

Nr 2 – juni 2022

Den här våren har äntligen aktiviteter kunnat genomföras i normal omfattning. Läs i detta nummer om all vår verksamhet.

Till hösten är månadsmötena planerade. Anmäl dig till första mötet eftersom det då är god förtäring. Se nästa sida. De olika motionsarrangemangen fortsätter. En resa är planerad. Fler arrangemang kommer troligen. Har du några förslag?



"Bilrally" tillsammans med SPF-föreningarna i Gränna, Örserum och Visingsö den 2 juni. Startplats Klockaregården i Ölmstad.
/Foto Maths Linder

JAG VILL BLI MEDLEM I SPF SENIORERNA SKÄRSTAD-ÖLMSTAD

Anmäl dig på vår hemsida (se nedan). 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.

Fem 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)

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 för 40 kronor och lotterier.

25 augusti på Solgläntan. Vi sjunger allsång tillsammans med Anders Lindell och Yvonne Fritzell. Entré 100 kronor som omfattar landgång, dryck, kaffe och kaka, samt fyra lotter. Anmäl dig senast den 17 augusti till Gunnel Onselius på tfn/ sms 0723-186191 eller e-post gunnel.onselius@gmail.com. Betalning på plats.

15 september Joel Mellin, meteorolog från Gränna besöker oss och berättar om en dramatisk resa till Israel och även lite från sin tid som meteorolog på SVT.

20 oktober John Bauer-kören sjunger vackra sånger för oss.

17 november Andreas Joakimsson visar vackra bilder och berättar om våra fina omgivningar.

15 december Luciafirande med barn från Lyckans förskola.

ÖVRIGA MEDLEMSAKTIVITETER

ÅSENS BY. 16 juni klockan 10.00. Guidning och SPF bjuder på fika. Välkomna.

HÖSTENS RESA. 5 september till Tranås. Se nertill på denna sida.

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. Hösten börjar 9 augusti.

BANGOLF. Startar till hösten.

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

STAVGÅNGSPROGRAM

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

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

Höstterminen börjar den 17 augusti med promenad vid Rudu. Hela programmet kommer att finnas på hemsidan.

MÅNADSLOTTERIET VINNARE

April: Alf Larsson och Gunnel Onselius

Maj: Siv Idestig och Linnéa Mörtzell

Ej medlem. Vill du prova på en aktivitet, kontakta oss. Hemsidan (se sid 1) och välj Om föreningen.

TRÄFFPUNKTEN – EN SAMVERKANSGRUPP FÖR PENSIONÄRER I SKÄRSTAD/KAXHOLMEN.

Alla seniorer är välkomna. Inget medlemskap behövs. Arrangörer är SPF Seniorerna, Kyrkorna, Röda korset, Hembygdsföreningen och Äldreomsorgen kommunen.

Här är höstens program. Tidpunkt kl. 14.30. Fika kostar 30 kronor. Swish eller jämna pengar.

8 sept Equeniakyrkan Kaxholmen

Vackra sånger och glada melodier med Mart Hallek och Malin Parsmo

6 okt Pingstkyrkan Kaxholmen

Mats Gunnarsson berättar om sitt arbete i turistkyrkan på Teneriffa. Tema "Min ryggsäck har fyra fack". Med bil och båt genom ett fantastiskt Norge. Bildspel med Lennart och Maria Erlandsson.

3 nov Landsjökyrkan Kaxholmen

8 dec Allianskyrkan Skärstad

Julstämning med Emelie Creutz och Maria Segerholm

ÖLMSTAD. En samverkansgrupp kommer också startas i Ölmstad. Första träffen den 21 september klockan 15.00 i Pingstkyrkan Ölmstad. Övriga dagar 12 oktober kl. 15.00 i Ölmstads församlingshem och 9 november kl. 15.00, plats ej klar.

KOMMANDE RESA I HÖST

Måndagen den 5 september arrangerar vi en bussresa till Asby, Torpön och Tranås.

Vi besöker Andrew Peterson-museet i Asby och Eriksbergs Museum i Tranås.

Lunch vid Torpön och eftermiddagsfika i Tranås.

Pris 550 kronor, om vi blir 40 deltagare. Betalas till bg 230-4277 senast 22 augusti.

