

Bästa SPF:are!

Under den gångna veckan hölls årsmöte för SPF:s Stockholmsdistrikt. Mötet gav vissa svar på frågor som ni säkert alla ställt er ibland: Varför ska man vara med i SPF? Vad används medlemsavgiften till?

Den del av medlemsavgiften som vi i Botkyrka får, 70 kr, den kan alla medlemmar hålla koll på i veckobrev och årsmöteshandlingar. Den största posten, 130 kr, går till förbundet. Vad får vi för den? Framför allt får vi en röst i samhällsdebatten. Vår ordförande Eva Eriksson har satt fart på striden för högre pensioner och påtalat det orimliga i att en person som arbetat hela yrkeslivet kan få sämre pension än en som inte arbetat alls. Läs artiklarna i senaste numret av Seniorens! Hon har också medverkat i TV och dagspress:



Eva Eriksson ryter ifrån om de försvunna pensionspengarna

Expressen redovisar statistik som SPF Seniorerna har tagit fram över vad anställda inom tio vanliga yrken kan förvänta sig i pension. Sammanställningen visar att många får en allmän pension på 45 procent av slutlönen, det vill säga långt ifrån de 60 procent som utlova-

des vid pensionsreformen på 90-talet. Vår ordförande Eva Eriksson menar att det är orimligt att vi har ett system där ett liv i arbete ger i stort sett samma pensionsinkomst som den som inte arbetat.
(Expressen 18/3)

Tyvärr märktes inte mycket av förbundets ansträngningar i regeringens vårbudget, men SPF fortsätter att driva pensionsfrågan. Och då är det viktigt att ha en stark organisation. Som enskild person är man inte så stark.

Ett annat exempel: I hela landet pågår just nu projektet Vårdcentralspatrullen, där samtliga vårdcentraler granskas av särskilt kunniga medlemmar. För Botkyrkas del leds arbetet av Anders Magnusson, f d distriktsläkare.

Men ändå: Precis lika viktigt som att delta i samhällsdebatten är att vara en organisation för trivselhöjande och personlighetsutvecklande aktiviteter.

Aktuellt:

- 16/4 **Motionsdans** i Segersjö Folkets hus, Scheelevägen 41-43. Ta buss 715 från Tumba Centrum till Segersjö. Entré 120 kr. Kaffe ingår, ta med bröd.
För mer info, ring Gunhild Jonsson, 070-725 3650
- 17/4 kl 09.55 **Onsdagsvandringen:** "Vi tar buss nr 708 från Tumba busstation kl 9.55. Avstigning vid Norsborgsvägen, där väntar Lilian och Bibbi som leder vandringen. Vi kommer att gå till Norsborgs vattenverk, vidare till Norsborgs Herrgård. En liten bit utefter Mälaren upp till Norsborgsvägen där buss till Tumba går. Vandringen är ca 4 km. Medtag matsäck och sittunderlag. Väl mött hälsar Marianne."
- 25/4 kl 16.00 **PUB-träff** i SPF:s regi
Vi träffas i stora salen i Seniorhuset. På programmet denna gång: En familjejurist informerar om framtidsfullmakt och annat. Du kan också ställa frågor.

Det finns kaffe, te, öl och vin samt tilltugg till självkostnadspris. Välkommen!

- 26/4 kl 14.00 **Bioträffen** visar **Trädgårdsfesten**, en rolig och vass satir om trassliga relationer och kultursnobbar.
- 29/4 kl 13.30 **Månadsträff**. Huvudnumret denna gång består i att Curt Carlsson, färgstark profil från Tumba bruk, berättar om bruket och kanske annat. Extra programpunkt: Ögonläkare Anna Kullenberg informerar och svarar på frågor om gula fläcken.
- 9/5 kl 14.00 **Vin- och ostprovning** i Seniorhuset. Ledare är Karin Dierks-Eckardt från SPF Björkhagen-Hammarby-höjden. Pris: 250 kr/person. Anmälan till Saga senast 25/4, se annonsen i slutet av veckobrevet för detaljer.
- 15/5 kl 12.00 **Vårlunch!** Plats: Restaurang Novisen, Tumba gymnasium. 120:-/person, lättöl 20:-, vin eller starköl 35:-. Fullbokat, men eftersom det är över en månad kvar till sittningen finns det en möjlighet att ställa sig som **reserv**. Mycket kan hända på en månad. Så tveka inte utan hör av dig till Ingegerd Johansson 070 446 48 06 eller ingegerd.johansson.99@gmail.com. Betala senast 3/5 till vårt plusgirokonto **61 95 73-9**, inkludera ev kostnad för dricka, och skriv vem/vilka det gäller!

