

Bästa SPF:are!

Någonstans i vår kommun finns denna hisnande trappa, 10-12 våningar hög. Var?

Även vi seniorer gör rätt i att sikta högt, både när det gäller livskvalitet och medbestämmande i politiska frågor. Därför känns det glädjande att vi t ex lyckats få gehör för vårt krav på större valfrihet i äldreomsorgen. Efter ett prestigelöst och ambitiöst förarbete har politikerna kommit fram till en lösning som vi kan vara nöjda med: Hälften av hemtjänsten skall bedrivas av externa aktörer, hälften av kommunen.

Vi fortsätter att driva våra frågor i KPR, Kommunala pensionärsrådet, ofta i nära samarbete med PRO.



Förra veckans vädjan om aktiviteter till höstens programblad har gett visst resultat, men vi tar gärna emot fler förslag. Skicka dem till hakan-thunberg@tele2.se.



Månadsträffen den 29 april var välbesökt och bjöd på saklig information av ögonläkare Anna Kullhed plus en både saklig och underhållande halvtimme med Curt Carlsson, infödd Tumbabo med många talanger. Glädjande nog kan vi få höra mer av honom på vi PUB-träffen den 23 maj kl 16.00. Mer om detta senare.

Aktuellt:

7/5 kl 11-16

Seniordagen i Kungsträdgården. För mer info, se det digitala Distriktsbladet som kom den 25/4. Där finns även en hel del annat av intresse.

7/5 kl 18.00

Botkyrka kommun har bjudit in **Försvarsutbildarna**, tisdag den 7 maj kl 18:00-21:00. På föreläsningen **För din säkerhet** får du grundläggande kunskaper om var du hittar information vid kriser, hur du skapar din egen beredskap inför att värme, vatten eller el saknas hemma. Du stärker din egen förmåga att ta hand om dig själv och dina nära vid kriser i samhället. Läs mer i bifogad inbjudan, sist i veckobrevet.

Kan du inte närvara hittar du information på:

<https://www.dinsakerhet.se/>

8/5 kl 09.50

Onsdagsvandring: "Tag pendeltåget från Tumba kl 9.59. Från Tullinge C kl 10.03. Åk längst fram i tåget. Avstigning i Huddinge C, där väntar Nina som leder vandringen.

Vi går genom Fullersta och äter lunch på O´Learys i Huddinge C. Väl mött hälsar Marianne."

8/5 kl 14.00

Besök på **Strindbergsmuseet**, Drottninggatan 85
Visningen tar ca 50 minuter och kostar 50 kr per person, guide 900 kr. Betalning sker kontant eller med swish vid entrén. Samling utanför porten till museet kl. 13.45. Bindande anmälan till Elsie Astridsdotter senast 2 maj. Tel. 08-53252293, mobil 073-3292991
elsie.astrids@comhem.se

OBS! Om antalet deltagare blir mindre än 10 ställs besöket in. Bord är reserverat på restaurang Rydbergs, Drottninggatan 88, kl. 12.00 för dem som vill äta lunch på stan före museibesöket. Pris för lunch när den serveras vid bordet: 157 kr (sallad, bröd, smör ingår, men ej kaffe.) Ett glas vin: 89 kr. Ressällskap bestämmer vi vid anmälan. Det beror ju på om man ska äta lunch på Rydbergs eller ej.

9/5 kl 14.00

Vin- och ostprovning i Seniorhuset. Ledare är Karin Dierks-Eckardt från SPF Björkhagen-Hammarby-höjden. Pris: 250 kr/person. Ett fåtal platser kvar!
Anmälan, som är bindande, till Saga Andersson, anderssonsaga@outlook.com.
Betala *omgående* till Pg 61 95 73-9

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 ingegeerd.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!

23/5 kl 16.00

PUB i Seniorhuset, SeniorNet arrangerar. Som nämnts ovan berättar Curt Carlsson, kanske spelar han också.

Repetition:

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:-. Kontakta senioransvarig på Tallink, 08-666 33 33.
- 15 – 23 september **Minnesota**, medlemsresa i Vilhelm Mobergs och Utvandrarnas 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:

9/5 kl 13.00 **Linje Lusta** på Dramatens lilla scen, se [här](#).

