

Nr 1 – mars 2022



Bowlarna har alltid varit traditionsbundna, så också den 1 mars, fettisdagen, då dagen avslutades med semla och kaffe. Bowlingen bidrar till en mycket god samvaro för deltagarna. Välkommen du också, det finns plats.



SPF SENIORERNA FÖRENINGENS HEMSIDA: spf.se. Klicka på Föreningar uppe till höger. Skriv Skärstad eller postnummer 56146. Klicka sedan längst ner på Gå till föreningssida. **FÖRENINGENS BANKGIRONUMMER** är 230 – 4277.

STUDIEFÖRBUNDET VUXENSKOLANS HEMSIDA: sv.se/jonkopingslan

REDAKTIONSKOMMITTÉ FÖR KULAN: Jan Gustavsson tel. 072-5145244, mejl j03653435@gmail.com, Ulla Simonsson tel. 0708-642892, mejl ullabellasimonsson@gmail.com. Lämna bidrag till tidningen Kulan med egna reportage eller förslag på vad vi ska skriva om, insändare, med mera. Gärna också synpunkter på innehållet. Kontakta oss!

Tidningen trycks av Direkta Kontorsservice AB som också sponsrar en del av tryckkostnaden.

Program Månadsmöten 2022:

Följande torsdagar kl. 15 i Allianskyrkan, Skärstad, om inte annan plats anges.

Alltid kaffeservering och lotterier. Ingen föranmälan behövs. Reservation om det blir ändrade Corona-restriktioner.

21 april

Sång och skoj med Christer Möller och Anders Ruberg.



19 maj på Vistavallen kl. 14.00. OBS tiden.

Avslutning på Vistavallen. Stefan o Jejja à la Herr o Fru Hackspett underhåller med 70-talsstuk. Tipspromenad. Vårlunch med dryck serveras. Ingen kostnad. Föranmäl dig vid mötet 21 april eller till Gunnel Onselius, telefon 072-318 61 91, mejl gunnel.onselius@gmail.com senast den 16 maj.

ÖVRIGT SOM PLANERAS UNDER VÅREN

- Vårlunch på Idas skolas restaurang den 3 maj. Anmälan gjord.
- Sommarfika på Flättinge café. Information kommer.
- Endagsresa 5 maj till Göteborg. Anmälan gjord. Kölista finns. Kontakta Anna-Lena Nilsson, telefon 0704-18 55 22, mejl annalenanilsson@telia.com.
- Studiebesök Huskvarna bibliotek 4 april 10.30-11-30. Anmälan gjord.
- Bilrally med tipsfrågor den 2 juni klockan 11.00. Startplats Klockaregården Ölmstad hembygdsförening. Ingen föranmälan.

BOULE. Måndag, och onsdag klockan 10.00 på Sörängsvägen. Ta med dig fika.

BOWLING. Tisdagar klockan 9 – 11 på Rosenlunds bowling. Avresa 8.40 från ICA. Kostnad 75 kronor.

BANGOLF. Startar till hösten.

FRISKVÅRDSKORTET fortsätter. 30 minuter valfri motion. Köp motionskort av Ulla Simonsson, kostnad 20 kronor.

MÅNADSLOTTERIET VINNARE

November: Gun-Britt Hultman och Melvin Simonsson
December: Siv Idestig och Bibbi Lindell
Februari: Ulla Johansson och Ulla Simonsson
Mars: Bengt Petersson och Berit Gustavsson

STAVGÅNGSPROGRAM

Samling kl. 10.00 vid ICA Nära Kaxholmen. Ingen anmälan.

Glöm inte att ta med varm dryck och "äggamacka" samt det glada humöret.