Anmälan snarast eller senast 15 augusti till Anna-Lena Nilsson 0704-18 55 22, Britta Jansson

076-138 01 44 eller Alf Larsson 070-747 77 49. Anmälan är påbörjad och vi har några platser kvar.

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 65 lokala leverantörer.

Eller kom och sitt ned i vårt kafé och njut av en fika!

Öppettider

Måndag - Fredag 10.00-18.00

Lördag 10.00-15.00



RUDENSTAMS
GÅRDSBUTIK

www.rudenstam.se / instagram: @rudenstam / Facebook: @rudenstamsgardsbutik



Din matbutik

nära Kaxholmen

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



BauerGården
GÄSTGIVERI & KONFERENS

Rapporter från månadsmöten och andra aktiviteter

MÅNADSMÖTET I APRIL

Programmet för aprils månadsmöte var sång och musik med Anders Ruberg och Christer Möller. Den ene är från Jönköping och den andre från Huskvarna, vilket medförde en del gliringar och anekdoter. Anders fick bra förstärkning genom att engagera två åhörare: Ragnar "Ragge" Stener och Anders Lindell. Efter lottdragningar och information om kommande aktiviteter var vi nog överens om att vi



hade en trevlig eftermiddag med glad musik.

/Anna-Lena Nilsson. Foto Maths Linder

VÅRAVSLUTNINGEN DEN 19 MAJ

Som vanligt hade vi vår terminsavslutning på Vistavallen med en mycket stor publik. Efter tipspromenad runt anläggningen satte vi oss vid de dukade borden. Herr och Fru Hackspett underhöll med sång och musik à la Jeija Sundström och Stefan Demert. De var tidsenligt klädda enligt 1970-tal. Så var det paus då vi åt en lækker vårtallrik från ICA Kaxholmen. Vinnare på tipsrundan blev 1:a Marianne Haag, 2:a Gunilla Stark och 3:a Lars-Gustav Haag, som fick produkter från Vistakulle Fruktdodling. Vinsten på dagens lotteri var bland annat kaffe och ost. Till sist önskade vår ordförande Mats Wettermark trevlig sommar, om vi inte syns på de aktiviteter som återstår innan vi tar "semester". /Anna-Lena Nilsson. Bild från Hackspetts hemsida



STUDIEBESÖK PÅ HUSKVARNA BIBLIOTEK

Åtta medlemmar besökte biblioteket i Huskvarna den 4 april. Här blev vi guidade av Lars Forssmed. Först visade han oss var man hittar olika sorters böcker. Sedan fick vi en genomgång hur man loggar in på bibliotekets hemsida för att reservera böcker och söka efter böcker. Man kan skaffa sig ett Meröppet-kort och då komma in på biblioteket alla dagar mellan kl. 7 och 19. Via nätet kan man ladda ned en app och lyssna på talböcker och läsa böcker och här finns det inga köer. Biblioteket har service för att skanna, kopiera och skriva ut dokument. Ett bra tips: Man kan beställa tid för IT-hjälp hos Mons Annér, som hjälper till utan kostnad med problem i telefon, surfplatta och dator. Genomförs antingen som digitalt möte med Zoom, eller ett fysiskt möte. Ring 072-201 47 92.

Ett mycket intressant och givande besök! /Anna-Lena Nilsson



STAVGÅNGSPROMENADERNA



Avslutning den 25 maj med korvgrillning vid Ekängen, elljusspåret i Kaxholmen. /Foto Jan Gustavsson



Extra stavgångspromenad med orientering. Den 1 juni tog Jan Gustavsson med några vandrare till Grännaberget och visade hur det går till att promenera med karta och kompass. /Foto Hans Sahlberg



VÅRLUNCH PÅ IDAS SKOLA, JÖNKÖPING (vänster bild)
Tisdagen den 3 maj var vi 47 gäster som besökte Idas restaurang på Bäckadalsgymnasiet och åt en härlig vårlunch tillsammans. Vi möttes av trevliga och duktiga ungdomar som serverade oss en helt fantastiskt god trerätters fisk- eller köttmeny. Båda visade sig vara lika välsmakande. Nöjda och mätta återvändande vi hemåt efter ett par trevliga timmar tillsammans. /Gunnel Onselius. Foto Elsvig Linder

