

Bästa SPF-are!

Vecka 42 2025



Morgondimman lättar. Slagsta 9/10

Aktuellt vecka 42:

To 13/10 kl 13.00 **Canasta** i Seniorhuset. Kontaktperson: Saga Andersson

On 15/10 kl 11.00 Ingen onsdagsvandring i dag, i stället bjuder vi alla som fyller 85, 90 eller 95 på lunch på restaurang Novisen. Inbjudan har gått ut till samtliga berörda.
Kontaktperson: Marianne Backman

Senare:

Sö 19/10 kl **Nybörjarkurs (3 tillfällen) i linedance**
Intresserade kan höra av sig till
info@tumbagymmix.se eller SMS 070 656 24 76
Med vänlig hälsning, Kerstin Nyberg, Tumba Golf

On 22/10 kl 14.00 **Digital tillgänglighet och funktionsrätt - ett webinarium för digital inkludering**

Alla medborgare oavsett funktionsnedsättning ska kunna vara delaktiga i samhället. PTS, Post- och telestyrelsen, informerar om lagar, vilka rättigheter medborgare har vad gäller tillgänglighet och funktion samt vilka hjälpmedel som finns vid nedsatt hörsel och syn eller försämrad

kognition. Exempel på olika samtalstjänster är Teletal där SPF Seniorernas representant Sten Arnekrans informerar. PTS visar bland annat ett nytt vägledningsmaterial/guide gällande Tillgänglighetsinställningar i mobil och upplyser om Kontaktcenter och Digitalhjälp, som ger stöd i vardagen.

I enlighet med SPF Seniorernas *Mål och strategi 2026 -2029* ska vi "stärka digital kompetens och delaktighet bland seniorer genom utbildningar och stödinsatser."

Datum och tid: 22 oktober kl. 14.00-15.30

Varmt välkommen!

Registrering och anmälan: https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_thuy7YkuTQG16tDDE8mnsQ

Utskickat till distrikt och föreningar;

Syn och hörsel, folkhälsa, webbredaktörer, studieombud, utbildningsansvariga, pensionärsråd.

Fr 24/10 kl 14.00 **Bioträffen** visar Konklaven

Må 27/10 kl 13.00 **Månadsmöte:** *Att restaurera Botkyrka kyrka*

Fr 14/11 fm **Lunchkonsert i Uppsala Konserthus**
Konsertresan till Uppsala är nu fulltecknad.
* * * * *

On 15/10 kl 18.00 **SÖDERTÄLJE SLÄKTFORSKARFÖRENING** har ett, t intressant föredrag om emigrationen till Amerika.

Med vänlig hälsning
Södertälje Släktforskarförening
Gunnar Engström
(Informationsgruppen)

Emigration till AMERIKA

Föreläsaren
Bengt Herrman

Berättar om den unika livsomvälvande
och utmanande livsupplevelsen våra
emigranter fick på färden över Atlanten
och i Amerika.

Onsdagen den 15 oktober kl. 18 -20.30

Folkuniversitetets lokaler Storgatan 3, 6 tr. Södertälje (End. Hiss)

Avg. Medlemmar 40 kr - Icke medlemmar 80 kr



Södertälje Släktforskarförning
Folkuniversitetet

* * * * *

Volontärer söks till höstens Seniorfestival på Stockholm mässan i Älvsjö.

I år går den av stapeln den 23 till 25 oktober och våra arbetspass är;
10.00-12.00, 12.00-14.00 och 14.00-16.00

Min förhoppning är att du har möjlighet att kunna vara med och det är verkligen trevligt att få möta besökarna och prata om SPF Seniorerna
Vi bjuder alla som ställer upp på matbiljett samt att du också får en fin SPF Seniorerna pikétröja

Om du har möjlighet att vara med och hjälpa till så ber jag dig att svara till monia.sturen@gmail.com med namn, tel/mobil nr och din förenings namn. Ange även önskade datum och arbetspass.

Tack på förhand!

Allt gott

Monia Sturén

Sammanställande i kommunikationsgruppen

Tfn 070-5117656

* * * * *

Salem padel vill få igång aktiva pensionärer i närområdet. Salem och Botkyrka. Vi vet att det finns många där ute och har en idé att ha veteran-/pensionärpadel, med gemensam fika efteråt. I början skulle vi kunna få

tid med en tränare som visar spelet och regler.
Skulle detta vara intressant för er?

Vi tänker:

Tisdagar och torsdagar kl 10-12

(Eller andra tider om ni önskar det)

Vi står för rack och en kopp kaffe efteråt, bollar finns alltid i hallen.

Vad tycker ni om det förslaget?

Ni kan alltid ringa mig.

073-917 36 40

Madeleine Wennerholm

* * * * *



Föreningen

Botkyrka Julkonsert

16 oktober	Författarporträtt med film och uppläsning av skådespelare, Sopplunch, Café Garbo
13 november	Börjar om från början med Sven-Ingvars musik, Sopplunch, Café Garbo
4 december	Julgrötslunch med Hanna Schröder, Lars Westre m fl, Café Garbo

Inbjuder

till en litterär sopplunch med ett författarporträtt om



med 30 minuters dokumentärfilm av Roger Persson och 20-25 minuters högläsning av en skådespelare.