30 mars Strömsbergsskogen
6 april Skärstad kyrka
13 april Vätterleden
20 april Rådagölen
27 april Stickelösa och studiebesök där.
4 maj Rävlinge
11 maj Dumme mosse

18 maj Bunn
25 maj Ekängen
1 juni Eventuellt skogspromenad och besöka enkla "Hittaut-kontroller". Information kommer på mötet den 19 maj och på hemsidan under Aktiviteter/Stavgångsprogram. Ledare Jan Gustavsson

MÅNADSMÖTET I DECEMBER

Den 9 december kunde vi åter igen ha vår traditionella julfest efter förra årets uppehåll. Vi var 78 personer som fick njuta av ett härligt luciatåg som barnen från Lyckans förskola bjöd oss på. Tomten kom givetvis också med godispåsar till barnens förtjusning. Därefter njöt vi av en helt underbar jultallrik från Rudenstams gårdsbutik. Kaffe och godis blev det också. Mätta och belåtna fick vi som avslutning lyssna på Ulla-Britt som läste "Tomten" av Viktor Rydberg.

KBYGG

En riktig bygghandel där du hittar det mesta till
ditt hus & trädgård

Tel. 036-535 95, www.edvardsson.se

Mån-fre	7-17
Tisdag	7-18
Lördag	8-13

” Mötesplatsen
i Ölmstad ! ”

KRYSSET

LANTHANDELN I ÖLMSTAD

ÖLMSTAD | 036- 521 27 | VARDAGAR 10-19, HELGDAGAR 10-15

VÄLKOMMEN ATT HANDLA FRUKT,
GRÖNSAKER, MEJERI M.M. FRÅN NÅGON
AV VÅRA 50 LOKALA LEVERANTÖRER!

ÖPPETTIDER

MÅNDAG – FREDAG 10.00-18.00

LÖRDAG 10.00-15.00

Telefon: 036-3300510 / www.rudenstam.se / info@rudenstam.se



RUDENSTAMS
GÅRDSBUTIK



Din matbutik

nära

Kaxholmen

Tel. 036-501 81. Öppettider: Måndag-fredag 9.00-20.00, lördag-söndag 9.00-17.00



BauerGården

GÄSTGIVERI & KONFERENS

MÅNADSMÖTET I NOVEMBER 2021

Då gästades vi av stadsträdgårdsmästare Lennart Angselius. Han visade fantastiska naturbilder från när och fjärran och berättade mycket inspirerande om sina olika resmål. Temat var "Året var 2020" och då undrade man vad han hade kunnat få ut av detta speciella år. Kåseriet började med en resa till Teneriffa och La Gomera, innan pandemin hindrade

honom från längre resor. Det blev alltså "hemester" under resten av året. Det finns mycket att se både i vårt närområde och lite längre bort. Vi fick många tips om vart vi kan resa och se intressanta och ovanliga platser och vyer. Naturligtvis hade Lennart fotograferat växter och djur på resmålen och hemmavid. För oss blev det en stunds avkoppling och upptäckt av vårt vackra land.

MÅNADSMÖTET I FEBRUARI

Av Jan Gustavsson, Skärstad

Vid detta månadsmöte berättade jag om en vandring år 1990 runt och upp på Kebnekaise tillsammans med sonen Håkan, då 13 år.

För att klara oss i vildmarken med kläder, mat- och sovutrustning, blev ryggsäckarna 22 respektive 13 kilo tunga. Men vi tränade innan och klarade detta lätt!

Färdvägen vi tog runt fjällmassivet blev 10 mil under 6 dagar. Övernattningar omväxlande i tält och STF:s fjällstugor. Stugorna som heter Vistas, Nallo och Sälka passerades, samt strax norr om Singi.

Vid Kebnekaise fjällstation tältade vi i tre nätter. Underbar och spännande vandring i norra Lapplands vilda och storslagna natur. Hisnande vyer med höga fjäll och fina dalgångar. I området vid Nallostugan låg det kvar cirka 70 cm snö. Som tur var höll den i allmänhet att gå på, men det hände några genomtrampningar. Då var det inget annat att göra än att spanna av ryggsäcken och dra den till fastare underlag.

Framme vid Kebnekaise fjällstation hade vi först en vilodag. Nästa dag toppturen till Sveriges högsta berg. För att nå toppen som ligger på 2100 meter är det 1400 höjdmeter från fjällstationen. Delvis mycket brant och en del klättring. Passager över ett par glaciärer. En härlig känsla att stå på toppen. År 1990 var sydtoppen 2114 meter. Det är en glaciär-topp och klimatförändringen har gjort att sydtoppen numera är 2097 meter. Högst är därför nordtoppen som är fast berg och något högre. Vi gick med guider på den så kallade Östra leden. Väder och snösmältning gjorde att det var första lyckade toppturen för året, trots att det var så sent som 13 juli. Den Västra leden kan man gå utan guide för där är det inte så branta partier eller någon glaciär. Efter toppturen en vilodag innan vi gick de sista två milen till Nikkaluokta.

