



KULAN

SENIORERNA

Utgivare: SPF Seniorerna Skärstad Ölmstad.

Nr 4 – December 2025

BOULE I KAXHOLMEN

På boulebanan i Kaxholmen träffas flera SPFare på måndagsmorgonen kl 10.
Välkommen att komma med och prova på! Vi lånar ut klot.



Arbetet är i full gång.



Trots vädret som inte var det bästa samlades några glada seniorer för att rensa och fixa på boulebanan. Vi hann med att jobba en stund innan regnet började ösa ner. Men då avslutade vi med gott fika under taket. TACK Ylva för jättegoda frallor!

/Gunnel Onselius



Efter väl utfört arbete smakade fikat gott.



God Jul och Gott Nytt År
tillönskas alla våra läsare och SPFare!

Program månadsträffar våren 2026

Tid: kl 15.00. Plats: Landsjösalen, Kaxholmen, om inte annan plats anges nedan.

Alltid kaffeservering för 50 kronor, medlemslotteri och dagens lotteri.

Gör föransmälan genom notering på lista, eller till Gunnel Onselius telefon/sms 072-318 61 91, mejl gunnel.onselius@gmail.com senast tre dagar före träffen. Välkomna!

Torsdag 22 januari	"Våga vara otrevlig". Polisen informerar om bedrägerier.
Torsdag 19 februari	Årsmöte. Gruppen "Strängsväng" underhåller. Vi bjuder på smörgåstårter och dryck, kaffe och kaka. Årsmöteshandlingar, dagordning och valberedningens förslag kommer att finnas på vår hemsida och på anslagstavlorna på ICA i Kaxholmen och Kryssat i Ölmstad senast två veckor före årsmötet. Motion ska lämnas till styrelsen senast fyra veckor före årsmötet. Anmälan på januariträffen eller senast onsdagen den 11 februari.
Torsdag 19 mars	Bruno Forselius underhåller med countrymusik.
Torsdag 16 april	"En vandring i Huskvarna på 1950-, 60- och 70-talen. Björn Johansson Elmervik berättar och visar bilder.
Torsdag 21 maj	Rolle och Hasse Pettersson underhåller med allsång. Hasse berättar om sina år på Radio Jönköping och Rolle spelar fina kända låtar på piano.

EN TRÄFF MED VÅRA GRANNFÖRENINGAR

Torsdagen den 4 juni kl 10 på Vistavallen har vi bjudit in SPF-föreningarna i Gränna, Visingsö och Örserum. Efter en tipspromenad serveras korv med bröd och fika, avgift 50 kronor.

MOTION

BOULE: Måndagar kl 10 vid lekplatsen på Sörängsvägen i Kaxholmen. Ta med fika.

Vi gör uppehåll nu i vinter och meddelar på Facebook när vi startar igen.

BOWLING: Tisdagar kl 9 – 11 på Rosenlunds bowling. Avresa kl 8.40 från ICA. Kostnad 90 kronor.

MATTCURLING: Fredagar kl 10 - 12 på ÖIS-gården, Ölmstad. Kostnad 30 kronor. Ta med fika.

STAVGÅNG: Onsdagar. Samling kl 10 vid ICA Nära, Kaxholmen.

Ingen anmälan. Glöm inte att ta med varm dryck och "äggmacka", samt det glada humöret.

Ta gärna med nya vänner för att pröva våra stavgångar.

21 januari: Rudu	11 mars: Botarp, Ringsberg	29 april: Munksjön runt
28 januari: Kaxholmen	18 mars: Rävlinge, Klåben	6 maj: Edesvarna
4 februari: Gränna golfbana	25 mars: Edet, Rudu	13 maj: Bengtagölen, Ramsjön
11 februari: Kularp	1 april: Ryd, Udderyd	20 maj: Grännaberget
18 februari: Ölmstad kyrka	8 april: Knutstorp, Hagen, Perstorp	27 maj: Lappsjön
25 februari: Berghem	15 april: Barnabo, Ekeberg	3 juni: Avslutning vid Museet
4 mars: Broxvik, Andersarp	22 april: Nynäs, Bunn	

På Facebook finns mer information före varje stavgångstillfälle.

