

UTSIKTEN



SRF
SENIORERNA

Gnestabygden

Program

April 2020 – Mars 2021

ICA ***Supermarket***

Gnesta

På Tisdagar

5%

**Senior-rabatt
med ICA kortet**

**Välkommen in och
handla ALLA Dagar!**

Hälsar Jeanette med personal

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Framsida - Bild: Tord Nygren	1
Innehållsförteckning	3
Ordföranden har ordet	4
Styrelsen	5
Funktionärer	6 - 7
Information, Förmåner o Rabatter	9 - 10
Powerhuset	11
Mötesprogram 2020 - 2021	14 - 17
Bilder från möten, resor o vandringar	18
Vandringar 2020	19 - 22
Reseprogram 2020 - 2021	24 - 25
Bilder från möten, resor o vandringar	26
Studieverksamhet	27
Gnesta kommuns Frivilligverksamhet	29
Baksidan	32



Vi som producerat är SPF Mediagrupp: Karin Forsgard, Bo Forsgard, Kurt Lindgren
Tryck: Kringeltryck Södertälje

Ordförande har ordet

Först ett stort tack för förtroendet att få vara ordförande ett år till!

Nytt verksamhetsår och nya utmaningar. Året som gick känns som väldigt utvecklande för vår förening. Vi kan erbjuda en stor mängd med aktiviteter från månadsmöten med underhållning, resor och vandringar i vår vackra hembygd till ett rikt utbyte av kurser och andra studieverksamheter. Torsdagsträffarna vi arrangerar tillsammans med PRO och kommunen är mycket uppskattade. Det vi kommer att jobba vidare med är att bredda utbudet så det passar ännu fler av våra medlemmar. Att träffas och trivas är en viktig del att förebygga och motverka den ofrivilliga ensamheten.

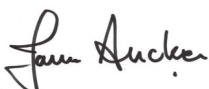
Inom ramen för vårt projekt "Aldrig ensam i Gnestabygden" har verksamheten expanderat. Den viktigaste delen är vår Frivilligverksamhet tillsammans med kommunen. Vår frivilligsamordnare Åsa Gustafsson har gjort ett fantastiskt jobb och har idag (18feb) mer än 50 st. aktiva relationer. Fantastiskt! Men det finns behov av mera frivilliga. Ta kontakt med Åsa för mer info!

Vårt mål i år är att vidareutveckla verksamheten i Powerhuset tillsammans med PRO och kommunen. Det som finns på önskelistan är att kunna ha öppet även på helger och kvällar. Vi har ju fått fina stora TV apparater i huset under året, och kanske kan det bli gemensamma filmkvällar, eller varför inte träffas och titta på hockey/fotbollsmatcher tillsammans?? Eller lite allsång någon kväll?? Idéerna är många. Men för att kunna genomföra detta så behöver vi mera pengar till verksamheten. Vi väntar just nu på besked från Socialstyrelsen om pengar vi sökt. Beroende på hur mycket vi får kommer det att styra hur snabbt vi kan utveckla verksamheten.

På årsmötet väckte styrelsen frågan om att byta namn på vår förening. Dagens namn täcker inte hela vår kommun. Vi har lyssnat på er och föreslog årsmötet att byta namn till "SPF Seniorena Gnestabygden". Ett enhälligt årsmöte gav bifall till detta byte som kommer att inledas snarast av styrelsen.

Till slut ett stort tack till alla som bidrar till och deltar i våra verksamheter. Många oavlönade timmar läggs ner. Det är tack vare dessa insatser som vår förening lever ett bra liv och växer.

Nu tar vi oss an alla nya utmaningar under 2020.

Gnesta i februari 2020. 