Yogan i Tullinge fortsätter och att det går att prova på för 100 kr. Kontakta **Berit Åsberg 070-530 49 19**, SPF Grödinge, för information.

SPF Botkyrkas studiecirklar

Hjälp med start

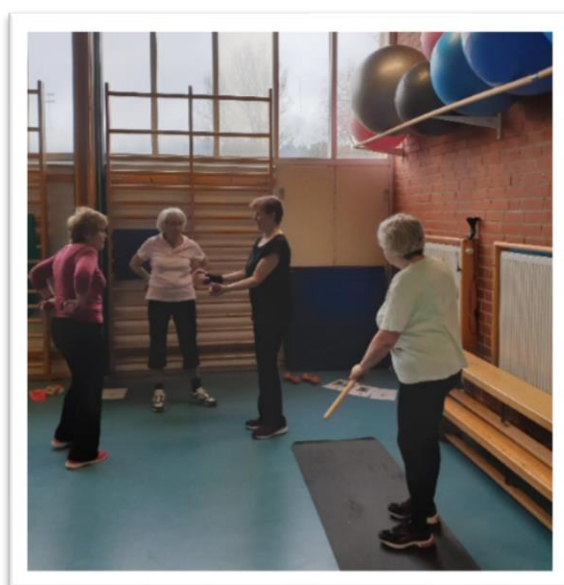
Vill du lära dig mer i något specifikt ämne? Vill du träffa människor som har samma intresse som du? **Använd vårt veckobrev och efterlys kompisar.** Ta kontakt med Håkan Thunberg, som är redaktör för vårt veckoblad, 073-962 03 34 eller skicka mail till hakan-thunberg@tele2.se.

Ta gärna kontakt med mig om du vill få hjälp att starta en cirkel.

Elsie Astridsdotter (elsie.astrids@comhem.se)

Studieombud

073-329 29 91



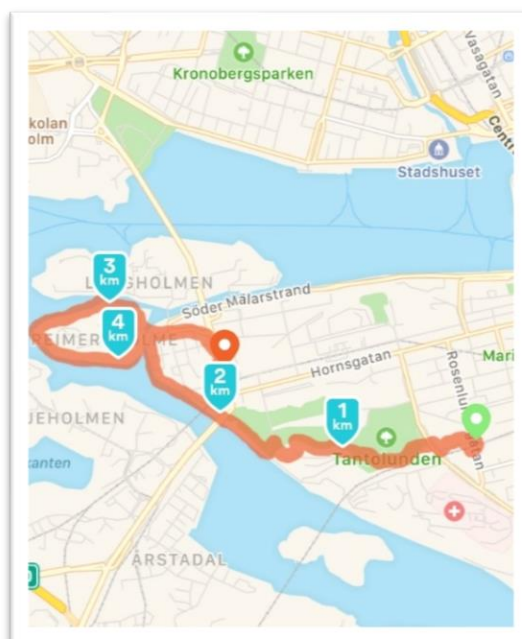
Sista gången på Balansträningen. Inte bara träning för balansen utan även fallteknik och viss styrketräning. Längtar redan till fortsättningen i höst. Tack Kerstin o Ann-Margret.

I höst kommer de starta en till kurs för de som inte varit med tidigare. / Saga



Vi var 16 st. som trotsade blåsten och kylan och gick 5 km i Tantolunden och Reimersholme. Avslutade med härlig lunch på Klang vid Hornstull.





Repetition:

14/4 kl 15.00

"Kören **Nova Cantica** har vårkonsert i Rönninge Folkets Hus. Vi kommer att framföra ett antal gamla fina "Evergreens". Förra årets konsert "Feelings of Jazz" drog många SPF:are och vi tror och hoppas att årets musikval också skulle passa oss SPF:are (vi är rätt många i kören också)."

Längst ner i veckobrevet hittar ni deras affisch och en presentation av kör med mera

Stockholmsdistriktets resor:

27 – 29 maj

Kryssning till Höga Kusten och Härnösand med Birka Cruises. Pris från 2.685:-, kontakta 08-24 15 25.

5 – 8 juni

Kulturhelg i våra Tallinn i samarbete med Tallink: La Traviata på nationaloperan Estonia och Konrad Mägis konst på konstmuseet KUMU. Pris: 2.825:-. 12 platser kvar (25/3). Kontakta senioransvarig på Tallink, 08-666 33 33.

15 – 23 september

Minnesota, medlemsresa i Vilhelm Mobergs och Utvandarnas fotspår i samarbete med CK:s Resor. Pris

27.985:-, kontakta christer@cksresor.se eller 044-209 090.

