-743927
Ledamot Britt-Lis Wåhleng	072-3290313
Ledamot Kent Löfgren	070-7387188
Klubbmästare Tommy Norén	0706-743927

**Resekommitté:**

Lisbeth Wernerson	070-6057447
Inger Karlsson	070-6698226

**Programkommitté:**

Lisbeth Wernerson	070-6057447
Mona Thelenius	073-0780945

**Ambassadör-kontaktperson för Ramnäs och Virsbo:**

Gudrun Smeds	070-2975917
--------------	-------------

**Hemsida:** [www.spfseniorerna.se](http://www.spfseniorerna.se)

**Webbmaster:** Kent Löfgren, [kent@lof-gren.se](mailto:kent@lof-gren.se) [www.spfseniorerna.se/surabygden](http://www.spfseniorerna.se/surabygden)

**SPF Seniorerna Västmanlands Distrikt** Hemsida: [www.spfseniorerna.se/vastmanland](http://www.spfseniorerna.se/vastmanland)

Ordförande: Per-Åke Moe, 0705782027, [perake.moe@icloud.com](mailto:perake.moe@icloud.com) eller

[vastmalandsdistriktet@spfmail.se](mailto:vastmalandsdistriktet@spfmail.se)

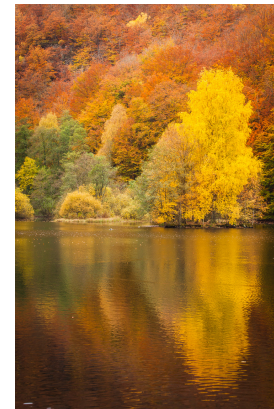
Adress: Industrigatan 1 C, 734 30 Hallstahammar

**Olycksfallsförsäkring**

Du är försäkrad när du deltar i någon av våra aktiviteter, från det du går hemifrån tills du är hemma igen. Försäkringen ingår i medlemsavgiften.



# Surabygden



*”Lär dig från igår, lev för idag,  
hoppas för imorgon. Det viktigare  
är att inte sluta ifrågasätta” -  
Albert Einstein*

Trevlig Höst, Vinter och Vår

*Vilken sommar vi fick i maj och juni. Metrologerna varnade för en lika torr sommar som 2018. Men redan i början av juli kom regnet och det har minsann hållit i sig resten av sommaren. Solresorna till varmare breddgrader har slagit alla rekord, trots den extrema värmen runt Medelhavet med stora bränder som följd.*

*I detta programblad presenterar vi kommande månadsmöten med förhoppningsvis tilltalande program. Vår ekonomi är tyvärr inte den allra bästa så vi får lov att inte göra alltför stora utsvävningar när det gäller programutbudet. Precis som allt annat har priserna ökat även för de som kan tänkas underhålla vid våra träffar av olika slag.*

*När det gäller resor fortsätter vi samarbetet med SPF, PRO och SKPF - föreningarna i Hallstahammar, Surahammar och Kolbäck. Vi lyckades inte få fulltecknat på någon av våra resor under våren. Vi har även fått lov att ställa in resor i augusti. Nu har vi på gång en resa till Blå hallen och en resa till Blå hallen + Julbord på Cinderella. Dessutom kommer vi att kunna roa oss på Munktorpsteatern. Dit samåker vi i bilar.*

*Inom Kretsen (Hallstahammar, Kolbäck och Surahammar) Kommer vi att genomföra en Temadag 29 september Folkets hus Surahammar, så reservera det datumet. Mera information längre fram i bladet (sid 10). Du får gärna komma med idéer till programinslag till månadsmötena. Vi som jobbar med det får idétorka.*

*Nu vill jag tillsammans med styrelsen önska*

*En skön höst, vit och vacker vinter och en upplivande vår.*

*Lisbeth*

## ÖVRIGA AKTIVITETER

### Naturutflykter för SPF Seniorerna Surabygden 2023

Vi fortsätter med våra utflykter till platser i Surahammars närhet. Det blir en kortare promenad till något vackert ställe där vi äter medhavd matsäck, ev. grillar och umgås.