*Fr. vä. i bild: Birgitta, Christina, Leif, Bosse, Jan, Erik, o Mats.
Saknas på bild: Kerstin Grenthe.*

Ordförande	Jan Ancker	070-714 50 79 <i>jan.anker@gmail.com</i>
V.Ordförande	Eric Ericsson	0705-319 335 <i>eric.o.ericsson@gmail.com</i>
Sekreterare	Kerstin Grenthe	070-283 05 35 <i>kerstin.grenthe@telia.com</i>
Kassör	Birgitta Lundberg	070-204 52 48 <i>birglund@gmail.com</i>
V. Kassör	Leif Eriksson	0730-65 08 68 <i>leif.s.eriksson@gmail.com</i>
Medlemssekr	Bo Forsgard	0707-348 717 <i>bosse@kabof.se</i>
Ledamot	Mats Grundin	070-665 52 51 <i>grundin4@gmail.com</i>
Ledamot	Christina Lundstedt	070-677 67 93 <i>lundstedtchristina@gmail.com</i>

SPF GNESTABYGDEN 2020

REVISORER

Ordinarie	Christer Källmén	0158-205 85; 070-675 25 00
Ordinarie	Gerhard Sandberg	0158-121 47
Ersättare	Lars-Göran Larsson	0158-125 26; 070-626 58 80

ÖVRIGA FUNKTIONÄRER

Valberedning

Ordförande	Kerstin Landin	0158-340 32; 073-182 58 49
	Gösta Johansson	0158-206 14; 070-344 47 37
	Vakant	

Trafikombud: Vakant

Studiekontakt: Eric Ericsson 070-531 93 35
Kerstin Björk Ericsson 073-683 94 26

Kommunala pensionärs-och omsorgsrådet (KPOR)

Ordinarie	Gunilla Bränström	073-023 34 80
Ordinarie	Bengt Landin	0158-340 32; 070-664 28 84
Ordinarie	Ann-Sofie Lindström	070-217 20 76

Friskvårdskommitté

Samman kallande	Yngve Andersson	0158-201 00, 073-965 23 22
	Göte Karlsson	0158-206 47, 070-642 06 47
	Lennart Holmgren	070-757 44 40
	Marie Svedling	0158-109 88, 070-960 54 36
	Gunnar Jansson	0158-120 00; 070-657 93 67

Bouleansvariga

Björnlunda	Stig Arkäng	0158-205 10, 070-392 13 43
Gnesta	Klas Fred	0158-312 11, 070-546 95 12

Lotterikommitté Gnesta

Karin Forsgard 070-214 28 75
Kerstin Hjortsmarker 070-423 92 18

Lotterikommitté Björnlunda och Stjärnhov

Rosita Nord 0158-301 34
Ruth Törnqvist 070-220 22 65

Programkommitté

Sammanställande Wania Forssberg 070-454 89 43
Bengt Landin 0158-340 32, 070-664 28 84
Lill Björk 070-397 95 41
Lennart Magnusson 070-742 51 90

Resekommitté *(Telefontid säkrast mellan kl 08.00-09.30)*

Sammanställande Britt Karlsson 0158-109 31, 070-588 54 48
Kristina Bergström 0158-201 00, 076-214 16 49

Gårdsråd

Strandhagen

Ordinarie Margaretha Ahlstrand 0158-302 36, 072-549 10 20
Ersättare Gun Alm 0158-210 85, 070-308 60 60
Ersättare Eva Isaksson 073-408 76 83

Ekhagen

Ordinarie Barbro Andersson 0158-202 77; 070-394 11 16
Ersättare Ulla-Britt Knutsson 0158-203 01
Ersättare Bengt Landin 0158-340 32, 070-664 28 84





**Hitta hem.
Igen. I Gnesta.** ➔

SVENSK FASTIGHETSFÖRMEDLING

GNESTA | VÄSTRA STORGATAN 9 | TEL 0158-131 10 | SVENSKFAST.SE/GNESTA



PIGGA ÖGON



din syn **Guldsmens**

Tingshusgatan 2 0158-36005 guldsmens.se



Gnestabygden

Bildades 24 maj 1982, vi firar alltså 38 år 2020.
Föreningen är ansluten till SPF Seniorerna, som är en ideell, och i
partipolitiska och religiösa frågor obunden organisation.

Medlemsavgiften för 2020 är 300: -

Kansliets öppettider To. 13:00—15:00

Powerhusets öppettider: Må - Fr 10:00 - 15:00

INFORMATION

Försäkring - Alla medlemmar är försäkrade under, och på väg till
och från arrangemang anordnade av SPF Seniorerna.

Ändringar i program - Ändringar i program och/eller nya aktivite-
ter meddelas alltid på föreningsmöten, hemsidan, vid vårt kansli
(Powerhuset), anslagstavla vid entrén till ICA Gnesta, Björnlunda och
Stjärnhov. Skyltfönstret hos Gerdtmans skor samt anslagstavlor på
Powerhuset (kommer våren 2020) och via e-post.

