

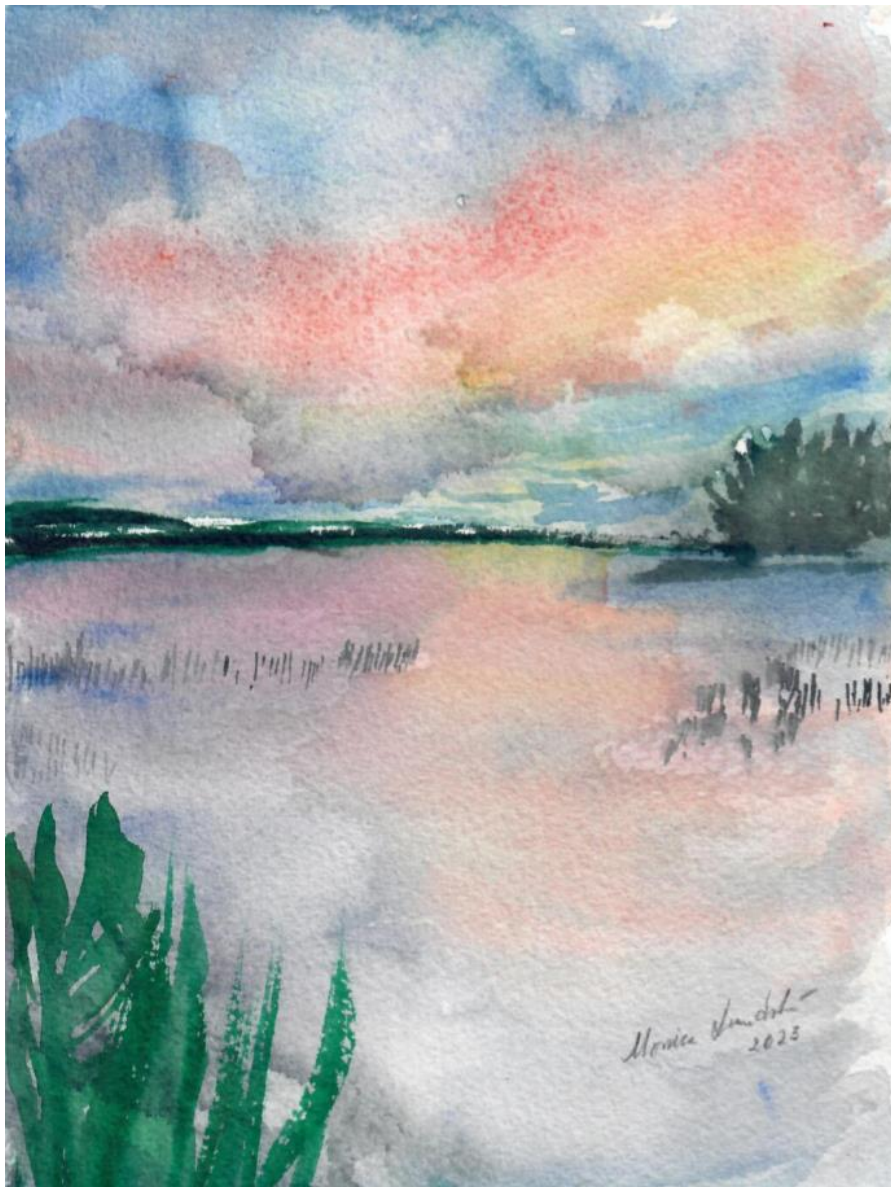


Bild: Monica Lundström

Hemsida: www.spfseniorerna.se/skondal

*På gång i
höst*

Månadsmöten
3 oktober
7 november

Sven-Harrys
konstmuseum
21 september

Modevisning
Milanius
10 oktober

Vandring i
Gamla Stan
19 oktober

National-
museum
16 november

Jullunch
Kristinahuset
14 december

Pubaftonar
16 oktober
27 november

Tisdags-
promenader

SPF Seniorerna Sköndal

Organisationsnummer

802404-0894

Plusgiro 59 72 39 -3

Ordförande

Marianne Ahlberg

Mobil: 070-324 62 02

E-post: marianne.ahlberg@gmail.com

Medlemssekreterare

Inger Hallberg

Mobil: 070-584 06 82

E-post: k.inger.hallberg@gmail.com

Webb- och tidningsredaktör

Hana Pahlman

E-post: hanapahlman@gmail.com

Seniornytt nr 3 / 2023

Seniornytt utkommer med 3 nummer i år.