Promenerar gör vi varje vecka. Vi samlas vid Ekängstugan onsdagar kl 9.30

**Ons 27 sept** Vi åker till Jordmarken i Borgåsund. Vi hoppas att vi ska kunna hitta en fin promenad i omgivningarna där. Grillplatsen ligger väldigt naturskönt alldeles vid Mälaren. Avresa: 09.30 från parkeringen vid Apoteket. Ta med matsäck (+ något att grilla om så önskas) och sittunderlag.

**Ons 18 okt.** Vi samlas nedanför Snickarbacken i Surahammar kl. 09.30. Vi går en naturpromenad i närområdet. De som vill får springa uppför backen. Ta med matsäck (+ något att grilla om så önskas) och sittunderlag.

Nya utflyktsmål kommer i nästa programblad.

VÄLKOMNA!

Ia och Olle Granath  
073-2536908 (Ia)  
070-3998091 (Olle)



Bowling

Kontakta Örjan Hedberg  
070-3558076, för info.

# RESOR

## Adventskonsert i Blå Hallen med efterföljande kryssning med Julbord ombord på Vikinglines Cinderella 3/12.

Dag 1 Avresa: 10.15 från Kolbäck Busstation  
10.40 från Hallstahammar Busstation  
11.00 från Surahammar Busstation

Dag 2 Åter i Stockholm kl 14.00. Därefter hemfärd till respektive hemort.  
Kl 14.00 Adventskonserten i Blå Hallen börjar (ca 1 timma)

Sedan tar vi oss ner till Stadsgården och till Cinderella som avgår 17.00.  
Efter att vi installerat oss i våra hytter äter vi ett välsmakande julbord i restaurang The Buffet. Kvällen är fri för dans, shopping mm.

Pris: 1 195:-/person, då ingår buss, konsert, kryssning (del i B-hytt), julbord, (inkl. öl/vin/läsk/kaffe & dessert), bränsletillägg på 48:-/person.

**Tillägg /person: Del i fönsterhytt 100:-, Enkelhytt insides 195:-, Enkelhytt med fönster 295:-, Frukost 145:-, Brunch 230:-**

**Viktigt: medtag giltig legitimation**



Fredag 29 september kl 9.00 – ca 12.00 är Du välkommen till Folkets Hus i Surahammar  
Leif Stavåker, läkare från Eskilstuna informerar om demens och hur vi kan upptäcka om någon i vår närhet drabbas. Du blir bjuden på kaffe med dopp och musik

Anmälan senast 22:e sept till:  
Lisbeth Wernerson tel: 070 605 74 47,  
eller mail: [lisweson@gmail.com](mailto:lisweson@gmail.com)



**Black River  
Band spelar**

## Matlagningskurs

För matglada gubbar  
Cirkelledare  
Tommy Norén  
070-6743927



Samtliga studiecirklar  
arrangeras tillsammans med  
vår samarbetspartner

Kom gärna med eget förslag till Studiecirkel

## FIXARHJÄLP från Surahammar kommun

Du som fyllt 75 år kan få gratis hjälp med flytt av mindre möbler, smörja lås och dörrar, byta glödlampor, lysrör, proppar och batterier. Hämta eller bära upp/ner saker från vind och källare. Hänga upp lampor, gardiner och sätta upp stegen när 'sotarn' kommer. Du står för kostnaden för det material som behövs och måste se till att det finns hemma när hjälpen kommer.

Boka tid med Anette Stillman  
på telefon 0220-391 15



## VÄNTJÄNST

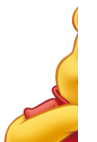
SPF Seniorerna Surabygden är en del av organisationen Väntjänst i Surahammar. Vi behöver fler volontärer som kan ge ensamma medmänniskor sällskap.

Kontaktperson: Britt-Lis Wåhleng  
072-3290313

Väntjänsten träffas på Källmoragården  
1 gång i månaden (tisdag).




"Människor säger att ingenting är omöjligt,  
men jag gör ingenting varje dag."