- 31 okt – 12 nov **Borneo och Singapore** i samarbete med Lotus Travel, resan skall vara strapatsfri. Pris 29.950:-, mer info [här](#).
- 10 nov – 1 dec **Sicilien - Långtidssemester vid havet i mysiga Cefalù med ReseSkaparna.** Pris 18.950:-, mer info och anmälan [här](#).
29 april kl 10 – 11.30 blir det en informationsträff om resan på Stockholmsdistriktets kansli, Torsgatan 37. Anmälan till den: ReseSkaparna, 08 – 94 40 40, info@reseskaparna.se.
- 30 juni, 2 och 4 juli gör Cinderella kryssningar till **Visby**, två nätter ombord och en dag iland. Priset är 2.315:-/person efter seniorrabatt (100:-). Detta är under politikerveckan i Almedalen. Resan ordnas i samarbete mellan Björcks Resor och Viking Line. Kontakta Björcks Resor på 08-550 192 15 eller info@bjorcks.se och uppge koden Senior Visby vid bokning.
- Stockholmsdistriktet** anordnar en rad temaprogram i samarbete med t ex olika museer i Stockholm:
- 13/4 kl **Tiggarna** på Teater Giljotin, se [här](#).
- 15/4 kl 13 - 16 Seminarium "**Våldet går inte i pension**" Ett seminarium om våld mot äldre i nära relationer! Vad vet vi egentligen om förekomsten av våld bland äldre? Finns det forskning och kunskap?
Kom och lyssna på representanter från bland annat NCK (Nationell Centrum för kvinnofrid), Äldrecentrum och Äldreförvaltningen i Stockholm som ger oss kunskap och information om dessa svåra frågor.
För alla intresserade medlemmar.
ABF-huset, Sveavägen 41
Anmälan till: info@spfstockholm.se
- 17/4 kl 14.00 **Vikingaliv – Bland valkyrior och husfruar** Pris 120:- vilket inkluderar en tur med Ragnfrids Saga. Anmälan till info@spfstockholm.se, eller 08-720 77 30. Vikingaliv hittas på Djurgårdsvägen 48, nära Liljevalchs och Gröna Lund.

25/4 kl 13 – 14.30 **Mötesplats Tekniska Museet** (ingen mer info).
3/5 kl **Tiggarna** på Teater Giljotin, se [här](#).
9/5 kl 13.00 **Linje Lusta** på Dramatens lilla scen, se [här](#).
T o m 27/4 **Människans hemlighet** på Playhouse Teater, se [här](#).

Botkyrka Riksteaterförening visar under april:

14/4 kl 18.00 **Best of Opera med Divine** på Tumbascenen
18/4 kl 19.00 **Nationalparken** i Hallunda Folkets Hus
24/4 kl 12.00 **4 Gubbs** i Tumbascenens Café Garbo
28/4 kl 18.00 **Sällskapsrummet** i Hallunda Folkets Hus

Riksteaterföreningens hemsida hittar du [här](#).

Till sist:

Val till Europaparlamentet

Den 26 maj är dag för val till Europaparlamentet i Sverige. Väljarna avgör vilka 21 personer som ska representera dem i den lagstiftande församlingen. Förbundets engagemang i valet tar hjälp av vårt medlemskap i AGE Platform Europe. Organisationens manifest med seniorpolitiska krav och verktygslåda för valarbete översätts till svenska och kommer att finnas tillgängliga på förbundets intranät.

