

PROGRAM 2019-2020

- 10 dec **Månadsmöte Lucia**
14.30 Pris 60:- inkl. fika, kontant betalning, jämna pengar,
Ingen anmälan.
Plats: Lindgården
- 12 dec **Julbord på Smålandsgården i Örserum**
11.30 Avresa med buss från Lindgården
Pris: 400 kr, sätts in på plusgiro 358 576-7 vid anmälan
Anmälan senast 2 december till
Lilian Mattsson, 070-270 17 16
lilian-mattsson@hotmail.com
- 14 jan **Månadsmöte—Pecke Polis**
14.30 Pris 60:- inkl. fika, kontant betalning, jämna pengar
Ingen anmälan
Plats: Lindgården
- 21 jan **Temamöte—Dina rättigheter och möjligheter i kontakt med hälso- och sjukvården**
14.30 Seniorernas Hus, Klostergatan 69
busslinje 1 och 3
Pris: 60 kr inkl. fika. Kontant betalning och jämna pengar
Anmäl senast 14 januari till
Mari-Ann Josefsson, 0705-180313,
mariann.josefsson@gmail.com
- 28 jan **Start för cirkeln Läs och Res Riga**
14.00 Plats: Vuxenskolan, Huskvarnavägen 40
Pris: 100:-
Anmälan senast 15 januari till
Göran Viklander, 073-814 07 13
goran.viklander@gmail.com
- 6 feb **Start för cirkeln Sällskapsspel**
14.00 Pris: Hyresgästföreningens lokal,
Kanalgatan 38
Pris: 100:-
Anmälan till Göran Viklander, 073-814 07 13
goran.viklander@gmail.com
- 11 feb **Årsmöte— och Sydafrika**
14.30 Pris 60:- inkl. fika, kontant betalning, jämna pengar
Ingen anmälan
Plats Lindgården
- 20 feb **Boula La**
15.30 Pris: 149:- betalas på plats, endast kort
Anmälan senast 12 februari till
Göran Viklander,
goran.viklander@gmail.com
- 27 feb **Studiebesök på Ekmans Kartong**
09.30 Samling vid Lindgården för samäkning
Pris: 120 kr, kontant betalning och jämna pengar. Ersättning till bilförare 5 kr/person och mil
Anmälan senast 20 februari till
Bengt-Åke Gustafsson, 076-255 85 55
- 3 mars **Säsongsens första promenad**
Ersättning till bilförare är 5 kr/mil och person
Anmäl till Bengt-Åke Gustafsson,
076-255 85 55, mb.gustafsson@gmail.com



Ordföranden har ordet

SPF:s Riksförbund bildades för 80 år sedan. Det är Sveriges äldsta, verksamma seniororganisation. Det är dessutom en av landets största ideella föreningar och vårt anseende och trovärdighet bland beslutsfattare och allmänhet är högt. På jubileumsfesten läste vår generalsekreterare Peter Sikström upp en dikt från en kongress 1948 som är väldigt tankvärd än i dag:

"Ett folkhem har vi byggt - om än ej det är färdigt - där ingen ska få arm och bortglömd gå. Det målet är ju ett kulturfolk värdigt, för det vi strävar, dit vill vi ju nå".

Det finns många liknande frågor även idag att jobba med:

- Ensamhet- depression-nedstämdhet.
- Boende och matfrågor
- Den låga pensionen
- Vård och omsorg

Det största hotet mot äldres livskvalitet är depression, följt av dålig hälsa, dåliga relationer och bristande fysisk aktivitet. Sist kommer ålder. I vårt distrikt har seniorföreningarna startat ett projekt för att bryta ensamheten hos våra medmänniskor. Om du vill engagera dig i detta, så hör av dig till styrelsen.

SPF:s förbund har gjort en enkätundersökning om varför man går med i en seniorförening. De flesta svarade att det var för att ta del av utbudet, få nya kontakter och vänner, och att få medlemstidningen. Men en tredjedel sa att det var för att stödja SPF:s opinionsbildning. Ju fler vi blir, desto starkare blir vi. De flesta seniorföreningar tappar medlemmar. Glädjande att notera är att SPF Jönköpings distrikt ökar.