Internet/ Hemsida - Internet: www.spf.se/gnestadaga Vill du publi-
cera bilder på vår hemsida?

Kontakta webbansvarig Bosse Forsgard, e-post:

spf.gnestabygden@outlook.com tel: 070 946 85 06

E-post - Föreningen skickar ut e-post med information till alla som
har registrerat e-post-adress till medlemsregistret.

Dina uppgifter i Medlemsregistret - kan du ändra på Mina Sidor på
hemsidan eller meddela medlemssekreteraren: Bosse Forsgard,
e-post: spf.gnestabygden@outlook.com tel: 070 946 85 06

Förmåner och rabatter för medlemmar i SPF Seniorerna, Gnestabygden

SPF Seniorerna har förhandlat fram rabatter på riks- distrikt- och lokal nivå. För att se aktuella rabatter gå in på:

www.spfseniorerna.se/gnestadaga Om föreningen/Förmåner

På lokal nivå:

Gnesta Färghus AB Västra Storgatan 12, tel: 0158-266 10

10% på färgmaterial och tapeter. Inga rabatter på leksaker.

Gnesta Järn & Färg Dansutvägen 2, tel: 0158-143 40

10 % rabatt - Uppge kundnr: 500 och visa medlemskort.

BEIJER Byggmaterial Nibblegatan 1, tel. 0158-269 50.

Listverk & Färg 20%, Butiksmateriel 15%

OBS! För ovanstående företag gäller rabatten EJ för nettoprissatta produkter.

Guldsmen's Ur & Optik AB Tingshusgatan 2, tel. 0158-360 05

Gratis provning av ögontrycket (normalpris 70 kr). Visa medlemskort.

Sjölunds Foto och IT tel. 072-011 45 45

10% på datasupport och fotografering. RUTavdrag vid hembesök

Distriktförmåner:

Nerja resor till Spanien

Smart Senior.

Viking Line

Länsförsäkringar i Södermanland

BESIKTA

Snitt 10% på försäkringar

BIRKA CRUISES

Förbunds förmåner:

If - Huvudpartner

Bonniers bokklubb

mySafety - Partner

Skandia - Partner

E.ON - Partner

Hallon - Officiell leverantör

Tallink Silja

Familjens jurist

Fonus

Lavendla Juridik

POWERHUSET



Gnestas seniorers samlingsplats är **Powerhuset** som startades 2018. Vårt ledord är ”Aldrig ensam i Gnesta” och ligger till grund för samarbetet med PRO och Gnesta kommun.

Powerhuset hyser diverse olika aktiviteter. Många studiecirklar är igång, mat lagas, slöjdalster skapas, böcker diskuteras, kort spelas och mycket annat. Och det talas olika språk. Som spindel i nätet (om uttrycket tillåts) finns Britt-Marie, som ser till att de som vill ha fika får det och som också ser till att lokalerna är städade och snygga.

På torsdagarnas föreläsningar brukar det vara fullsatt, men du kan också komma hit och ta en kaffe på andra tider och träffa likasinnade som också trivs här. Powerhuset välkomnar alla!

Ska du ha en fest, födelsedagskalas eller annan tillställning, så kan du hyra Powerhuset. Här finns plats för 70 personer, kök, porslin och diskmaskin.

PRO och SPF har sina kanslier på Powerhuset och här finns även kommunens frivilligsamordnare stationerad.

Lördagen den 6 juni – Nationaldag och Gnestadagen – är det Öppet Hus på Powerhuset. Då är du extra välkommen!

allt för
dina
ögon.

Synundersökningar,
glasögon, kontaktlinser,
ögonapotek.
Boka via synia.se.

