



Bild: Monica Lundström

SPF Seniorerna Sköndal

Organisationsnummer: 802404–0894

Plusgiro: 59 72 39 -3

E-post: skondal@spfseniorerna.se

Hemsidan: spfseniorerna.se/skondal

Seniornytt nr 1 / 2024

Seniornytt utkommer med 2 nummer i år.

Nästa nummer beräknas att distribueras den 7 november.

Kommande aktiviteter

Heldagsutflykt
Vikbolandet
13 juni

Resa till Fårö
3 - 6 september

Guidad visning
Slakthusområdet
12 september

Stadsvandring i
Jenny Linds
fotspår
26 september

Modevisning
Milan
10 oktober

Guidad
bussrundtur
17 oktober

Vrak museet
14 november

Jullunch
Kristinahuset
12 december

Ordföranden har ordet

Välkomna till vårt första Seniornytt för 2024. Jag ser alltid fram emot ett nytt nummer och en vacker omslagsbild av Monica Lundström.

I februari valdes jag till ny ordförande efter Marianne Ahlberg. Det känns lite ovant även om jag suttit i styrelsen och då även representerat SPF Sköndal i pensionärsrådet i Farsta stadsdelsnämnd. Jag lovar att göra mitt bästa för er och föreningen.

Just nu är det regnigt och grått utanför fönstret men snart ska det bli bättre hoppas jag. För första gången ska jag följa med på fågelutflykt till Sandemar. Då önskar jag att vi som åker dit får en dag med uppehållsväder så att vi kan få njuta av fågelskådning och vackra blommor.

I juni ska vi åka till Vikbolandet med buss. Det ska bli trevligt för vi har inte haft några bussresor på länge. Vi bjuds på strutsar och Zarah Leander i en härlig kombination!

Till er som har möjlighet att läsa om SPF digitalt kan jag rekommendera mycket intressant läsning. Där kan man även se olika evenemang.

Hoppas att ni alla får en fin sommar! Vi kanske ses på vårt "gamla" sommarcafé vid Spritstorget där vi träffas på onsdagarna.

På återseende
Ing-Marie Svensson

Vi välkomnar följande
nya medlemmar till vår förening
och hoppas att ni kommer trivas hos oss!

Ulf Olsen
Gunilla Olsen
Claes Ringbom

Monika Bergstedt
Monica Wernqvist
Kjell Pålsson
Harald Venström

På SPF Seniorernas hemsida finns viktig information, bl a de senaste nyheterna från vår förening och SPF förbundet. Du kan välja att logga in på SPF Seniorernas intranät, där hittar du mycket matnyttigt. För att komma in på SPF intranätet, klicka på Mina Sidor som finns högst upp till höger på hemsidan. Saknar du lösenordet kan du kontakta någon av oss i styrelsen. På intranätet under fliken **Hälsa och aktivitet** finns bland annat många webbseminarier om olika viktiga ämnen, även Sofias träningstips. Tycker man det är krångligt med datorer så hittar du länkar till studiematerial om hur du använder din smartphone, surfplatta eller dator.

Serie aktiviteter

Månadsmöten
10 september
1 oktober
5 november

Pubaftnar
2 september
7 oktober
25 november

Promenader
tisdagar

Bridge
onsdagar

Canasta
fredagar

Boule
måndagar,
sommartid

Sommarcafé
onsdagar,
sommartid

Kommande aktiviteter

Vikbolandet med buss

Torsdag 13/6 kl. 8:00-18:00



Bussfärden på ca 2,5 timmar tar oss via Norrköping. Först gör vi ett kortare besök på Zarah Leander-museet där vi får kaffe och bulle medan vi lyssnar på information om museet och Zarah Leander. Vi fortsätter vidare med bussen till den närliggande Strutsfarmen. Där börjar vi med introduktion och information om farmen och strutsar. Sedan blir det lunch med marinerad grillad strutsfilé. Efter lunchen får vi en guddad tur och möjlighet att handla i gårds- och hantverksbutikerna. Det är bra att ha en kylväska med dig om du tänker handla kött.