Ej medlem? Du är varmt välkommen till en månadsträff eller prova på en aktivitet.

Kontakta oss om du har någon fråga. Se hemsidan (sökväg, se nedan) och välj Om föreningen.



VVV – Vi Värnar Varandra

SKÄRSTAD-ÖLMSTAD

Vi samarbetar med
Studieförbundet Vuxenskolan



SPF SENIORERNA FÖRENINGENS HEMSIDA: www.spf.se. Klicka på Föreningar uppe till höger. Skriv Skärstad eller postnummer 56146. Klicka sedan längst ner på Gå till föreningsida.

FÖRENINGENS BANKGIRONUMMER är 230 – 4277. **STUDIEFÖRBUNDET VUXENSKOLANS HEMSIDA:** sv.se/jonkopingslan

REDAKTIONSKOMMITTÉ FÖR KULAN: Anna-Lena Nilsson tfn 0704-185522, mejl annalenanilsson@telia.com, Jan Gustavsson tfn 072-5145244, mejl j03653435@gmail.com, Ulla Simonsson tfn 0708-642892, mejl ullabellasonsson@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.

Foto: Barbro Hallgren, Monica Jaldemark, Maths Linder, Gunnel Onselius, Kerstin Särnmark.

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

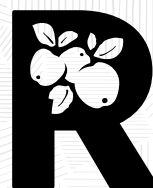
att handla frukt, grönsaker, mejeri m.m. från någon
av våra 65 lokala leverantörer.

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

Öppettider

Måndag - Fredag 10.00-18.00

Lördag 10.00-16.00



RUDENSTAMS
GÅRDSBUTIK

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



Din matbutik

Kaxholmen

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



BauerGården

GÄSTGIVERI & KONFERENS

TRÄFFPUNKTEN – FÖR SENIORER I SKÄRSTAD/KAXHOLMEN OCH ÖLMSTAD

Alla seniorer är välkomna. Inget medlemskap behövs. Arrangörer är Samverkansgruppen med SPF Seniorerna, Kyrkorna, Röda Korset, Hembygdsföreningen och Kommunens äldreomsorg. I Ölmstad även RPG, ÖIS, LRF och ÖRKS. Samarbeten med studieförbunden NBV, Bilda och ABF.

TRÄFFPUNKTEN SKÄRSTAD/KAXHOLMEN

Torsdagar kl 14.30. Fika 30 kronor. Swish eller jämna pengar.

5 februari i Equmeniakyrkan, Kaxholmen	"Indien – vårt andra hemland". Olle och Stina Fröberg berättar.
5 mars i Pingstkyrkan, Kaxholmen	*)
9 april i Landsjökyrkan, Kaxholmen	*)
28 maj i Hembygdsmuseet, Kaxholmen	*) Denna gång: Entré och kaffe med dopp 40 kronor.

TRÄFFPUNKTEN ÖLMSTAD

Onsdagar kl 15. Fika 30 kronor.

28 januari i Församlingshemmet, Ölmstad	Julia Sigblad underhåller med sitt program "Swing it!"
25 februari i Pingstkyrkan, Ölmstad	*)
25 mars i ÖIS-gården, Ölmstad	*)
22 april i Församlingshemmet, Ölmstad	*)

*) Träffpunkternas program meddelas på hemsidan och Facebook.

JULTALLRIK

Den 2 december samlades 31 SPFare för att avnjuta en kall jultallrik och några varma rätter hos Rudenstams. Vi satt på den nyöppnade tredje våningen med fin utsikt över trakten. Maten var mycket god och vi blev mätta.

/Anna-Lena Nilsson

MÅNADSTRÄFF I OKTOBER

Denna torsdag och vackra höstdag samlades vi cirka 55 seniorer till oktobers månadsträff. Vi startade med ett besök av personal från Räddningstjänsten som informerade om hur organisationen i vår kommun verkar och arbetar. Vi fick även en nyttig lektion i HLR och möjlighet till frågor. En presentpåse från Vistakulles äppelodling överlämnades som tack av vår ordförande.

Därefter serverades kaffe med god kaka, trafikinformation och regler om olika "sorters linjer på våra vägar" av Jan G.