Vår fjällvandring blev ett härligt minne för oss båda. Vackra dagar även när det regnade! Nätterna ljusa med midnattssolen. Ansträngningen att gå med packning är en del av upplevelsen.



Bild 1 - egen.

Bild 2 - godkänd av STF Kebnekaise.

STADGARNÄNDRADE FRÅN 1 JANUARI 2022 – VAD ÄR NYTT?

Förbundet har fastställt nya stadgar som gäller för förbundet, distrikt och föreningar.

Strukturen ändrad så det finns gemensamma regler i kapitel 1, plus särskilt som gäller föreningar i kapitel 2.

SPF Seniorernas värdegrund, ändamål och uppgift omformulerade.

Stödmedlemskap infört. Gäller person oavsett ålder som stödjer verksamheten. Tillgång till rabatter, men utredning om dess omfattning pågår. Stödmedlem tillhör inte någon lokal förening, har inte rösträtt och inte tillgång till den lokala föreningens aktiviteter. Betalar medlemsavgift till förbundet.

Styrelse. Tidigare rekommendation att styrelseuppdrag bör behållas i högst åtta år är borttagen.

Om medlemsavgift i förening inte betalas senast 1 april anses medlemmen ha begärt sitt utträde och plockas bort av förbundet.

Tidigare skulle medlemmen lämnas tillfälle att yttra sig.

Kallelse till årsmöte senast fem veckor innan. Tidigare sex. Motion lämnas senast fyra veckor innan mötet, tidigare sex. Årsmöteshandlingar tillgängliga senast två veckor före, tidigare en vecka.

Möten. Regel om att föreningen ska hålla minst fem möten eller sammankomster är borttagen.

Minst en revisor och ersättare. Tidigare revisorer och ersättare.

Stadgarna finns att läsa på föreningens hemsida.



ÅRSMÖTET I FÖRENINGEN

Årsmötet hölls den 17 mars i Landsjökyrkan. Cirka 80 medlemmar närvarande. Inleddes med presentation för avlidna medlemmar. Ulla-Britt Johansson höll i ordförandeklubban och Anna-Lena Nilsson i pennan.

Verksamhetsberättelse och ekonomirapport godkända. Samma sak med verksamhetsplan och budget för 2022. Information lämnad om friskvårdskortet, som fortsätter även i år.

Medlemsavgiften blir samma nästa år med 50 kronor till föreningen plus förbundets och distriktets avgifter som nu är 175, summa 225 kronor.

Gamla styrelsen är nu nya styrelsen, alltså ingen ändring. Ordförande Mats Wettermark, sekreterare Anna-Lena Nilsson, kassör Berit Gustavsson, övriga Gunnar Bäckström, Ulla Simonsson, Gunnel Onselius och Kerstin Särnmark. Ersättare Ingrid Andersson och Ulla Hultman. Revisorer Hans Sahlberg och Ulla-Britt Johansson, ersättare Hans Larsson.

Val gjordes till kommittéer och ombud. Mest omval och de nya som tillkommit är friskvårdsombud Hans Sahlberg och Jan Hultman efter Ulla och Melvin Simonsson. Ny är också Hans Sahlberg som fotoansvarig tillsammans med kvarstående Maths Linder.

Men till valberedning fanns inga förslag. Se upprop sid 6.

Informerades om de nya stadgarna.

Så var det dags för dragning av nio vinnare på friskvårdskorten, samt månadslotteri och möteslotteri.



Bild 1 - alltid välbesökta årsmöten.

Bild 2 - kaffekommittén får välförtjänt uppskattning
Foto Maths Linder

Under mötet visades ett bildspel med fina bilder från årets verksamhet tagna av Maths Linder. En god landgång serverades och sedan avtackning av de ledamöter som avgått år 2020 och 2021.