BOULE - DM-MÄSTARE (Höger bild)

Det har spelats boule i Kaxholmen hela året, med undantag av några få veckor under vinter-



månaderna. Har det varit lite snö på banan så har denna borstats bort sedan har spelet fortsatt. Inga hinder här, inte. Under pandemin var boulen den enda aktivitet som föreningen kunde hålla igång. Mycket träning kanske bidrog till framgången i distriktets DM-mästerskap i Vetlanda. I mix-klassen vann nämligen ett av de tre lag som deltog från föreningen. I laget ingick Ingvar Hallberg, Ulla Johansson Gunnel Onselius. Grattis!

I samband med boulespelet på hemmabanen, bjöd Ylva Johansson på tårta med anledning av vinsten i Vetlanda. /Mats Wettermark. Foto Maths Linder

BOWLING

Vårsäsongen är nu slut. Som vanligt avslutades det med en lagtävling och en efterföljande fika med räkmacka. Vårens segrare i poängjakten blev Tommy Fransson som förärades en varukorg skänkt av Kryssset i Ölmstad. Ann-Marie "Ammi" Erixon vann det individuella priset i Rosenlundsligan arrangerat av Rosenlund Bowling. Grattis båda.



Efter sommaruppehållet startar bowlingen den 9 augusti. Är du intresserad så är du välkommen till en mycket trevlig, och inte minst en stärkande social aktivitet.

/Mats Wettermark



VÅRENS RESA

Den 5 maj gick resan till Göteborgs norra skärgård. Färjan Beda tog oss till Hönö. På Öckerö besökte vi Hembygdsgården. Efter fika med "bagebrö" gick vi runt bland alla husen.

Här fanns Svens Andreases, som var bebott till 1921 av fiskare och omfattade halva Öckerö! Nu finns här ett komplett bohag med textilier och handarbeten och ett rum med båtmodeller. Soffis, en handelsbod med inventarier från gamla affärer på Öckerö. Petters Sanders, fiskarstuga från 1875 som en tid inrymde en så kallad kortvaruaffär. Nu används huset som bakstuga.

Hildas, där Hilda Bengtsson bodde till 1955. Bettis, en enkelstuga som byggdes om till ett dubbelhus 1881. Olles-Annas sjapp, en ladugård, som förutom redskap för jordbruk, snickeri och fiske har radiomuseum, skolsal och skomakarverkstad. Sjöboden Najaden, en tvättestuga, en jordkällare och garage. Det finns också ett Loppis.

På kyrkogården finns den okände soldatens grav. Här ligger soldater från både första och andra världskriget. Vi blev guidade i kyrkan som är från 1450-talet med tillbyggnad från 1781. Kyrkans äldsta föremål är krucifixet och dopfunten från kyrkan som låg här på 1200-talet.

Färden gick till Hälsö och Fotö, innan vi kom till Hönö Klova hamn. Här guidades vi på Fiskemuseet, där vi kunde se hur båtarna såg ut, var de byggdes och hur fisket bedrevs med olika redskap. Här kunde man gå in i skansen och uppleva hur fiskarna hade det under sina resor. En mycket välsmakande lunch åt vi i Restaurang Tullhuset. Vi hade lite tid för de små butikerna på väg tillbaka till bussen.

Eftersom vi kom till mitt i rusningstrafiken fick vi en guidad tur genom centrum- tack vare vår skickliga guide. Vädret? Lite sol ibland, men mest mulet och lite blåst. Enda regnet vid Borås på hemresan, men då satt vi i bussen. Så var vi åter på hemmaplan efter en trevlig dag tillsammans.

/Anna-Lena Nilsson. Foto Maths Linder



BILRALLY. BILDER PÅ FÖRSTASIDAN.

Ja det kallas så, men är egentligen en lugn bilutflykt och tipsfrågor. Vår förening arrangerade den 2 juni och deltagare utöver egna medlemmar, var också inbjudna från SPF-föreningarna Visingsö, Gränna och Örserum,

totalt cirka 60 personer. Startplats Klockaregården i Ölmstad. En vacker runda via Ryd, Smedjeberg. Öland och Tokeryd. Förslag togs upp om att i fortsättningen arrangera en gemensam tipspromenad i stället för bilåkning.