Nästa nummer beräknas komma i mitten av januari.

På SPF Seniorernas hemsida

www.spfseniorerna.se finns det mycket matnyttigt, se fliken **Hälsa och aktivitet**. Där finns mycket intressant att ta del av, bland annat webbseminarier om olika viktiga ämnen och Sofias träningstips. Tycker man det är krångligt med datorer så hittar du länkar till studiematerial om hur du använder din smartphone, surfplatta eller dator.

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

Hans Gransten
Berit Ehring
Åsa Sagström
Hannele Varis
Lars Axedin
Lena Axedin

Mona Ricknell
Hillevi Bengtsson
Kjell Bovin
Margret Brundell
Laila Hedlund
Steve Smårs

Ordföranden har ordet

Välkomna tillbaka till en ny intressant hösttermin. Som vanligt har vår programgrupp hittat på ett trevligt och omväxlande program.



Har du någon aktivitet du skulle vilja att vi ordnar, så hör av dig om det. Alla idéer beaktas.

Ett alldeles särskilt välkommen till våra nya medlemmar. Hoppas att ni kommer trivas med oss. Ett sätt är just att delta i våra aktiviteter.

Jag hoppas att sommaren har varit bra för er. För mig har den varit omskapande. Jag har nu blivit Skåning igen. Dottern med familj flyttade hit ner till Skåne från Hälsingland, och vi kände att det var dags att flytta nu medan vi fortfarande orkade. Vi ville gärna ha närhet till henne och barnbarnen som fortfarande är ganska små.

Till årsmötet i februari behöver föreningen således hitta en ny ordförande vilket innebär att vi under hösten kommer att arbeta med att hitta en ersättare. Vi behöver också nya medarbetare som hjälper till med att dela ut Seniornytt eller i köket vid månadsmötena. Datakunniga personer är välkomna att hjälpa till på olika sätt, t.ex. som "datalärare". SPF Seniorerna centralt har bitt föreningarna hjälpa alla som vill lära sig mer om hur man kan utnyttja "nätet" både på en dator, men också på sin mobiltelefon om man har det.

Önskar alla en härlig och aktiv SPF-höst. Hoppas att det går bra.

Kram, *Marianne*

Program för hösten

Månadsmöten

Plats:

Församlingshemmet,
Stora Sköndal



Tid: Kl. 13:00

Pris 60 kronor (kan betalas kontant eller med Swish) inklusive kaffe och tilltugg.

På entrébiljetten utlottas 6 trisslotter. Vi kommer även ha lotterier med varierande vinster.

3 Oktober

Den 3:e oktober kommer VD:n Tomas Krywult från Stora Sköndal Framtidsutveckling AB och berättar om deras framtida planer på Stora Sköndal.

7 November

"Bellman på krogen".



Ett sång-, poesi- och berättarprogram om vår nationalskald Carl Michael Bellman. Berättat och tolkat av Staffan Wikström och Puch Magnus Olsson.

Sven-Harrys konstmuseum

Datum: 21 september kl. 11:00



Vi i SPF Sköndal får en gruppvisning av utställningen Konst+Maskin-Utmanarna under 1920-talet.

Det handlar om en tid som inte är helt olik vår egen. Vi får se skulptur och målningar av bl.a Otto G. Carlsund, Vera Meyerson och Waldemar Lorentzon och många fler. Bilen var tidstypisk vilket vi kan se då en Bugatti är utställd. Själva byggnaden är också intressant då Sven-Harrys hus är en vacker guldglänsande skapelse i kanten av Vasaparken.

Det finns möjligheter att äta något där på Bistro Guld eller om man vill ligger flera caféer och restauranger i närheten.