Plats: Samling kl. 8:00 vid Stora Sköndal innanför grindarna.

Avresa: med buss som avgår kl. 8:15 från Stora Sköndal.

Hemfärd: Tillbaka i Stora Sköndal senast kl. 18:00.

Anmälan: till Hana Pålman, sms 076-580 67 99 eller e-post hanapahlman@gmail.com.

Kostnad: 625 kronor per person.

Betalning: Senast 27/5 till föreningens PG 59 72 39-3, skriv ditt namn och "Heldagsutflykt 13/6" i meddelandefältet.

Resa till Fårö

Tisdag 3/9 – fredag 6/9

Resan är fullbokad, 20 platser, men om resan uppskattas har vi möjlighet att planera in flera tillfällen. Kontakta Lena Axedin för information om tillgång till reserv- eller återbudsplatser.

Resan kostar 6 000 kronor per person.

Anmälan är bindande och anmälningsavgift 1 000 kronor betalas till föreningens PG 59 72 39-3 snarast om platser finns kvar efter en överenskommelse med Lena.

Resterande 5 000 kronor betalas till föreningens PG senast den 1 juli. Mer information skickas direkt till deltagarna.



I priset ingår bland annat:

- Busstransfer Cityterminalen till Nynäshamn tur och retur.
- Båtresor Destination Gotland tur och retur.
- Buss inklusive guide under tiden på Gotland-Fårö
- Övernattning i dubbelrum vid Gåsemora 3 nätter inklusive frukost.
- Tre middagar (gourmémiddag med vin/öl första dagen).
- Två luncher (lunch i Visby sista dagen på egen hand ingår ej).
- Guidning på Bergmancenter och Fårö museum.

Anmälan: till Lena Axedin, sms 070-668 15 52 eller e-post lana.axedin@telia.com.

Månadsmöte

10 september kl. 13:00

OPERADONNORNA, GLAM, SÅNG OCH STARKA KÄNSLOR

Notera datumet är inte som vanligt första tisdagen i månaden, det är ett undantag p g a Fårö resan.



OPERADONNORNA, tio pigga pensionerade sångerskor från Operans värld delar med sig av sitt operativ i en föreställning full av upptåg och personlig charm. Publiken bjuds på musikaliska godbitar från operascenen med inslag av musikal, kabaré och visa.

Guidad visning av Slakthusområdet 12 september kl. 10:30



Planområdet för "Nya Slakthusområdet" enligt Stockholms stadsbyggnadskontor

Slakthusområdet ska utvecklas till en destination för mat, kultur, evenemang, boende och arbete. Totalt planeras ca 4 000 bostäder för ca 10 000 boende, två skolor och ca 10 000 arbetsplatser för handel och olika verksamheter. Områdets historia förvaltas genom att kulturhistoriskt värdefulla byggnader bevaras och utvecklas för nya ändamål, tillsammans med områdets starka tradition av mat och gastronomi.

Max 20 personer. Studiebesöket tar ca 2 timmar. Lunch till självkostnadspris någonstans i närheten.

Samling: Palmfelts väg 2, Palmfelt center, Globen.

Anmälan: Senast 2/9 till Hana Pahlman, sms 076-580 67 99 eller e-post hanapahlman@gmail.com.

Kostnad: 50 kronor per person.

Betalning: Senast 5/9 till föreningens PG 59 72 39-3, skriv "ditt namn och 12/9" i meddelandefältet.

Vandring i Jenny Linds fotspår Torsdag 26 september kl. 11:00



Mer om
vandringen på
Linnéas
hemsida
linneasallay.se

Jenny Linds liv är som en askungesaga som tar sin början i Gamla Stan och det gör även vår vandring. Guiden Linnéa Sallay (mezzosopran, violinist och auktoriserad stockholmsguide) inleder med att måla upp en bild av hur Stockholm såg ut på 1820-talet. Därifrån fortsätter vandringen genom Gamla Stan, via flera spännande cliffhangers.