VID STRÖMMENTORGET
I GNESTA 0158 - 80 90 08

Synia
LEGITIMERAD OPTIKER

HOS OSS HITTAR NI

Färg & Tapeter
Leksaker
Hobby
Städ

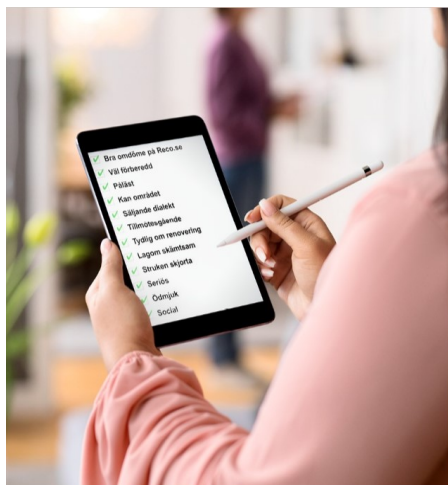
Ramar
Inramningsverkstad
Konstnärsmaterial
Kemprodukter

Varmt välkomna!

Öppettider Må-Fr 9 - 18, Lö 9 - 14



**Pålssons
Herrekipering
Västra Storgatan 13 Gnesta
Allt från jeans till kostym
Välkomna**



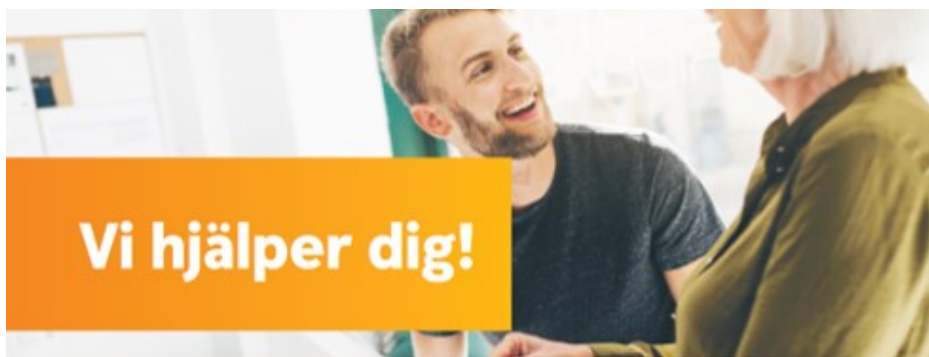
Noga med att välja mäklare?

Att sälja eller köpa bostad är ditt livs viktigaste affär. Och då ska du självklart inte nöja dig med första bästa mäklare. Läs gärna vad som skrivs om oss på reco.se!

Prata med oss.
Vi finns alltid nära till hands.

0158-216 50 / gnesta@fastighetsbyran.se
Västra storgatan 3, 646 22 Gnesta

Fastighetsbyran



Vi hjälper dig!

Vill du lära dig hur du går på banken i mobilen? Så att du kan sköta alla dina bankärenden när du vill på dygnet?

Välkommen in till oss. Ta med din telefon, surfplatta eller dator och bankdosa så kommer vi igång direkt!

Öppet: Mån-Fre 10.00-13.00
Torsdagar 10.00-18.00

Adress: Västra Storgatan 3 Gnesta

Swedbank



Mötesprogram april 2020 – mars 2021

För alla program gäller anmälan som ska ske senast vid varje aktivitets angivna datum.

Anmälan görs i pärmen "Anmälan Möten o Aktiviteter" eller ring SPF:s telefon: 070-946 85 06 Talar du in meddelande på tel.svararen: Ange Vilken fest, Ditt namn och hur många som kommer. "först till kvarn" gäller och därefter kölista.

Det går också att anmäla sig via e-post:

spf.gnestabygden@outlook.comoch Du.....

Kom ihåg att avboka om du får förhinder!

Onsdag **QUIZ om BALKAN o BILDER FRÅN ALBANIEN**
8 april Kaffeservering och Lotteri.
Kl: 14:00 Anmälan senast 2020-04-03. Entré: 70:-
Lokal: Gryts föreningshus, Stjärnhov



Onsdag **VÅRFEST med BUFFÉ och DANS**
13 maj Musik Christer Eklund (Västerljung). Lotteri
Kl: 17:00 Anmälan senast 2020-05-08. Entré: 200:-
Lokal: Wattringsborg, Björnlunda

Onsdag **LEIF JACOBSSON, Sång och berättelser från**
10 juni **Sörmland**
Kl: 14:00 Kaffe och Lotteri
Anmälan senast 2020-06-05. Entré: 70:-
Lokal: Elektron, Gnesta