## MÅNADSMÖTEN



**Torsdag 19 oktober kl 13.30**  
Folkets Hus, Surahammar  
Irene Tornell från  
Swedbank informerar  
Jonny Söderberg  
underhåller

**Torsdag 16 november kl 13.30**  
Folkets Hus, Surahammar  
En Biståndshandläggare informerar om  
vad kommunen kan ge i bistånd  
Underhållning av  
Milton



**Torsdag 14 december kl 13.30**  
Folkets Hus, Surahammar  
Tuppkärrskolan bjuder på  
Luciatablå och vi äter Jultallrik  
Pris: 225:-/person  
Anmälan senast 7 december till  
Tommy Norén 070-6743927 eller  
[tommy.noren@outlook.com](mailto:tommy.noren@outlook.com)



Våra månadsmöten sker i samarbete med

## ÖVRIGA AKTIVITETER

### Golf

Kontakt: Stefan  
Lindgren  
073-0389471  
Se "Idagspalten" i VLT  
för aktivitetsträffar



### Bridge

SPF spelar med PRO i  
deras lokal på,  
Murargatan. Kontakt:  
Sven-Olov Stockselius  
072-2013799



### Hjärter dam

Kortspelsgruppen träffas  
varje tisdag kl 13.00 i  
biblioteket.  
Kontakt: Marianne  
Fredriksson 073-7211724



### Boule

Under vintern spelar vi boule i Folkets Hus på tisdagar och  
fredagar. Måndagar spelar vi i Hallstahammar och då samåker vi  
från OKQ8-macken. Övrig tid spelar vi på bouleplanen vid  
kanalen.

Kontakt: Lars-Ivar Eklund, 070-524 46 48, Alf Busch,  
070-3065345,  
Benny Fredriksson, 070-246 65 71, Alfred Hirtner, 070-8478660.

### Handarbetsträffar

Biblioteket. Måndagar 13.00 – 16.00  
Kontakt: Annika Östlund 076-8989745



**Ladies talk:** Träffas och diskutera  
dagsaktuella händelser över en lunch  
Kontakt: Mona Thelenius 073-0780945,  
[monathelenius@hotmail.com](mailto:monathelenius@hotmail.com)  
Datum: Inställt under hösten.



## RESOR

MUNKTORPST

**STU**

**KÄR**

Följ med till Munktorpsteatern den 5 november 2023.  
Kl 15.00 börjar årets föreställning.  
Priset är 300:-, då ingår teaterbiljett och kaffe.  
Resan dit och hem gör vi i bilar där vi samåker så mycket som möjligt.  
Anmäl om du vill följa med till: Lisbeth Wernerson, telefon 0706057447 eller mail: [lisweson@gmail.com](mailto:lisweson@gmail.com) senast 22 oktober 2023



### ADVENTSKONSERT I BLÅ HALLEN STADSHUSET STOCKHOLM LÖRDAGEN DEN 2 DECEMBER 2023

- Kl. 10.50** Avresa från Kolbäck, busstation  
**Kl. 11.05** Avresa från Hallstahammar, busstation  
**Kl. 11.30** Avresa från Surahammar, busstorget  
**Kl. 13.30** Lunch serveras på Clarion Hotel Sign i Stockholm  
**Kl. 16.00** Konserten i Blå Hallen börjar Speltid ca 75 min  
Hemresa för att vara åter ca kl. 19.30-20.30.

Pris per person: 1.395:-

I priset ingår: Bussresa, konsertbiljett och lunch inkl. varmrätt, sallad, bröd samt kaffe på maten

Anmälan Senast 2 november till Marie Westling 070-349 40 37 eller mail: [mariewestling.vallby@gmail.com](mailto:mariewestling.vallby@gmail.com)

Vi samarbetar om resor med SPF Seniorerna i Herrevad, Hallstahammar, SKPF och PRO i Surahammar