Pris 120 kronor som betalas på plats vid entrén. **Anmälan senast 18 september** till Anna-Lena Skavén via sms 073-522 18 20 eller e-post alskaven@gmail.com.

Modevisning på Milanius

Datum: 10 oktober kl. 14:00



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

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.

Anmälan senast den 4 oktober till Barbro Rubin via sms 070-783 28 23 eller e-post barbro@vattendrag.se Begränsat antal så först till kvarn gäller.

Vandring i Gamla Stan

Datum: 19 oktober
kl. 11:00 – 12:30



"Den gröne guiden" Stefan Maurbakken kommer kunnigt och passionerat att guida oss där han låter oss upptäcka och uppleva den genuina atmosfären och grändernas mystik i Gamla Stan. Vi kommer att fascineras av husens sättningar längs Munkbron och på Järntorget. Vi upptäcker historiska dörrar med fantastiska dekorationer och mycket mer under de 90 minuterna som guidningen tar.

Samling utanför Gamla stans tunnelbaneuppgång vid Mälartorget kl. 11:00.
Anmälan senast den 9 oktober till Lars Jarnhammar via sms 070-634 34 51 eller e-post lars.jarnhammar@gmail.com
Pris 150 kronor, sätts in på föreningens plusgiro 59 72 39-3. Glöm inte att märka din betalning med "Vandring i Gamla Stan 19/10 och ditt namn" i meddelande-fältet.

Nationalmuseum Datum: 16 november kl. 13:00



Foto: Erik Cornelius / Nationalmuseum

Årets stora utställning TRÄDGÅRDEN visar hur trädgårdar skildrats i konsten från medeltiden fram till idag av konstnärer som t.ex. Rembrandt, Monet, Renoir och Carl Larsson.

Anmälan senast den 1 oktober till Birgitta Berglund via sms 073-404 82 93 eller e-post biberglund2@gmail.com
Priset 150 kronor sätts in på föreningens plusgiro 59 72 39-3 vid anmälan. Glöm inte att märka din betalning med "Nationalmuseum 16/11 och ditt namn" i meddelande-fältet.

Jullunch Datum: 14 december kl. 14:00



Jullunchen blir på Kristinahuset i Sköndal.

Den kostar 450 kronor / person, dryck ingår inte i priset. **Anmälan är bindande sker senast den 7 december** till Marianne Ahlberg på sms 070-324 62 02 eller e-post

marianne.ahlberg@gmail.com

Betalning till

BG: 5549-3612, Nice Valley, **senast den 7/12**. Glöm inte att märka din betalning med "SPF jullunch 14/12 och ditt namn" i meddelande-fältet.

Pubaftnar

Vi fortsätter träffas på Sköndals krog klockan 16:00 för att äta en bit och sedan kanske fortsätta till Sköndals bibliotek för att lyssna på intressanta föreläsare/författare.

Datum: 16 oktober kl. 16:00

Författarträff kl. 18:00 med Yvonne Hirdman, historiker och professor emerita vid Stockholms universitet, berättar om sin bok "Från de stora drömmarnas tid".

Datum: 27 november kl. 16:00

Författarträff kl. 18:00 blir en julträff med boktips. Johanna Lundin, bland annat bokrecensent i Go'kväll, återkommer till Sköndal och presenterar böcker som kan vara lämpliga julklappar eller god läsning under julhelgerna.

Bridge

Trivselspel på onsdagar kl. 10:00 i Kollekten, Stora Sköndal. Kontakta Bettan Fryklöf via 072-208 7271. Flera spelare önskas. Den enda som behövs är att kunna grunderna.

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.



Birgitta Berglund håller i promenaderna och vill du gå med oss kontakta henne via sms 073-404 82 93 eller e-post biberglund2@gmail.com

Korta promenader

Om du är intresserad av en kort promenad på *torsdagar* från biblioteket i Sköndals C till församlingshemmet i Stora Sköndal där du kan äta sopplunch och lyssna på musik, kontakta Mona Thunander via sms 070-876 77 45 eller e-post monathunander38@gmail.com

Sommarcafé Onsdagar kl. 14:00

De som kan träffas och vill på Spritstorget utanför Sköndals konditori Ciro, gamla Sköndals centrum, för att prata lite grand, äta något gott fikabröd eller lunchpaj. Vi fortsätter t.o.m. den 27 september. Ingen föranmälan krävs.

