SENIORERNA Botkyrka

Bästa SPF:are! Vecka 37 2019

Fina höstdagar, ny vecka, nya aktiviteter.

BOULE
Rapport från våra duktiga boulespelare: ”Tidigare i år var vi i Enakulan (Enköping) och spelade boule, då hade vi bästa placering som 2:a bland 102 lag.
Nu har vi varit och representerat SPF Botkyrka i Rimbo. 96 lag tävlande och vi hade 3 lag med.
Botkyrka lag 1 kom på 10:e plats och det var Kent, Stig o Christer, och Botkyrka lag 3 kom på 11:e plats med samma poäng. Botkyrka lag 2 på 34:e plats.”

YOGA
Vi kan ev. ordna yoga på Tullinge yogacenter, tisdagar kl 14 precis som vanligt. Men vi måste vara 10 st; det blir 10 gånger och det kostar 1200 kr. Om du är intresserad hör av dig till Berit Åsberg 070-530 49 19 eller berit.asberg@telia.com.

Sightseeing i Stockholm med amfibiebuss
Vi planerar för en tur med bussen fredag 25 oktober kl 10.30. Turen går på land och vatten under ca 75 minuter och kostar 290 kr.

Intresseanmälan till Håkan Thunberg, Hakan-Thunberg@tele2.se eller 073-962 03 34 för att vi skall få en uppfattning om hur många platser vi behöver reservera. Betalning sker på bussen.

Aktuellt:

Må 9/9 kl 11.15	Start för **Balansträning/styrketräning** Plats: Storvretshallen, lilla gymnastiksalen. Såväl nybörjare som fortsättare är välkomna. Sex tillfällen, kostnad 300 kr/person. Begränsat deltagarantal. Bindande anmälan till Ingegerd Johansson, 070-446 48 06 eller ingegerd.johansson.99@gmail.com
Ti 10/9 kl 11.00	**Bowling** Plats: Heron City, Kungens kurva Inget seriöst tävlande. Viss handledning kan erbjudas. Nya deltagare välkomna! Kontaktperson: Björn Zethraeus, 08-778 07 89.
Ti 10/9 kl 15.10	Start för **nybörjarkurs i squaredance**. Plats: ABF-huset i Huddinge, Kommunalvägen 26, vid Huddinge kyrka. Kom gärna och prova på några gånger! Kontaktperson: Robert Ervenius, 08-774 30 37 e-post info@husq.se Se även hemsidan www.husq.se
On 11/9 kl 10.00	**Hälsa-cirkeln startar**: Samtal om att bli gammal och de problem det för med sig i vardagen. Deltagarna bestämmer själva vilka frågor som ska tas upp. Plats: Seniorhuset, Grödingevägen 2, Tumba. Anmäl dig till Anders Magnusson, 073-979 17 88
On 11 - 18/9	**Vandringsresa till Hinterglemm**
To 12/9	**Squaredance, fortsättning**. För kontakt och info, se 10/9 ovan.

Sö 15/9 kl 14	**Botkyrka Brass** spelar på Tumba Bruks snart 100-åriga Musikpaviljong. Guidad tur med Curt Carlsson börjar kl 12, avslutas med musik. Samling vid Bruksmuséet. Bidrag gärna till musiken. Arr: Curt Carlsson och Botkyrka Brass.
Sö 15 – 19/9	Resa till **Wien och Budapest**
To 19/9	Skaldjurskryssning med Birka Cruises. Mer info på hemsidan: www.spfseniorerna.se/stockholmsdistriktet

Missa inte **Seniorveckan**, som anordnas av Botkyrka kommun, SPF, PRO och en rad andra ideella organisationer! Veckan invigs måndag den **16/9** kl 11.00 i Tumbascenens foajé med seniormässa, Botkyrkabakelse och sång av Marie Bergman. SPF finns naturligtvis på plats. Vi är också med och ordnar **öppet hus i Seniorhuset onsdag den 18/9.**
Adress: Grödingevägen 2, Tumba

18/9 från kl 11	PRO bjuder på sopplunch
kl 13.00	Björn Eriksson, f d rikspolischef, talar om ”Vad händer när kontanterna försvinner?”
ca kl 14.15	SeniorNet presenterar sin verksamhet och bjuder på fika. SPF presenterar sin verksamhet. Elisabeth Bäckman visar bilder från Galapagos och tipsar om hur man kan göra långresor till rimliga priser. Vi bjuder på dryck och snacks.

Alla aktiviteter under seniorveckan är gratis, men vissa programpunkter kräver föranmälan. Se hela programmet på www.botkyrka.se/senior.

Information från Botkyrka Riksteaterförening och lite annat kommer sist i veckobladet.

Vänliga hälsningar från styrelsen gm
Elisabeth Bäckman, ordförande, och *Håkan Thunberg*, redaktör

---

Botkyrka Riksteaterförening generellt:
Hemsida: www.riksteatern.se/botkyrka

E-post: botkyrka@riksteatern.se
SPFs kontaktperson: Bodil Nordström, tel 08-778 25 98
Som SPF-medlem får du biljett till scenpasspris (det som anges nedan).

Föreställningar i september, på hemsidan hittar du all info:

Sö 8/9 kl 18.00	**Allt som är värt**, 200 kr, Riksteatern
Lö 14/ kl 15.00	**ÄTA SJÄLV**, 50 kr, Tumbascenen (familjeföreställning)
To 19/9 kl 12.00	**Änglar finns** (sopplunch), 225 kr, Café Garbo. OBS eget bokningssätt från 2/9 09.00.
Lö 21/9 kl 15.00	**HUGO – elak, blodtörstig och jättefarlig**, 50 kr, Folkets Hus Hallunda (familjeföreställning)
Sö 29/9 kl 18.00	**Axel von Fersens charmkurs**, 200 kr, Segersjö Folkets Hus

Tumbascenen visar såväl film som opera på bio. De har hemsidan http://www.folketshustumba.se/

Opera på bio:

Sö 8/9 kl 15.00	**Glada änkan** (Henrik Dorsins version), 160 kr, operett
On 11/9 kl 13.30	Dito
Må 9/9 kl 16.30	**Gaugin på Tahiti – ett förlorat paradis**, 130 kr, konst på bio
Ti 17/9 kl 18.00	**La Bohème**, 200 kr, opera
On 18/9 kl 13.30	Dito

Ti 24/9 kl 18.00 **Aida**, 200 kr, opera
On 25/9 kl 13.30 Dito

Film:
Priset är 100 kr om inte annat anges, cafébio innebär att fika ingår från kl 13.00.

Lö 7/9 kl 13.00 **Toy Story 4**, 90 kr vuxen, 70 kr barn
Sö 8/9 kl 12.00 Dito

Sö 8/9 kl 19.00 **Hasse och Tage – en kärlekshistoria**
Ti 10/9 kl 14.00 Dito (cafébio)
On 11/9 kl 19.00 Dito

Må 9/9 kl 14.00 **Once Upon a Time in Hollywood**, cafébio
Ti 10/9 kl 19.00 Dito

Sö 15/9 kl 16.00 **Blue Note Records: Beyond the Notes**
To 19/9 kl 15.00 Dito

Sö 15/9 kl 19.00 **Downton Abbey**
Må 16/9 kl 16.00 Dito, cafébio
On 18/9 kl 19,00 Dito

Sö 22/9 kl 14.00 **Felix på vilda äventyr**, 90 kr vuxen, 70 kr barn

Sö 22/9 kl 19.00 **Brevbäraren som byggde ett palats**
Ti 24/9 kl 14.00 Dito, cafébio
To 26/9 kl 19.00 Dito