Mötesprogram april 2020 – mars 2021

Onsdag
8 juli
Kl: 14:00
VISNINGSTRÄDGÅRD - KÄRRET, HEBY
Agneta Gussander visar sin trädgård.
Anmälan senast 2020-07-03. **MAX 35 pers.** Entré: 30:-
Tag med fikakorg
Lokal: Kärret. Strax före Spårbacken riktning
från Gnesta

Onsdag
5 augusti
Kl: 14:00
KAFFEREPET med PARAPLYPARAD
Sju sorters kakor bakade av medlemmar
Musik: Billy mè Skogsundarna. - Lotteri
Anmälan senast: 2020-07-31. Entré: 80:-
Lokal: Ullevi Hembygdsgård



Onsdag
9 september
Kl: 17:00
RÄKFEST med ALLSÅNG
Lättöl/läsk, ost, kex o annat ätbart ingår. Tag gärna med
egen dryck
Musik: Janne o Billy - Lotteri
Anmälan senast: 2020-09-04. Entré 200:-
Lokal: Elektron, Gnesta

Mötesprogram april 2020 – mars 2021

Onsdag
14 oktober
Kl:14:00
TRUBADUR PER SÖRMAN
Kaffe och Lotteri
Anmälan senast: 2020-10-09. Entré: 70:
Lokal: Elektron, Gnesta

Onsdag
11 november
Kl: 14:00
MINIREVYN
med Bengt, Billy, Sture o Tetta alias BBST
Kaffe och Lotteri
Anmälan senast: 2020-11-06. Entré: 100:-
Lokal: Elektron, Gnesta



Onsdag
9 december
Kl: 17:00
JULFEST
Luciatåg med sångunderhållning, julbord o dans.
Läsk o lättöl ingår. Lotteri
Anmälan senast: 2020-12-04. Entré: 200:-
Lokal: Wattringsborg, Björnlunda



Mötesprogram april 2020 – mars 2021

Onsdag
13 januari
2021
Kl: 14:00

JULGRANSPLUNDRING
med dans och julklappar. Kaffe.
Underhållning: Bengt, Kerstin, Billy och Janne
Ta med julklapp för ca 50:- som tomten delar ut.
Anmälan senast: 2021-01-08. Entré: 70:-
Lokal: Elektron, Gnesta

Onsdag
10 februari
2021
Kl: 14:00

ÅRSMÖTE Detta är kallelsen till årsmötet.
Årsmötesförhandlingar enligt stadgarna
Kaffe o Smörgås 20:-
Lotteri
Anmälan senast: 2021-02-05
Lokal: Elektron, Gnesta

Onsdag
10 mars
2021
Kl: 14:00

SÖRMLÄNSK MAT med ANNA-LENA BERG-STRÖM
Kaffe och Lotteri.
Anmälan senast: 2021-03-05. Entré: 70:-
Lokal: Elektron, Gnesta





Lunch MegsKök & Trevligt 2019



Hos Linderholms 2019



Räkfesten 2019



Julfest 2019

Friskvårdsgruppens program för vandringar våren 2020

SAMLINGSTID för alla vandringar är kl. 09.30 vid parkeringen bakom fd Powerbox. Tag med dryck och något ätbart för en rast. Passagerare vid samåkning betalar 20 kronor till bilföraren.

- 7 april** Vårens första vandring gör vi i naturreservatet Kalkbro och då hoppas vi att blåsipporna visar sig i backarna. Nu har reservatet försetts med en rundslinga och fika-platser. 2 km *lätt*.
- 14 april** Vi startar vid Vårdinge kyrka och vandrar till Hjortsberga gård. Där vi får höra lite om gårdens historia. Därefter till före detta Hjortsberga kvarn där vi rastar i Höglundsbacken, vidare förbi Gröna bygget. Sedan går vi körvägen från Gällsta upp till gamla vägen mot Mölnbo och tillbaka till kyrkan. Vandring 5 km *lätt*
- 21 april** Vi återvänder till bäckravinen vid Krampan. Vi hoppas våren har kommit med fina vårblommor. Vi får höra om den blinde mannens väg och historien om honom. Vandring 3 km *medel*.
- 28 april** Vi startar vid Mölnbo IP och går Rosendalsvägen ner till 57:an fortsätter mot Järna förbi Lilla Balsberga mot Frista och Bergasjön där vi rastar med sjöutsikt. Gunnar berättar om Lilla Balsberga och Frista. Därefter skogsvandring tillbaka till Mölnbo IP. 3 km *medel*.