Boule

Vi fortsätter att spela boule på måndagar kl. 13:00 på nya boulebanan i Sköndal som ligger i nya parken bakom Sköndalsvägen 100b. Vi tar med oss fika och sitter och pratar efter. Vi behöver flera spelare, så kom gärna och prova. Boulespelet håller på så länge vädret tillåter.

Teater

Tyvärr har vi inte något teaterombud under höstterminen. Vi har inte uppfyllt Stadsteaterns krav på att sälja minst 10 biljetter till två föreställningar. Om du har en idé om en bra föreställning, skicka ditt förslag till Christina Lundqvist, så undersöker hon möjligheten via sms 070-495 16 88 eller e-post c.ljungqvist12@gmail.com

Våra senaste genomförda aktiviteter

Modevisning 20 april

20 köpsugna kvinnor från SPF Sköndal samlades på Milanius i Hammarby Sjöstad. Vi kom i bra stämning av goda snittar och ett glas cava, vilket gjorde köplusten ännu större. Efter en visning av vårens och sommarens mode som visades av verkliga proffs, blev rusningen stor att själva få prova och köpa. Många blev vi som gick hem med en stor kasse full av vackra kläder.

Text: Birgitta Berglund

Bild: Barbro Rubin



Månadsmöte 2 Maj

Till månadsmötet gästades vi av kören Cantare (där hälften av sångarna är medlemmar i vår förening) sjöng in våren med både kända och mindre kända vårsånger under ledning av Kina Sellergren.



Text och bild: Barbro Rubin

Fågelskådning 12 maj



Fågelutflykt till Sandemar den 12 maj med ornitolog Sören Linden. Det var underbart väder och många spännande fåglar, exempelvis tornfalk på nära håll.

Text och bild: Barbro Rubin

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!

Ängsö 25 maj

I finaste försommarväder var vi en grupp som besökte Nationalparken Ängsö i södra Roslagen den 25 maj. Där gjorde vi en guidad vandring runt bland blommande hav av kungsängsliljor, gullvivor, mandelblom och Adam och Eva och vi fick höra guiden berätta om hur man idag driver det lilla skärgårdshemmanet efter gamla metoder.



Resan dit gick med Waxholmsbolaget och vi kunde under färden njuta av trivsamt småprat medan vi såg den vackra skärgården sakta ändra karaktär från innerstad till grönskande skärgårdsöar.



Text & Bild: Lars Jarnhammar

Samstorp Gård 17 augusti





Text: Mona Thunander

Bild: Hana Pålman

Vi var 19 personer som åkte till Samtorps Gård som ligger på Gräddö i Roslagen ca 8 mil från Stora Sköndal. Till en början åt vi en god lunch. Därefter fick vi sätta oss i en stor vagn, dragen av en traktor runt en stor Safarihage. Då började äventyret! Tillsammans med en mycket trevlig och kunnig guide, fick vi uppleva djuren som levde fritt. Vi fick närkontakt och fick mata dovhjortar, mufflonfår, vildsvin, kronhjortar och visenter. Resan blev en stor upplevelse för alla som var med!

Månadsmöte 5 september

Till första månadsmötet för hösten hade vi bjudit in Mia Poppe för att berätta om sin pappa Nils Poppe. Trots strålande solsken och högsommarvärme fylldes salen av både gamla och nya medlemmar. Mia och hennes man Niclas Strand underhöll med anekdoter, sång och musik. Nils föddes 1908 i Skåne och adopterades vid två års ålder av paret Jönsson. Han tog sig senare artistnamnet Poppe. Sin skådespelardebüt gjorde han i Malmö på Hippodromteatern, fortsatte senare till Stockholm där han bland annat startade Scalateatern, arbetade många år med Annalisa Ericson, bland annat i "Lorden från gränden". Han spelade också in många filmer, exempelvis "Soldaten Bom".