JAG VILL BLI MEDLEM I SPF SENIORERNA SKÄRSTAD-ÖLMSTAD

Anmäl dig på vår hemsida (se sid 1). Klicka på Bli medlem. Om du inte har tillgång till Internet, kontakta Berit Gustavsson, telefon 036-534 35. För 2022 är medlemsavgiften 225 kronor. Frågor om verksamheten? Se hemsidan eller kontakta Berit.

5 starka skäl att gå med i SPF Seniorerna:

- Ett enkelt sätt att träffa nya och gamla vänner
- Delta i aktiviteter, kurser och resor
- Stödja arbetet för seniorernas villkor i samhället
- Dra nytta av centrala och lokala medlemsförmåner
- 9 nummer av medlemstidningen Senioren (värde 441 kr/år)

STAVGÅNGSPROMENADERNA



Bild 1: Varför går ingen på vägen?



Bild 2: Fikapaus. Foto Hans Sahlberg

Varje onsdag är den här gruppen ute på promenader. Ett mycket omväxlande schema med besök på olika platser. De här bilderna är från utflykten vid Lyckås gård i februari.

BOULE

Fikapaus vid boulebanan, så kloten får vila en stund i skuggan!



Foto Mats Wettermark

VALBEREDNING - UPPROP

Vid årsmötet fanns inga förslag på valberedning. Styrelsen fick uppdraget att i år ta fram tre ledamöter.

Valberedning har en viktig roll att till årsmöten föreslå styrelse och revisorer. Medverkar också genom att tillsammans med styrelsen föreslå ledamöter i kommittéer och ombud.

Du som tycker om att arbeta med människor genom att i vår valberedning under året inventera vilka lämpliga kandidater det finns till styrelse och andra uppdrag, intervjua dem och nuvarande ledamöter, och sedan föreslå årsmötet omval och nyval, kontakta då styrelsen. Eller känner du någon annan lämplig person till valberedning

RISKER FÖR OSS ÅRSRIKA

Några tips om hur du bör agera

Faktura kommer i din brevlåda

Det kan börja med att du blir uppringd av en telefonförsäljare, som inleder med att säga ditt namn. Då räcker det med att du säger "ja", så finns detta "ja" inspelat och kan användas som svar på en annan fråga. Ett enkelt sätt att avsluta alla sådana samtal är att säga ett tydligt "Nej", gärna mer än en gång. Allra bäst är att lägga på luren utan att säga något.

Om du till exempel får en faktura på något som du inte har beställt eller har några andra konsumentfrågor, kontakta Konsumentrådgivningen i Jönköpings kommun. De finns på Kaserngatan 12 vid Asecs entré C, telefon 036-10 75 00. Öppettider: måndagar kl. 10.30 - 11.30 och 13 - 15 samt tisdagar, onsdagar och torsdagar kl. 9.30 - 11.30. E-post: konsumentradgivning@jonkoping.se.

E-post kommer till din inkorg

Phishing kallas ett sätt där gärningspersoner samlar in personuppgifter eller kortuppgifter för att använda vid bedrägeri:



Falska mejl eller sms där det ser ut som de kommer från bank, myndighet eller större företag och man uppmanas att lämna person- eller kortuppgifter, svara inte! Inga banker, myndigheter eller seriösa företag kontaktar per telefon, sms eller e-post. Falska hemsidor på internet som ser ut som bankens, myndighetens eller ett större företags hemsida med erbjudande av någon typ av service och uppmaning att lämna ut person- eller kortuppgifter. Stäng sidan omedelbart! Falska annonser och falsk reklam på internet där man uppmanas klicka på en länk för att gå vidare. Gör inte det! I länken finns skadlig kod som tar sig in i din dator och tömmer den på dina uppgifter. Gör det INTE ens om du får information om att du har vunnit pengar eller något annat.

Om du handlar på nätet

Helst ska man undvika affärer på internet. Men var i alla fall mycket misstänksam om varor och tjänster bjuds ut till mycket låga priser. Om det låter för bra för att vara sant, så är det troligen det. Risken finns att du inte får någon leverans eller att varan har ringa värde eller är av dålig kvalitet.