- 5 maj** Vi går från Holmsjön till Högtorn kommunens högsta punkt. Från utsiktstornet kan man med kikare se höghusen i södra Stockholm. *Medelsvår* vandring cirka 3,5 km.
- 12 maj** Idag åker vi till Hyltingeö väster om Stjärnhov och besöker Aspö naturreservat. Vi vandrar utmed Båvens vackra strand och tar kaffepaus med sjöutsikt 3 km *medel*.
- 19 maj** Att vandra runt på Dagnäshalvön en fin vårdag kan nästan ge en förnimmelse av paradiset. Vi hoppas på vackert väder denna dag när vi besöker den idylliska halvön i Båven. 3,5 km *medel*
- 26 maj** Vi besöker Lånestaheden i Vagnhärad. Den kalkrika åsen med sin fina flora och ganska nyupptäckta hållristningar har blivit naturreservat. Vandring cirka 2,5 km *lätt*.
- 2 juni** Vi far norrut mot Åker och vandrar i det nya naturreservatet Gallsjömossen. Vandring går genom gammal tallskog och över mossen som har breda spänger. 4km *medel*
- 9 juni** Vi åker till Åda gård i Trosa där vi besöker tegelmuseet. Därefter gör vi en fin skogspromenad norr om golfbanan på 3 km skogsväg lättgången. Åter vid bilarna, kan den som vill äta mat på golfrestaurangen som avslutning.



Tullgarnsnäs 2019

Friskvårdsgruppens program för vandringar hösten 2020

- 4 augusti** Kvarnsjön runt. Vi går förbi det gamla säteriet Bjursnäs där den ”nyupptäckta” författaren Ester Blenda Nordström skrev flera av sina böcker. Ester wallraffade för att få stoff till sina berättelser. Vandring cirka 4 km *lätt*
- 11 augusti** Vi börjar vår vandring vid Usta gamla grusgrop och vandrar backen upp till TV-tornet, förhoppningsvis får vi höra lite om tornets historia. Vi rastar vid Kärrstugan som inte finns kvar, revs för länge sedan. Vi får utsikt över ett viltvatten. Därefter stig och väg till Nådhammar med lite historiebereskrivning. Sedan vägen tillbaka till grusgropen. Vandring 4.5 km *lätt*
- 18 augusti** Dagens vandring går i Stendörrens vackra natur med Naturrum och badmöjligheter för den som önskar det. Vid vackert väder blir vi nog borta längre än vanligt. 4 km *medel*.
- 25 augusti** Vi går Skyrnsjön runt. En vandring i norra Gåsinge med mycket vacker natur 4 km *lätt*
- 1 september** Idag åker vi ut till Sjundaskogen och går en bit på Sörmlandsleden ner till den vackra sjön Stora Envättern. Där blir det kaffepaus och vid bra väder kan den som vill ta sig ett dopp. 4,5km *medel*.



- 8 september** Från Öllösa kvarn till masugnsruinen och vidare till Östersjön (sjön heter faktiskt så). Vi får höra lite om historien kring masugnen som har anor från 1600-talet. 4 km *medel*.
- 15 september** Denna dag åker vi till Vattgruvsmossens naturreservat, ett område mellan Mölnbo och Järna där en vandringsled finns 4 km *lätt*
- 22 september** Vi startar vandrigen från Kattnäs kyrka och tittar på dess närmaste omgivningar. Vi går sedan upp till Klämmingsberg där vi fikar och njuter av den storartade utsikten 5 km *lätt*
- 29 september** Från Björnlunda kyrka går vi till Öjastenen där Björn är begravd. Var det han som gav Björnlunda namnet? På hemvägen passerar vi den en gång så populära festplatsen Norsborg. 4 km *lätt*
- 6 oktober** Avslutning på årets vandringar med lunch på Öster Malma. Vi planerar för någon aktivitet före lunchen.

Välkomna med på promenaderna!





Välkommen!

In till oss på Gnesta Blommor

Vi har öppett:
mån–fre 10–18
Lördag 10–14

 Gnesta blommor
 @gnestablommor


Gnesta Blommor

Gnesta Blommor, Västra Storgatan 5, 641 36 Gnesta
tel. 0158-109 46, www.gnestablommor.se

KANALBUSS

Reseprogram 2020

Se våra upptäckter!