Nils återvände till Skåne och tog över Fredriksdalsteatern 1966, vilken han ledde i tjugoåttio år. Nils älskade att roa människor och göra dem glada. Mötet avslutades som vanligt med lottdragning och gott fika.

Text & Bild: Marianne Ahlberg & Barbro Rubin

Promenader

Promenad 18 april

Promenaden denna gång gick från Vinterviken uteder Mälaren till Klubbensborg, där vi i vackert väder rastade.



Promenad 10 maj

Vi promenerade runt Långholmen och fortsatte sedan Söder Mälarstrand och Monteliusvägen till Slussen.



Promenad 25 april

Vi promenerade från Handikappbadet efter Drevviken och Forsån. Efter rast vid Magelungen fortsatte promenaden till Farsta.



Promenad 13 juni

Vi åkte till Ropsten, fortsatte sedan med SL:s pendelbåt till Storholmen som ligger i Värtan. Vi promenerade runt ön i vackert sommarväder. En verklig idyll. Båtturen fram och tillbaka var härlig.



Promenad 20 juni

Vi åkte till Björkhagen. Därifrån promenerade vi till Söderbysjön i vackert väder men i varmaste laget. Vi hittade en plats i skuggan där vi åt medhavd matsäck och tittade på badande barn.



Promenad 18 juli

Vi åkte buss till Tyresta nationalpark där vi gick ett promenadvänligt spår 5 km. Som vanligt hade vi tur med vädret. I Tyresta by fikade vi på deras trevliga café.



Promenad 11 juli

Vi åkte tvärbanan till Trekanten där vi började vår promenad utefter Mälaren och runt Ekensberg till koloniträdgårdarna i Vinterviken. Där finns ett härligt café bland alla blomster som det är mycket lämpligt att rasta i. Promenaden fortsatte till Liljeholmen.



Promenad 1 augusti

Vi promenerade från Västerbroplan utefter Mälaren förbi Smedsuddsbadet till Fredhäll där vi rastade. Promenaden avslutades vid Kristinebergs T-bana.



Promenad 16 augusti

Vi promenerade ufeft Årstaviken till Tanto. Onsdagar och söndagar har stadsdelen ordnat en liten båt som tar oss turister ut till Årsta Holmar. Vi promenerade runt holmarna i en orörd natur.



Promenad 29 augusti

Vi åkte SL-båt från Klara Mälarstrand till Tappström på Ekerö. På Ekerö promenerade vi till Ekebyhovs slott. En trevlig lunch åt vi på slottet i härligt sommarväder. Även hemresan gick med båt.



Sommarcafé och Boule

Sommarcafé 26 juli



Kom gärna med och hålla oss sällskap!

Boule



En bild från ett boulespel.

KALENDARIUM HÖSTEN 2023

September

Tisdag 5	Månadsmöte
Onsdag 6	Promenad
Måndag 11	Pubafton
Tisdag 12	Promenad
Tisdag 19	Promenad
Torsdag 21	Sven-Harrys konstmuseum
Tisdag 26	Promenad

Oktober

Tisdag 3	Månadsmöte
Onsdag 4	Promenad
Tisdag 10	Promenad
Tisdag 10	Modevisning Milanius
Måndag 16	Pubafton
Tisdag 17	Promenad
Torsdag 19	Stadsvandring i Gamla Stan
Tisdag 24	Promenad
Tisdag 31	Promenad

November

Tisdag 7	Månadsmöte
Onsdag 8	Promenad
Tisdag 14	Promenad
Torsdag 16	Besök på Nationalmuseum
Tisdag 21	Promenad
Måndag 27	Pubafton
Tisdag 28	Promenad

December

Torsdag 14	Jullunch
------------	----------

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

Om det finns ett intresse att starta en bridgegrupp som träffas hos varandra kontakta Camilla Nitschmann, via sms 073-071 71 14 eller e-post camilla.nitschmann@gmail.com.



spfseniorena.se/skondal