Samling: Järntorget, Gamla Stan.

Vandringen är ca 2,5 km, tar 2 timmar och avslutas nära Mynttorget varifrån det inte är långt till någon trevlig restaurang för den som vill.

Anmälan: senast den 9 september till Lars Jarnhammar, sms 070-634 34 51 eller lars.jarnhammar@gmail.com

Kostnad: 200 kronor per person.

Betalning: Senast 12/9 till föreningens PG 59 72 39-3, skriv "ditt namn och 26/9" i meddelande-fältet.

Månadsmöte

Tisdag 1 oktober kl. 13:00



Ruth Kvarnström-Jones som har skrivit "De fenomenala fruntimren på Grand Hotel" berättar tillsammans med Lena Axedin om boken och Wilhelmina Skogh.

Modevisning på Milanius

Torsdag 10 oktober kl. 14:00



Visningen inklusive bubbel med tilltugg kostar 100 kronor som betalas på plats till Barbro Rubin.

Kostnaden dras av från belopp överstigande 500 kronor av det du handlar för.

Till butiken åker du med Tvärbana 22 från Gullmarsplan mot Sickla Udde och går av vid hållplats Sickla Kaj. Adressen är Hammarby allé 106.

Anmälan: Senast den 4 /10 till Barbro Rubin sms 070-783 28 23 eller e-post barbro@vattendrag.se
Begränsat antal så först till kvarn gäller.

En guidad bussrundtur, kallad Byggsvängen 2024

Torsdag 17 oktober kl. 10:00



Med komfortabel buss passerar vi nybyggda stadsdelar och områden som står inför att omdanas till nya bostadskvarter:

"Söderhov". 6000 planerade bostäder och stora ytor för rekreation på Årstafältet. Rivning av kontorshus i Marievik och planer för 1800 nya bostäder på Beckers och Cementas mark i Lövholmen. 1000-tals nya bostäder och arbetsplatser på Norra Stationsområdet i Hagastaden. Norra Djurgårdsstaden och framtida nya stadsdistrikt i Värtahamnen, Frihamnen och Loudden m.m.

Guide ombord på bussen är Pontus Dahlstrand: byggnadsarbetare, stadsvandrare och ledamot av Namnberedningen i Stockholm. Bussen har plats för 48 passagerare.

Samling: kl. 9:45 vid Stora Sköndal innanför grindarna.

Hemkomst: ca kl.12:45.

Kostnad: 200 kronor per person.

Anmälan: Senast 4/10 till Christina Ljungqvist via sms 070-495 16 88 eller e-post c.ljungqvist12@gmail.com

Betalning: Senast 7/10 till föreningens PG 59 72 39-3, skriv "ditt namn och 17/10" i meddelandefältet.

Månadsmöte

Från Abborrberget till

Överskärargränd

Tisdag 5 november kl. 13:00



DN-journalisten Eva-Karin Gyllenberg ger svaren och bjuder på mängder av fakta om Stockholms kvarters- och gatunamn.

Hur många gator finns det egentligen i Stockholms stad och vem är det som bestämmer vad de nya kvarteren ska heta?

Vrak museet

Torsdag 14 november kl. 11:00



Besök museet Vrak och upptäck Östersjöns okända värld utan att bli blöt! Det är ett relativt nytt museum som är nominerat till "European Museum of the Year Award 2024". Där kan besökaren utforska några av Östersjöns vrak och historiska lämningar. En 20 minuter lång introduktion ingår innan vi själva ser på museet. Efter besöket kan man besöka caféet Mackverket (10% på notan om man besökt museet) och äta t.ex. Stekta surdegsmackor, soppa, sallader och fika.