Med tanke på vad jag skrivit ovan om ensamhet, vill jag återigen påpeka nytan med att komma på våra aktiviteter. Då får vi möjlighet att träffa andra, fika och sitta och prata och skratta lite. Människor som arbetar i en gemensam riktning och med en känsla av samhörighet, kommer fortare och lättare till målet.

Kring jul kommer vårens programbroschyr. Ta en ordentlig titt i den. Jag lovar att ni inte kommer att bli besvikna.

Göran Viklander
ordförande

Om inget annat anges anmäl till Lilian Mattsson, 0702-701716, lilian-mattsson@hotmail.com

Reservation för ev. ändringar. Kolla gärna på hemsidan eller i samband med anmälan.

Arrangemangen genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Betalning: kontant om inte annat anges, gärna jämna pengar och inga 500-sedlar.

Ersättning till bilförare vid samäkning är 5 kr/mil och person.

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum, så glöm inte att avanmäla vid ev. förhinder.

Avsändare:
SPF Seniorerna Jönköping Öster
c/o Lindgården
Ringvägen 1
554 54 Jönköping

www.spfseniorena.se/jonkopingoster
facebook <https://www.facebook.com/www.spfoster>
Ordförande: Göran Viklander, 073-814 07 13,
goran.viklander@gmail.com

VÄLKOMMEN TILL SPF SENIORERNA JÖNKÖPING ÖSTER!

Månadsmöte i Cornelis Vreeswijks spår

Tisdagen den 8 oktober hade SPF Öster sitt sedvanliga månadsmöte på Lindgården. Lokalen fylldes till bristningsgränsen, då drygt 100 personer hade hörsammat inbjudan. När väl alla hade minglat och köpt sina lotter var det dags för dagens huvudnummer. Med hjälp av duon Holmbom och Karlsson fick vi vara med om en musikalisk vandring i Cornelis Vreeswijks fotspår. Utan att överdriva var det en fantastisk eftermiddag. Vi rycktes med av Cornelis gamla låtar och ännu mer fängslades vi av den mycket intressanta berättelsen om hans liv. Allt från hans barndom i Nederländerna till flytten till Sverige. Alla framgångar han hade, men även hans kamp mot alkohol och drogmissbruk och hans svårigheter att sköta sin ekonomi. När man hör hans visor och läser hans poesi, är det svårt att tro att han inte var född i Sverige. Med tanke på att han bara blev 50 år är det fantastiskt vad mycket han hann med. Tänk om han hade kunnat hålla sig borta från alkohol och droger. Vi var många som tyckte att det var en av de bättre föreställningarna vi haft. Sällan har en timme gått så fort. Innan vi bänkade oss för fika och lottdragning berättade vår ordförande om vad som hänt sen sist och informerade om kommande aktiviteter.



Vi fick också höra om distriktets satsning på att besöka äldre som lever helt ensamma och knappt får något besök. Det kommer också bli en temadag i januari om regionens satsning på ett patientkontakt som innebär att vi äldre ska få större möjlighet att påverka vår vård vad gäller tider, medicinering osv. Ett stort tack till alla som hjälper till och gör våra möten så trevliga.

Vårprogrammet

Före årsskiftet kommer programbladet för våren 2020 att skickas ut till alla medlems-hushåll.

Kallelse till årsmötet

Medlemmarna kallas härmed till SPF Seniorerna Jönköping Östers årsmöte den 11 februari kl. 14.30 på Lindgården.

Årsmöteshandlingarna kommer att finnas tillgängliga en vecka före årsmötet.

Efter årsmötesförhandlingarna berättar Olle Burström och visar bilder från Sydafrika. Årsmötet avslutas med fika och lottdragning.

KOM IHÅG

Att anmäla till någon av medlemssekretärerna när du ändrar telefonnummer, e-postadress eller annan kontaktuppgift.

Britt-Marie Florvik, tel. 070-635 20 40
britt.marie.florvik@hotmail.com

Greta Karlsson, 070-623 65 95
greta.gert.karlsson@gmail.com

Hör av dig!

Om du har idéer till cirklar, månadsmöten, andra arrangemang,

Om du har tid och lust att engagera dig i föreningsarbetet.

Det behövs alltid hjälp i lotterikommittén, festkommittén, valberedning mm.

Du är välkommen att kontakta vem som helst i styrelsen. Kontaktuppgifter finns på hemsidan, www.spfseniorena.se/jonkopingoster och i programmet