/Jan Gustavsson

Två informationer hämtade från broschyr och hemsida Jönköpings kommun.

JÖNKÖPINGS KOMMUN ERBJUDER ANHÖRIGSTÖD

Du som stödjer någon i din närhet kan också behöva stöd och hjälp.

Anhörigstödsteamet ger stöd till dig som stödjer en närstående som är över 65 år och som bor i det egna hemmet i Jönköpings kommun.

Kommunen har ett Anhörigcentrum och här finns:

1. Information och samtal

Alla anhöriga erbjuds samtal som fokuserar på ditt behov av hjälp och stöd.

2. Samtalsgrupp

Här träffar du andra anhöriga i liknande situation.

3. Må Bra-grupp

Vi provar olika former av fysisk aktivitet och

får kunskap om faktorer som påverkar vår hälsa.

4. Relaxrum

Här erbjuds taktill rygg-, hand- och fotmassage samt avkoppling i massagefåtölj.

5. Solrum

Under den mörka årstiden kan du koppla av och njuta av sol och värme.

6. Föreläsningar

Olika ämnesområden som berör din och din närståendes situation.

Anhörigcentrum finns i Seniorernas hus, Klostergatan 69, Jönköping.

Du når Anhörigstödsteamet på telefon 036-10 80 10 eller anhorigstod@jonkoping.se.

SERVICEPERSON HJÄLPER DIG SOM ÄR ÄLDRE

Jönköpings kommuns Äldreomsorgs serviceperson utför vardagssysslor i hemmet som kan vara riskfyllda för dig som har fyllt 70 år. (Tidigare hette tjänsten Service-Ellen.)

Servicen är kostnadsfri, men du betalar och ordnar själv med eventuellt arbetsmaterial.

Detta kan du bland annat få hjälp med:

- Byta glödlampor och proppar
- Byta batterier i brandvarnare
- Hämta och lägga upp saker i höga skåp
- Fästa lösa sladdar
- Ta ner/hänga gardiner
- Hjälp med enklare digitala installationer för att förebygga eller bryta ensamhet. Du kan t ex få hjälp med:

- Installation av olika appar och komma igång med digitala tjänster och sociala medier.
- Eventuell utrustning som du behöver skaffar du och betalar själv. För att servicepersonen ska kunna hjälpa ska det finnas utrustning, ett fungerande internetabonnemang och en e-postadress.

Tänk på att du aldrig ska lämna ut användarnamn, lösenord eller personliga koder.

Dessa tjänster utför inte servicepersonen:

- Tjänster som ingår i fastighetsskötarens eller hemtjänstens arbetsuppgifter
- Utför inte snöskottning, fönsterputs, gräsklippning eller annat trädgårdsarbete

Kontakt: telefon 073 - 060 20 21

Arbetstid: måndag - fredag kl. 07-00 - 16.00.

BEDRÄGERIER: Fortsätt vara vaksam på bedrägeriförsök. Jag har senaste tiden fått flera mejl med erbjudande om att få pengarna tillbaka för dubbelbetald faktura till Telia. Se upp för liknande försök att lura dig. /Jan Gustavsson



TRÄDGÅRDSBUTIK

www.tengblads.se



Daniel Isaksson
Begravningsrådgivare



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
Begravningsrådgivare

Upptäck allt det goda från Vistakulle!

- ✓ Gårdsbutik med närproducerat
- ✓ Stort sortiment av egna drycker
- ✓ Leveranser av Fukt & Grönt
- ✓ Kafferosteri

Öppettider:
Onsdag 14-18
Lördag 10-14



**VISTAKULLE
FRUKTODLING**

Bosgård Norrgård 1, 561 92 Huskvarna
Tel. 036-50902 / 070-6349057

www.vistakullefrukttodling.se

Vi kan Glasögon och Kontaktlinser i samarbete med ögonläkare

Medlem av Sveriges leg. optikers riksförbund - Sveriges kontaktlinsförening

HOPPETS TORG
(Östra Storgatan 6)

036-71 06 43



★ KAXHOLMENS ★ PIZZERIA

★ ★ ★
Tel. 036-504 12



DAGENS LUNCH 100:-
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!

Turnlandsvägen 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!