- SPA-resa till Polen 6 dagar
- Baltikum 7 dagar
- Skottskovland i Polen 5 dagar
- Rom – "Den eviga staden" 5 dagar
- Kielkanalen med Nordsjön och Östersjön 4 dagar
- Engelska höjdpunkter 9 dagar
- Tyska pärlor med Spreewald, sparris och vin 4 dagar
- Västmarksvägen och Håga Kusten 6 dagar
- Inlandsbanan och fjordarnas Norge 6 dagar
- Bohuslän 3 dagar
- Hardangerfjorden och Bergensbanan 5 dagar
- Åland 4 dagar
- Berlin med festivalen "Berlin Beer Festival" 4 dagar
- Krakow 4 dagar
- Ungern 8 dagar
- Riga och Tallinn 5 dagar
- Lido di Jesolo 11 dagar
- Sorrento med Amalfi och Capri 8 dagar

Vår passion - att förverkliga resedrämmar!

Vi är ett bussföretag som bedriver skol-, beställning- och turisttrafik. Vi har funnits sedan 1995 och våra destinationer finner du både ute i Europa och inom Sveriges ramar. Vi tackar för det gångna resåret och hälsar välkommen till det nya resåret med vårt nu nya reseprogram som precis är klart.

Telefon: 011-590 70
E-post: info@kanalbuss.se
Hemsida: www.kanalbuss.se
Öppettider: vardagar kl. 09.00-16.30

Önskar du se bilder från våra olika resmål är du varmt välkommen att gilla vår Facebook-sida: @KanalbussAB.

RESOR 2020—2021

Fullständiga upplysningar om resor ges på alla våra sammankomster. Betala på bankgiro 5722-5203. Bussresor baseras på 40 deltagare.

Anmälan till Britt 0158-10931 alt 070-5885448 eller Kickie 0158-20100 alt 076-2141649.

Vår busshållplats i Gnesta är parkeringen bakom fd Powerbox (mellan Granngården o ICA). Kontrollera alltid Er reseförsäkring! Vid resor som innehåller evenemang (teater, musik, sport etc) återbetalas EJ kostnad för biljett.

Anmälan är alltid bindande.

På resor som arrangeras av Kanalbuss ut i Europa så blir vi hämtade i Gnesta om det är minst 10 resenärer som kliver på bussen här.



2020-05-06 1 dagars hemliga resa.

Avresa Stjärnhov 06.45 Björnlunda 07.00 Gnesta 07.15.

Priset ännu inte fastställt. Anmälan och betalning senast 23/4.

2020-05-20 Sörmlands länsmuseum Nyköping.

Egna bilar och samåkning. Guidning kl.10.00. Kostnader och avresetider och lunch får vi komma överens om senare. Anmälan till Britt eller Kickie senast 11/5.

2020-05-31 Tyska Pärlor. 4 dagar med Kanalbuss.

Pris: 4.640:- Anmälan till Britt eller Kickie. Faktura och information kommer från Kanalbuss.



RESOR 2020—2021

2020-08-12 - 13 2-dagars hemliga resa.

Avresa Gnesta 06.00 , Björnlunda 06.15 , Stjärnhov 06.30. Anmälan och betalning senast 30/7. Priset ännu inte klart.

2020-08-29 Ungern. 8 dagar med Kanalbuss.

Pris: 8.620:- Anmälan till Britt eller Kickie. Faktura och information kommer från Kanalbuss.

2020-09-21 Konst, historia och musik - Hangö i Finland

4 dagar med Resekompaniet och SPF Sörmlandsdistriktet.

Pris: 5.495:- per person. Anmälan till Resekompaniet E-tuna tel: 016-510 151. Sista anmälning 30 juni.

2020-10-07 Tyska vinvägar. 6 dagar med Kanalbuss.

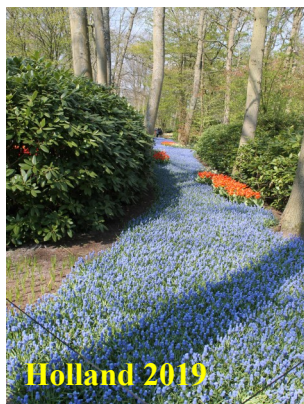
Pris:- 7.380:-Anmälan till Britt eller Kickie. Faktura och information kommer från Kanalbuss.