Ett tack från oss alla för en givande eftermiddag

/Monica Jaldemark

VÄLKOMMEN SOM MEDLEM I SPF SENIORERNA SKÄRSTAD-ÖLMSTAD!

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 Seniorens.

Anmäl dig på vår hemsida. Klicka på Bli medlem.

Om du inte har tillgång till Internet, kontakta Berit Gustavsson, telefon 036-534 35.

Medlemsavgiften är 265 kronor.

MÅNADSTRÄFF I NOVEMBER

Denna vår första riktiga vinterdag med snön som lyste vit utanför fönstren, samlades vi cirka 60 seniorer till en stunds gemenskap.

Efter att vår ordförande hade hälsat alla välkomna fick vi lyssna till och se ett mycket intressant föredrag om Huskvarna av vår inbjudna gäst, Björn Johansson Elmervik. Vi fick höra om Rosenborgsgatan från tidigt 1960-tal, butiker som funnits och om dess ägare och vissa kunde säkert känna igen sig.

Till sist ett tack till de medverkande och till kaffegruppen av Gunnel.

/Monica Jaldemark



AVSLUTNING FÖR STAVGÅNGSPROMENADERNA

Sista onsdagen i november samlades ett 30 tal seniorer utanför Ölmstad kyrka för en lite kortare promenad än vad vi vanligtvis gör. Med en mulen och grå dag och med frost i naturen så är det på något vis så det brukar och ska vara vid denna tiden. Efter promenaden samlades vi i församlingshemmet där fler kamrater mötte upp för gemensam fika. Presentpåsar överlämnades till gruppen som planerat våra promenader under hösten. Därefter en fin stund i kyrkan med musik och psalmsång och en kortare andakt av vår nye kyrkoherde Rickard Borgenback.

/Monica Jaldemark, som tackar för den fina blomman.



HEMTJÄNSTINDEX

Hemtjänstindex är ett samlat mått på hemtjänstens kvalitet i Sveriges 290 kommuner. Indexet bygger på offentliga data, mätmodellen är utvecklad med stöd av forskningsinstitutet RISE (Research Institutes of Sweden AB). Sök på hemtjanstindex.se.

Jönköpings kommun kom i år på 24:e plats. Det betyder ett rejält "tapp" mot föregående år. 2024 kom kommunen på 1: plats och 2023 på 3:e plats.

NYTT OM BANKID

Bank-ID, legitimationen på mobiltelefon som används bland annat för Swish och andra bankärenden, kommer sluta fungera från mars 2026 på en del gamla telefoner sålda omkring 2017, till exempel de som har Android version 8 och iPhone iOS 15 eller äldre. Orsaken är säkerhetskrav som äldre modeller inte klarar. Berörda kommer få information från sin bank.

VIKTIGT I VINTERMÖRKRET !

Kom ihåg:

Använd reflexer !

Även när du går på stan !

CIRKEL: HUR DU ANVÄNDER DIN MOBIL

Vi lär oss hur vi använder våra mobiltelefoner, både Android och iPhone. Ledare är Jan Gustavsson och Maths Linder. En studiecirkel är genomförd i november. En ny, som är fulltecknad, startar i slutet av januari. Om intresse finns blir det en cirkel till. Anmäl till Gunnel telefon/sms 072-318 61 91, mejl gunnel.onselius@gmail.com.

SAMRÅDSGRUPPEN

SPF i Jönköpings kommun har 13 olika föreningar. Samrådsgruppen består av två representanter från varje SPF-förening. Gruppen förbereder frågor till KPR och förmedlar KPRs arbete till respektive förening. Samrådsgruppen har 4 möten per år.

KPR (Kommunala PensionärsRådet) finns för att stärka pensionärers inflytande över alla frågor som rör äldre och består av representanter från olika pensionärsorganisationer och kommunen.

I rådet behandlas frågor som berör äldre och rådet ska verka för att pensionärers synpunkter uppmärksammas i nämndernas verksamhetsplanering. Syftet är att pensionärernas representanter ska medverka på ett aktivt sätt i den kommunala verksamheten.