Samling: Djurgårdsstrand 17 kl.10:45, närmaste hållplats är Liljevalchs.

Anmälan: Senast 1/11 till Anna-Lena Skavén sms 073-522 18 20 eller e-post alskaven@gmail.com

Kostnad: 185 kronor per person.

Betalning: På plats.

Jullunch

Torsdag 12 december kl. 14:00



Jullunch på Kristinahuset i Sköndal

Anmälan: är bindande. Senast den 7/12 till Lena Axedin, sms 070-668 15 52 eller e-post lena.axedin@telia.com.

Kostnad: 450 kronor per person, dryck ingår inte i priset.

Betalning: Senast den 2/12 till Nice Valley BG 5549-3613. skriv "ditt namn och SPF jullunch 12/12" i meddelandefältet.

Serie aktiviteter

Månadsmöten

Tisdagar 10/9, 1/10, 5/11 kl. 13:00

Plats: Församlingshemmet, Sköndal.

Kostnad: 60 kronor per person (kan betalas kontant eller med Swish) inklusive kaffe och tilltugg. På entrébiljetten utlottas 6 trisslotter. Vi kommer även ha lotterier med varierande vinster.

Pubaftnar

Måndagar 2/9, 7/10, 25/11 kl.16:00

Vi fortsätter träffas på Sköndals krog för att äta en bit och sedan kanske fortsätta till Sköndals bibliotek för att lyssna på intressanta föreläsare/författare, start 18:00. Mer om bibliotekets program kommer att annonseras på vår hemsida.

Sommarcafé

Onsdagar kl. 14:00, start 26 juni

De som kan och vill träffas på Spritstorget 7 utanför Sköndals Ciro konditori, gamla Sköndals centrum, för att prata lite och äta något gott fikabröd eller lunchpaj. Lokalen har öppnat efter renovering. Vi fortsätter t.o.m. den 25 september. Ingen föranmälan krävs.

Boule

Måndagar kl. 14:00, start 27 maj

Vi spelar på boulebanan som ligger i parken bakom Sköndalsvägen 100 b. Ta med fika, vi sitter och pratar efteråt. Vi behöver flera spelare, så kom gärna och prova. Boulespelet håller på så länge vädret tillåter.

Promenader

Vi fortsätter med våra tisdagspromenader på olika ställen i Stockholmstrakten under hösten, fram till slutet av november. Ibland äter vi lunch på något fik och ibland har vi med fika i ryggsäckarna.

Kontaktperson: Birgitta Berglund, sms 073-404 82 93 eller e-post biberglund2@gmail.com.

Bridge

Onsdagar kl. 10:00

Plats: Sköndalsvägen 113 c.

Kontaktperson: Bettan Fryklöf, sms 072-208 72 71 eller e-post elisabethfryklof@gmail.com.

Canasta

Fredagar kl. 10:00

Plats: Sköndalsvägen 113 b.

Kontaktperson: Camilla Nitschmann, sms 073-071 71 14 eller e-post camilla.nitschmann@gmail.com.

Våra senaste genomförda aktiviteter

Fågelutflykt Sandemar 16 maj

Fågel- och blomutflykt till Sandemar, med vår duktiga ornitolog Sören Lindén. Vädret var strålande och många spännande fåglar och vackra blommor fanns att skåda. Ängarna var fyllda med kungsängsliljor, gullvivor och majvivor. Vi såg rödbena, tofsvipa, törnsångare, gulspurv och tranor, bland annat. På fågelsidan var två lärkfalkar höjdpunkten. En härlig dag med ett härligt gäng!