## MÅNADSMÖTEN/KLUBBAFTON

### Torsdag 18 januari 2024 KL 13.30

Folkets Hus Surahammar  
Apoteket informerar  
Återblick på året som gått 2023  
Du blir bjuden på  
*Julgröt och skinksmörgås*  
Anmälan senast 11 januari till  
Tommy Norén 070-6743927 eller  
[tommy.noren@outlook.com](mailto:tommy.noren@outlook.com)



### Torsdag 15 februari 2024 kl 13.30

#### Årsmöte

Vi äter Smörgåstårta och lyssnar till  
PRO-kören  
Anmälan senast 8 februari

till Tommy Norén 070-6743927 eller  
[tommy.noren@outlook.com](mailto:tommy.noren@outlook.com)



Torsdag 21 mars 2024 kl 13.30  
Leif Stavåker läkare från Eskilstuna  
kommer att informera om  
Alzheimers sjukdom  
Underhållning av Gunnarz orkester.



### Klubbaftnar

Lokal: Folkets hus Kl 17,00. Varje klubbafton bjuds på underhållning.  
Datum framöver är: 7/9, 5/10, 2/11, 7/12, 1/2 och 7/3.

**OBS! 5/10 är det oktoberfest med Rock-Lelles  
Gubb-rockband.**

Anmälan till Tommy 070-6743927 senast 29/9





**FONUS**  
ETT PERSONLIGT  
AVSKED

## Personlig begravning

Med lång erfarenhet inom branschen hjälper vi dig att skapa en ceremoni som blir ett personligt avsked och ett fint minne.

0220 301 80 | surahammar@fonus.se | fonus.se



**villaägarna**

SURAHAMMARS KOMMUN

*Känn dig trygg med våra villaägartjänster.*

*Du sparar på att vara medlem.*

**Årsavgift 520 kr.**

*Massor med rabatter hos olika firmor. Hyr släpkärra för 50:-/dag samt andra handredskap. Ett självklart val för dig som bor i hus. Anmäl dig till ordf. Anders Asp. [asp.a@allcom.se](mailto:asp.a@allcom.se) 07- 3211953*

  
**Stavem**

**Stavem Begravning och Juridik**  
Surahammar Västerås  
Köpmangatan 31 Härnevigatan 20  
Tel. 0220 - 334 16 Tel. 021 - 471 79 17  
[www.stavem.se](http://www.stavem.se)

**VÄLKOMNA TILL DITT LOKALA APOTEK ILLERN I SURAHAMMAR**

Vi erbjuder dig: 5% seniorrabatt varje dag. Medicinsk öronhåltagning (1 hål 309 kr, 2 hål 459 kr). Läkemedelsrådgivning, kostnadsfritt. Prisvärt schampo & balsam 15 kr styck

**Ramnäs Buss & Resetjänst AB**

[www.ramnassbussresor.com](http://www.ramnassbussresor.com) \* Tel. 073 444 1212 \*

[amr@ramnassbussresor.com](mailto:amr@ramnassbussresor.com)

**SALONG**  
sirpa  
din hårdesigner

Vi finns på Köpmangatan 40 D, SURAHAMMAR 0220-30175  
[www.salongsirpa.se](http://www.salongsirpa.se)

**Hus Folkets**  
Mötesplats  
Lokaler för föreningar, fester mm  
Restaurang bibliotek biograf  
0220-36660  
[surahammarsfolketshus.se](http://surahammarsfolketshus.se)  
Surahammars Folkets Hus

**Välkommen till Svenska kyrkan i Sura-Ramnäs församling**  
-en helt vanlig församling

[www.svenskakyrkan.se/sura-ramnas](http://www.svenskakyrkan.se/sura-ramnas)  
[facebook.com/suraramnasforsamling](https://www.facebook.com/suraramnasforsamling)

**Svenska kyrkan**  
SURA-RAMNÄS FÖRSAMLING



**Wärdshuset 2 Rum & Kök**  
Enbärsvägen 2 Surahammar  
à la carte, lunch, catering  
070 4917066



**Länsförsäkringar**  
**Fastighetsförmedling**

Din personliga mäklare i Surahammar – 0220 60 00 60

”Ingenting är omöjligt. Det omöjliga tar bara lite längre tid”  
Okänd