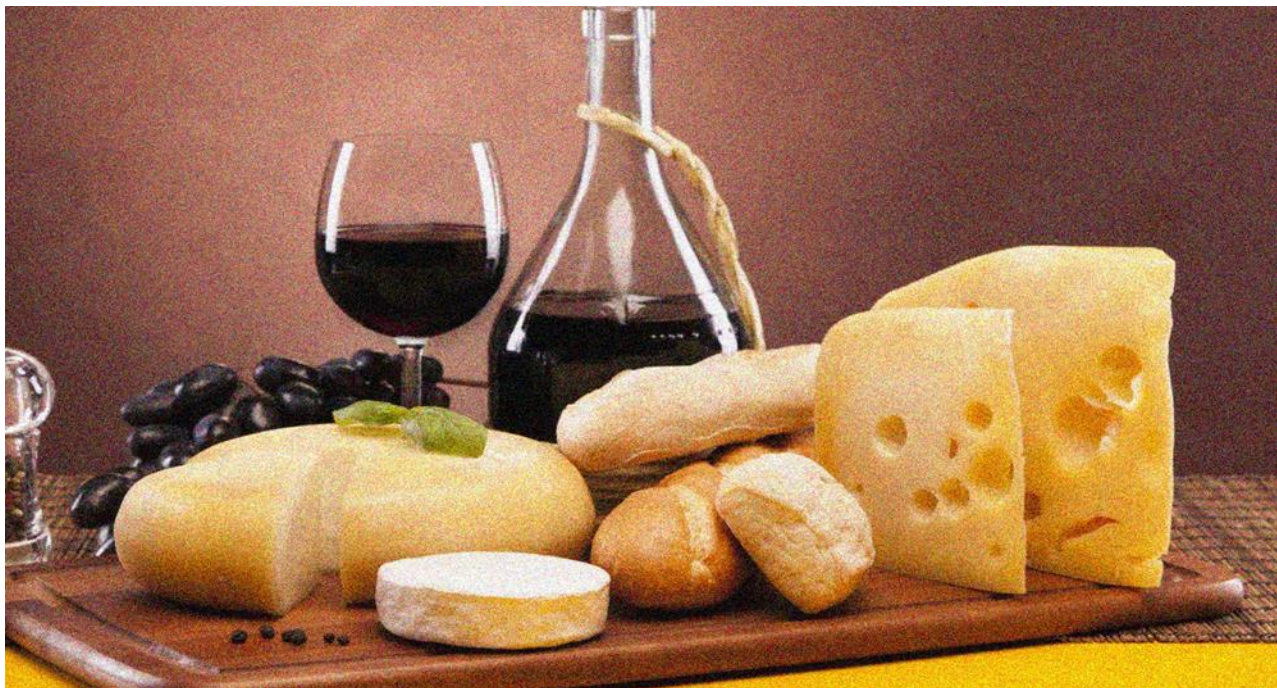
Av aktuella valsedlar framgår att endast 7,4 procent av kandidaterna är 65 år eller äldre. Det är till och med sämre än förra valet 2014. Det är med andra ord dags att damma av vår kampanjknapp från i höstas: *Kryssa en senior!* (*Seniorbladet nr 3*)

En skön påskhelg tillönskas er alla!

Skrolla neråt så hittar ni infon om ost- och vinprovningen, och Nova Cantica.

Vänliga hälsningar från styrelsen

gm *Elisabeth Bäckman*, ordförande, och *Håkan Thunberg*, redaktör



INBJUDAN TILL VÅRA MEDLEMMAR VIN- OCH OSTPROVNING

Vi testar fyra röda viner med en gemensam nämnare med Systembolagets expertbedömning. Provningsprotokoll utdelas.

Liten tävling med priser. Därefter "ostskola" med ostbuffé och kex.

Kom och lär litet mer om vin och våra ostfamiljer!

Ledare: Karin Dierks-Eckardt, SPF Björkhagen-Hammarbyhöjden

**Torsdagen den 9 maj 2019, kl 14.00, Seniorhuset, Gröndalsvägen 2,
i Tumba**

**Anmälan senast den 25 april 2019 till Saga Andersson, 0708-706654,
mail: anderssonsaga@outlook.com. Anmälan är bindande.**

Kronor 250 betalas senast den 29 april till vårt plusgiro: 61 95 73-9

Välkomna!

EVERGREENS

KONSERT i RÖNNINGE FOLKETS HUS

Söndagen den 14/4 2019 KL 15.00

MED KÖREN



Dirigent Helena Gautier

Gästmusiker

ERIK PERSSONS KVARTETT



© Can Stock Photo - csp14810019

VÄLKOMMEN!

Entré 150 kronor (kontant/swish) inkl kaffe/té och hembakat

Under 18 år fri entré.

Se vidare www.novaswe.blogspot.se

NOVA CANTICA

Kören bildades 1984 och har funnits i Tumba sedan dess. Vi sjunger allt ifrån svensk folkmusik, gospel, mjukpop och evergreens och nu ska vi sjunga en hel del jazzlåtar tillsammans med Erik Perssons Kvartett i vår cafékonsert "EVERGREENS" i Rönninge Folkets Hus söndagen den 14 april kl. 15.00

Kören har också en mycket duktig och kunnig dirigent/körledare/solist -

Helena Gautier - sedan hösten 2011

Varje valborgsmässoafton sjunger vi in Våren vid Vasastugan i Rönninge och på Lida Friluftsgård.

Varje år ger vi också Adventskonserter inom kommunen oftast i Tumba kyrka.

ERIK PERSSONS KVARTETT

Erik Persson är en välkänd och etablerad saxofonist som sedan länge leder sitt band Jambalaya och har också tidigare spelat många år i Kustbandet.

Pelle Larsson är en mycket uppskattad swing- och dixielandpianist och har i många år spelat i Jack Lidströms Hep Cats

Krister Ohlsson har spelat trummor både i Kustbandet och Jambalaya och spelar ofta med Christer Fellers Imperial Band

Ove Gustavsson är en mycket rutinerad basist och har bland annat kompat Cornelis Vreeswijk och spelat mycket i Swingsters och Jambalaya