16 – 18 maj kan man följa med Riksförbundet Svensk Trädgård till **Växtmarknaden i Türi**, Estland, se annons sist i veckobladet.

22/9 anordnar PRO Botkyrka en resa till Åland, **Skördefest på Åland**, som vi är välkomna att följa med på, annons kommer i nästa veckoblad, när det blir plats... Anmälan skall göras senast 31/5. Detta som en aptitretare.

Till sist:

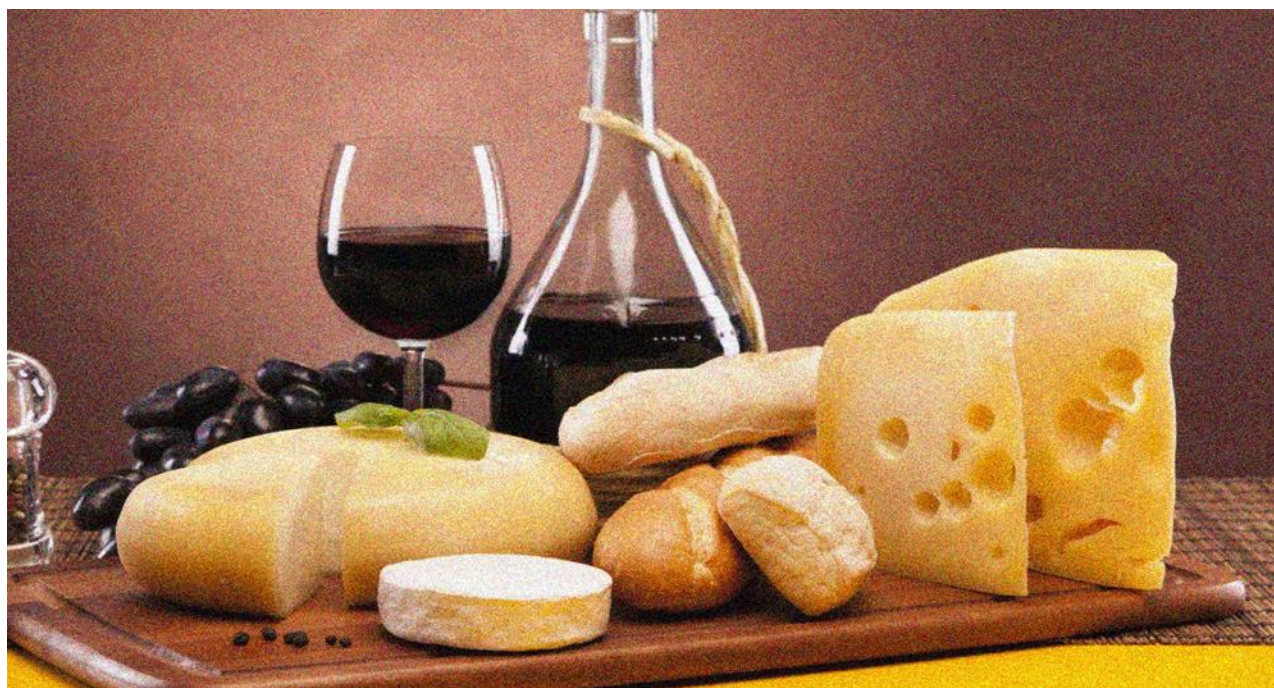
Val till Europaparlamentet - nu är det dags!

Från och med den 8 maj och fram till valdagen den 26 kan du förtidsrösta på medborgarkontoren. I det parlamentariska läge som råder är varje röst betydelsefull, även din!

Skrolla neråt så hittar ni infon om ost- och vinprovningen, trädgårdsresan och försvarsutbildarna.

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!

FÖLJ MED TILL VÄXTMARKNADEN I ESTLAND



Välkommen på en kryssning med Riksförbundet Svensk Trädgård till den populära växtmarknaden i Türi, Estland. Under båtresan får du lyssna på intressanta föredrag av trädgårdsmästaren John Taylor, trädgårdsjournalisten Gunnel Carlsson och dessutom träffa Svensk trädgårds kunniga rådgivare. Ett måste för den trädgårdsintresserade!