Månadsmöte 7 maj



Med strålande vårsol utanför fönstren var vi en stor skara medlemmar som vid månadsmötet den 7 maj tog del av en livfull och intressant berättelse under rubriken **Augustas resa** framförd av Kerstin Melin. Hon hade dagen till ära klätt sig i samma slags kläder som hennes farmors mormor Augusta bar i början av 1800-talet och det blev ibland svårt att veta om det var Augusta eller hennes barnbarns barnbarn som stod framför oss. Till en kavalkad av vackra bilder berättade Kerstin om hur det som började som ett släktforskningsprojekt med tiden tog formen av en resa i både tid och rum. Hur hon och hennes syster levde sig in i Augustas livsöde och själva följde i hennes fotspår med ångbåt på Göta Kanal och med tåg genom Tyskland. Det var flera av medlemmarna som gick hem från mötet med boken *Augustas resa* i handen.

Vårmodet Milanius 11 april

Den dagen var det modevisning på Milanius i Hammarby Sjästad med tjugo glada damer från SPF Sköndal, vilket är en mångårig tradition. Som vanligt vackra kläder av fin kvalitet som visades av de duktiga modellerna. Därefter startade vi provning och inköp. En väldigt rolig eftermiddag som gav stor inspiration.



Promenad 30 april

Vår promenad i Tantolundens koloniområde var en inspiration efter månadsmötet med Stella Fare som föreläst om Tanto koloniträdgårdarnas tillblivelse och framförallt om Tantolunden. Vi hade otroligt fint vårväder och Birgitta överraskade oss med att bjuda på bubbel i o m det var valborgsmässoafton! Alla njöt av vädret och Birgittas överraskning när vi tog en rast uppe på berget och såg på en otroligt vacker utsikt.



Promenad 23 april

Stora Lappkärrsberget!
Vi träffades utanför spärarna vid Gullmarsplans T-bana och fortsatte med tunnelbanan till Universitetet. Därifrån promenerade vi, 12 kvinnor, runt Stora Lappkärrsberget. Promenaden gick utefter Värtan förbi Lilla Sjöstugan som Kar de Mumma under många år använde som skrifvarstuga. Vi hade fint väder och rastade vid Lappkärrret som är en liten fågelsjö.



Dansmuseet 22 februari

Vi var en förväntansfull grupp som samlades i receptionen till Dansmuseet som ligger på Drottninggatan 17. Vi guidades av Erik Mattsson som berättade om Ballet Suédois eller Svenska baletten och dess spännande historia.



Det finns flera bilder från våra utflykter att titta på om du se på vår hemsida i fliken [Bildgalleri](#), klicka gärna och välj en aktivitet!

KALENDARIUM HÖSTEN 2024

September

Tisdag 3 - fredag 6	Resa till Fårö
Tisdag 10	Månadsmöte
Torsdag 12	Guidad visning Slakthusområdet
Torsdag 26	Stadsvandring i Jenny Linds spår

Oktober

Tisdag 1	Månadsmöte
Torsdag 10	Modevisning på Milanius
Torsdag 17	Guidad bussrundtur "Byggsvängen 2024"

November

Tisdag 5	Månadsmöte
Torsdag 14	Museibesök Vrak

December

Torsdag 12	Jullunch
------------	----------

Ordförande

Ing-Marie Svensson
E-post: skondal@spfseniorerna.se

Kassör

Anne Wiklund
E-post: anne.wiklund100@gmail.com

Medlemssekreterare

Lars Axedin
Mobil: 070-584 06 82
E-post: lars.axedin@telia.com

Webb- och tidningsredaktör

Hana Pahlman
E-post: hanapahlman@gmail.com



spfseniorerna.se/skondal

Annons

Välkommen till **Sköndalskopia AB**

Vi är ett familjeföretag i Sköndal.

Vår verksamhet inkluderar:

- Kopiering/utskrifter i svart/vitt & färg
- Digitala ritningsutskrifter, svart/vitt & färg
- Ritscanning
- Storformatsutskrifter

Adress: Bagarfruvägen 37 (baksidan av huset)

Telefon: 08-604 47 81

E-post: info@skondalskopia.se

Öppet: måndag-onsdag 10-16, torsdag 13:00-18:30