Identitetsintrång

Det är när en person använder dina personuppgifter för att göra affärer. Ibland kan de även ha skaffat sig en falsk identitetshandling med dina personuppgifter. De kan då öppna konto med kredit eller ta lån, de kan köpa varor på kredit - allt i ditt namn. Du blir betalningsskyldig och polisen och andra inblandade vet inte vem som har gjort köpen.

Inköpen kan också ske på internet: du får fakturan och bedragaren har hämtat ut varan.

Här några varningssignaler:

Du får information från ett kreditupplysningsföretag att en kreditupplysning har gjorts på dig, fastän du själv inte har sökt kredit eller lån. Polisanmäl och kontakta banken!

Du får faktura på varor som du inte har beställt. Kontakta Konsumentrådgivningen och följ deras instruktioner.

Någon har stulit post från dig. Polisanmäl och kontakta banken!

Viktigt!

Ingå aldrig avtal och säg alltid NEJ till en tjänst när företaget ringer upp dig om ett erbjudande. Köp aldrig något från försäljare vid dörren till din bostad!

Klicka aldrig på länkar i mejl eller sms!

Lämna aldrig personuppgifter eller kortuppgifter till någon som ringer till dig.

Lägg på luren! Stäng dörren omedelbart!

Blunda aldrig för några varningssignaler!

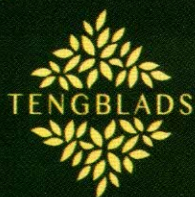
Släpp aldrig in någon obekant i din bostad!

Begär legitimation av okänd hemtjänstpersonal!

Om du trots all försiktighet blir av med kontokort eller råkat uppge kontonummer eller kod, kontakta din bank för att spärra alla dina konton. Om du i hastigheten inte känner till telefonnumret till din bank och om du blivit bestulen, ring Polisen 114 14.

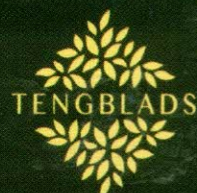
Tips

Gå in på skatteverkets hemsida och registrera "Spärra obehörig adressändring". Då kan ändring bara göras med e-legitimation. minskar risken för att någon använder dina personuppgifter för bedrägerier och idkapning.



TRÄDGÅRDSBUTIK

www.tengblads.se



Paul Axelsson
Begravningar



Klarahill

VÄTTERBYGDEN ANKARBERGS
BEGRAVNINGSTJÄNST

Telefon dygnet runt 036-71 02 50

Besöksadress: Nygatan 11, Jönköping
www@begravningstjanst.com

Av Sveriges Begravningsbyråers förbund auktoriserad begravningsbyrå



Pia Johansson
Begravningar

Upptäck allt det goda från Vistakulle!

- ✓ Gårdsbutik med närproducerat
- ✓ Stort sortiment av egna drycker
- ✓ Leveranser av Fruktlådor
- ✓ Kafferosteri

Öppettider
Onsdag 14-18
Lördag 10-14



VISTAKULLE
FRUKTODLING

Bosgård Norrgård 1, 561 92 Huskvarna
Tel. 070-6349057

www.vistakullefruktodling.se

Vi kan Glasögon och Kontaktlinser i samarbete med ögonläkare

Medlem av Sveriges leg. optikers riksförbund - Sveriges kontaktlinseförening

HOPPETS TORG
(Östra Storgatan 6)

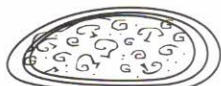
036-71 06 43



★ KAXHOLMENS ★
PIZZERIA



Tel. 036-504 12



DAGENS LUNCH 95:-

Mån - Fred 11.00 - 14.00.

Valfri pizza el. valfri maträtter upp till 88 kr
samt sallad och dricka ingår i dagens lunch.

Vi har högsta kvalitet. Ni ringer - Vi bakar

Välkomna!

Tunnlandsvägen 5, Kaxholmen

PIZZA, KEBAB
SALLADER,
HAMBURGARE

och olika falafelvarianter

ÖPPETTIDER:

månd - tors 11.00 - 22.00

fred - lörd 11.00 - 22.30

söndag 11.00 - 22.00

Alla nya och gamla kunder VÄLKOMNA!