Bokas via telefon 08-666 33 33

KRYSSNING 16-18 MAJ

Pris från 1 638:- /per person
(Gäller när 4 pers bor i B-hytt)

INGÅR: Hytt i vald hyttkategori samt båtresa tur/retur, frukost, gemensam buffémiddag inklusive dryck på utresan, välkomstdrink, föreläsningar ombord inklusive kaffebuffé med smörgås, busstransfer tur/retur till trädgårdsmarknaden i Türi, entrébiljett till marknaden.

KRYSSNING 16-19 MAJ MED ÖVERNATTNING PÅ TALLINK CITY HOTEL

Pris från 2 775:- /per person
(Gäller när 4 pers bor i B-hytt)

INGÅR: Hytt i vald hyttkategori samt båtresa tur/retur, frukost, gemensam buffémiddag inklusive dryck på utresan, välkomstdrink, föreläsningar ombord inklusive kaffebuffé med smörgås, busstransfer tur/retur till trädgårdsmarknaden i Türi, entrébiljett till marknaden, övernattnig med frukost på Tallink City hotell, transfer från hotellet till båten på avresedagen.

Under båtresan får du lyssna på intressanta föredrag av trädgårdsmästaren John Taylor, trädgårdsjournalisten Gunnel Carlsson och dessutom träffa Svensk trädgårds kunniga rådgivare. Ett måste för den trädgårdsintresserade!

Bokas via telefon 08-666 33 33

KRYSSNING 16-18 MAJ

Pris från 1 638:- /per person
(Gäller när 4 pers bor i B-hytt)

INGÅR: Hytt i vald hyttkategori samt båtresan tur/retur, frukost, gemensam buffémiddag inklusive dryck på utresan, välkomstdrink, föreläsningar ombord inklusive kaffebuffé med smörgås, busstransfer tur/retur till trädgårdsmarknaden i Türi, entrébiljett till marknaden.

KRYSSNING 16-19 MAJ MED ÖVERNATTNING PÅ TALLINK CITY HOTEL

Pris från 2 775:- /per person
(Gäller när 4 pers bor i B-hytt)

INGÅR: Hytt i vald hyttkategori samt båtresan tur/retur, frukost, gemensam buffémiddag inklusive dryck på utresan, välkomstdrink, föreläsningar ombord inklusive kaffebuffé med smörgås, busstransfer tur/retur till trädgårdsmarknaden i Türi, entrébiljett till marknaden, övernattning med frukost på Tallink City hotell, transfer från hotellet till båten på avresedagen.

ANNA KORSVIK

Key Account Manager

-

TALLINK SILJA AB

HAMNPIRSVÄGEN 10, BOX 27295, S-102 53 STOCKHOLM,
SWEDEN

-

PHONE: 08- 666 3477

WWW.TALLINKSILJA.SE

Datum och plats**DATUM****190507****TID****18.00 – 21.00**

Fika finns från ca

klockan **17.30****PLATS**Excenter Nisellsalen,
Utbildningsvägen 3, 14740
Tumba**ANMÄLAN SENAST****190502****ANMÄL DIG VIA
FÖRSVARsutBILDAR
NAS HEMSIDA**www.forsvarsutbildarna.se/[kris](http://www.forsvarsutbildarna.se/kris)

Foto: Gustav Idhammar

**Krislådan**Finansieras av Myndigheten för
samhällsskydd och beredskap

INBJUDAN TILL

För din säkerhet!

När katastrofen är ett faktum, det oförutsedda har inträffat eller det som du visste inte fick hända har blivit verklighet! Vad betyder det för dig att hantera en situation när ljuset inte tänds när du slår på strömbrytaren, mobilen är död och internet har slutat fungera?

På **För din säkerhet!** får du grundläggande kunskaper om var du hittar information vid kriser, hur du skapar din egen beredskap inför att värme, vatten eller el saknas hemma. Du stärker din egen förmåga att ta hand om dig själv och dina nära vid kriser i samhället.

Vi riktar oss till dig som är 16 år och äldre.

Anmälan: www.forsvarsutbildarna.se/kris

Eventuella frågor besvaras av:

fdsstockholm@forsvarsutbildarna.se

För din säkerhet! är kostnadsfritt.

Kom gärna i god tid.

Välkommen!

Försvarsutbildarna i samarbete med Botkyrka kommun

Försvarsutbildarna är en rikstäckande frivillig försvarsorganisation och vår verksamhet omfattar från den enskildes säkerhet till samhällets försvar.