Rådet sammanträder fyra gånger om året och en beredningsgrupp träffas två veckor före sammanträdet. Före beredningsgruppens sammanträde har pensionärsorganisationers representanter träffats och bestämt vilka ärenden som ska tas upp.

SPF har två representanter och två suppleanter i KPR.

Aktuella projekt är • Varningar mot hemtjänstföretag • Bedrägerier • Trygga vuxna i skolan • Utdrag från belastningsregistret vad gäller anställda före 2025-07-01.

KAXHOLMENS LOKALA UTVECKLINGSGRUPP

Detta är en grupp som samlas ett par gånger om året för att diskutera och komma med förslag till kommunen vad vi som invånare tycker att kommunen ska satsa på.

Gruppen består av representanter från kyrkorna, klubbar och föreningar i Kaxholmen samt en representant från kommunen där jag representerar SPF.

På mötet i november tog vi fram några punkter bland annat:

- Flytta anslagstavlan vid ICA. Den är nu på baksidan.
- Åska pengar till Valborgsmässofirandet 2026.
- Jobba aktivt för cykelbana mellan ICA och Hunneryds gård och mellan Hunnerydsbadet och Vistavallen där den är för smal bitvis.
- Gångväg genom ravinen mellan Övragärdesvägen och Landsjöskolan.

Om ni har något förslag om utveckling eller förbättring för Kaxholmen kan ni skicka ett mail till mig. *Tommy Fransson*, epost: fransson.03650168@telia.com.

ORDFÖRANDEKONFERENS

SPF seniorerna är en av Sveriges största ideella organisationer med närmare en kvarts miljon medlemmar i 700 lokala föreningar över hela landet samt Sveriges äldsta seniororganisation bildad 1939. Partipolitiskt och religiöst obunden. Och vi växer !! På Ordförandedagen i Vrigstad den 13 november hade vårt distrikt besök av vår förbundsordförande Maria Larsson. Från vår förening SPF Seniorerna Skärstad-Ölmstad deltog Gunnel Onselius och Kerstin Särnmark. Här följer frågor och information som Maria Larsson tog upp i sitt anförande. På kongressen 2025 beslutades om följande Mål och Strategier 2026-2029:

- 1) En stark inkluderande organisation
- 2) Seniorernas inflytande i samhället
- 3) Motverka ålderism, ofrivillig ensamhet och digitalt utanförskap
- 4) Tillväxt och medlemsutveckling
- 5) Synlighet och kommunikation
 - Ny rapport. Superseniorer som jobbar
 - Hyror på särskilda boenden
 - Lokala och regionala pensionärsråd -Insyn och inflytande
 - Gasen i pensionssystemet

/Gunnel Onselius



JULAVSLUTNINGEN

Sista månadsträffen med julavslutning blev en trevlig eftermiddag med underhållning, glögg och pepparkaka samt skinkmacka och struva. Sedvanlig lottdragning och så gissade vi vikten på en julsinka. Wivan Svensson var bäst och vann skinkan. Ulla-Britt läste Viktor Rydbergs "Tomten". Luciatåg med följe och tomte med säcken full med klappar att dela ut till de som underhållit oss så fint. Nu tar vi paus och väntar in jul och nyår, umgänge med nära och kära, god mat och mys tillsammans. God Jul och Gott Nytt År önskas till er alla.

/Monica Jaldemark



MEDLEMSLOTTERIET - VINNARE

Oktober: Bengt Petersson, Anna-Lena Nilsson

November: Kerstin Särnmark, Elsvig Linder

December: Birgit Eckerström, Ylva Johansson

Extravinst: Wivan Svensson, Linnea Mörtzell, Linné Erixon, Gull-Britt Lundell, Inga-May Josefsson

Vvs och rörsvets

i Jönköping AB

Vid behov av Vvs-arbeten av alla slag välkomna att höra av Er

Henrik Kullberg • Tel. 0722-72 30 88 • vvsrörsvets@gmail.com • Edesvarna



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

www.vistakullefruktodling.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 120:-

Mån - Fred 11.00 - 14.00.

Valfri pizza el. valfri maträtter 100:- till 120:-
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:

sönd - tors 11.00 - 21.30
fred - lörd 11.00 - 22.00

Alla nya och gamla kunder VÄLKOMNA!