Reseträff med Kanalbuss jan-2021. Mer info kommer senare.

Fler resor kan bli aktuella under året. Vi meddelar alltid detta på våra sammankomster och hemsidan. På hemsidan finns alltid mer information om resor.

**Välkomna till ett nytt intressant reseår hälsar
Kickie och Britt.**





GNESTA JÄRN & FÄRG

Studieverksamhet 2020

Under våren pågår:

- Engelsk konversation
- Spanska fortsättning
- Tysk enklare konversation
- Två stycken litteraturscirklar
- Akvarellmålning
- Vegetarisk Matlagning
- Släktforskning - nybörjare
- Släktforskning - fortsättning
- Träslöjd damer
- Träslöjd



Har Du förslag på andra aktiviteter?

Hör av dig till någon i styrelsen. Så kan vi hjälpas åt att undersöka hur stort intresset är bland medlemmarna.



SPF Seniorerna Gnestabygden gör de flesta av våra månadsmöten och utbildningar tillsammans med studieförbundet Vuxenskolan.

Studieförbundet Vuxenskolan Sörmland
eva.humble@sv.se, www.sv.se/sormland
Rademachergatan 38, 632 20 Eskilstuna Tel. 070-5360470

Och Du....tänk på alla allergiker.

Låt husdjuren stanna hemma och använd ingen eller mycket sparsamt med "go-doft" när Du närvarar på våra sammankomster o möten!



Wedavägen 5B
Box 190 12
152 25 Södertälje
Tel. 08-550 162 00
www.kringel-offset.se

**Din Helhetsleverantör av
Trycksaker, Profilprodukter
och Arbetskläder**



BYGGER DOM SOM BYGGER

Gnesta kommuns Frivilligverksamhet

Vill Du bidra till att förändra en annan persons liv, där du får sätta guldkant i tillvaron hos en medmänniska?

Frivilligverksamheten samlar personer som gör ideella insatser. De frivilliga leder aktiviteter, gör hembesök, fungerar som promenadvän och hjälper till vid olika trivselträffar.

Ett nytt samarbete har inletts mellan Gnesta kommun och seniorförningarna PRO och SPF kring den nya mötesplatsen Powerhuset. Där är tanken att ytterligare aktiviteter ska ske framöver.

Att arbeta ideellt med andra människor ger glädje till både mottagare och givare. Insatserna blir en guldkant i tillvaron för en medmänniska och en hjälp att bryta någons ensamhet eller isolering.

Vill du ta dig an ett frivilliguppdrag?

För att bli en del av Gnesta kommuns frivilligverksamhet behöver du inte tillhöra någon förening eller organisation. Som tack för dina insatser får du tillgång till en återhämtningsstol med uppfriskande massage, ett ljusrum som motverkar brist på energi och du får även delta i inspirationsaktiviteter. Vi ger dig en trygg introduktion som ger dig en stabil grund att stå på i ditt uppdrag.

Är du intresserad av ett frivilliguppdrag, vänligen kontakta kommunens frivilligsamordnare enligt kontaktuppgifterna nedan.

Samordnare för frivilligverksamheten

Åsa Gustafsson

0158 - 275 932





Din bank i Gnesta

Kom in till oss på Västra Storgatan så hjälper vi dig med allt som rör din ekonomi. Ingen fråga är för liten eller stor, och den du träffar hos oss är också den som fattar beslut. Så hos oss blir de flesta bankaffärer extra smidiga och enkla. Dessutom bjuder vi på god service och kanske en kopp kaffe till om du vill?

Välkommen!

Västra Storgatan 9-11, Gnesta
0158-522 90
handelsbanken.se/gnesta

Handelsbanken

RTT

**GNESTA
BILVERKSTAD**

0158 - 106 75

REPARATIONER SERVICE DÄCK AC

Avs.

SPF Seniorerna Gnestabygden

Powerhuset Dagagatan 22

646 32 Gnesta

Org.nr 819001-5084



Gnestabygden



**Tillsammans gör vi det
värdigt och meningsfullt att
vara senior i Gnesta!**