När: To 16 oktober 2025

Plats: Café Garbo Tumbascenen

Kl: 12.00-13.00

Insläpp 11.15

Soppan serveras kl. 11.30

Pris 225 kronor. Medlem 200 kronor

Biljetter: www.botkyrkajulkonsert.se

Köpta/beställda biljetter återköpes ej



inbjuder till en teaterresa

till Östgötateatern i Norrköping och komedin "Potus" (President Of The United States). Söndagen den 23 november 2025 kl 16.00

Föreställningen tar oss med in i Vita husets korridorer, där krishantering hör till vardagen – och denna dag har presidenten trampat rejält i klaveret. Vi följer sju kvinnor, alla på olika sätt sammanflätade med – och i skuggan av – världens mäktigaste man. Deras öden, tillkortakommanden och briljans vävs samman i en absurd, skruvad och obarmhärtigt rolig berättelse om makt och lojalitet. Samtidigt vilar en fråga över dem alla: Har inte patriarkatets "bäst före-datum" redan passerats?

Pris: 775 kronor, medlemspris 725 kronor

Biljetter köpes **senast den 1 november 2025** på
www.botkyrkajulkonsert.se

**OBS!!! Köpta biljetter återlöses vid inställd resa. Blir resan av
återlöses ej köpta biljetter.**

Vi intar en god lunch på Stavsjö vårdshus på nervägen.

**I priset ingår bussresa, lunch, teaterbiljett samt lite färdkost på
hemvägen.**

Bussen avgår

KL.11.15 från Tullinge station,

Kl. 11.30 från parkeringen vid gröna kommunalhuset Tumba,

Kl. 11.45 från Hallunda C vid tunnelbaneutgången.

Viktigt att passa tiden. (Det underlättar att komma ca 10 min. före avgång)
För matbeställning och val av upphämningsplats kommer mail att skickas
ut separat efter biljettköp.

Välkommen



I samarbete med



och

VI SES PÅ EN SCEN NÄRA DIG

Biljetter köpes via vår hemsida www.botkyrkajulkonsert.se

(Övrigt i planeringskalendern kommer att presenteras närmre aktuella
datum.)

* * * * *

SeniorNet: Har öppet IT-café på onsdagar klockan 14 - 16.

[Programlista hösten 2025.](#)

[Mer information på vår hemsida](#)

Varmt välkommen

SeniorNet Botkyrka

OBS! SeniorNet i Salem har inte rabatterade priser för medlemmar i SPF. Texten på sid 25 i programbladet gäller alltså bara SeniorNet Botkyrka!

* * * * *

Ett restips: Skidåkning i Andorra



För dig som vill ha någon att åka utförsåkning med: Vecka 12, dvs 15-22 mars, anordnar resebyrån Quality Travel en seniorresa till Andorra. För ca 14 000 kr får man hotell, halvpension och skidguide 4 dagar av 6. För dig som fyllt 75 år liftkortet gratis. Info på nätet: Qtravel.se/seniorvecka eller gå in på Qtravel.se och klicka vidare till Temaresor. Där hittar du Seniorresor. Enligt hemsidan finns det 4 platser kvar när detta skrivs. Det vore trevligt att få sällskap av några SPF-are!

Vill du veta mer om Andorra som skidort, kontakta undertecknad.

Elisabeth Bäckman, kontaktuppgifter längre ned.

* * * * *

Vänliga hälsningar från oss i den nya, utökade styrelsen genom

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

Kontaktuppgifter:

SPF Seniorerna Botkyrka: botkyrka@spfseniorerna.se

Elisabeth Bäckman: elisabethbackman@outlook.com 072-253 63 39 Krokvägen 8, 14638 Tullinge	Håkan Thunberg: hakanthunberg5@gmail.com 073-962 03 34
Anders Magnusson andersmagnusson7@gmail.com 073-979 17 88	Saga Andersson anderssonsaga@outlook.com 070-870 66 54
Lennart Blixth blithlennart@gmail.com 070-322 00 17	Marianne Backman mariannebackman1950@gmail.com 070-286 15 10
Jarl Johansson jarl@percico.com 070-755 32 55	Britta Berglund briber30@gmail.com 073-805 28 38
Monica Erlandsson Monica.erlandsson@hotmail.se 070-368 92 22	Eva Jansson mormoreva25@gmail.com 070-759 91 52
Olle Glimvik (adjungerad) olle.glimvik@gmail.com 070-255 65 48	Sten Halvarsson (adjungerad) sten.halvarsson@hotmail.com 072- 52 060 52

Botkyrka Riksteaterförening

Biljetter köps antingen via hemsidan www.riksteatern.se/botkyrka eller via Ticksters kundtjänst, 077-147 70 70. Köp på plats sker kontant eller via Swish.

Lö 18/10 kl 19.00 **B.U.S. – Bedårande Under Stress**, Tumbascenen
Musikteater, Show

De folkkära kabarédivorna är tillbaka med en ny show. Blossom Tainton, Gladys del Pilar, Kayode "Kayo" Shekoni, Vivian Cardinal, och Fransesca Quartey, dammar av sina fjäderboor och ger sig i kast med uppföljaren till succéshowen B.U.S! - Brun Utan Sol. Tretton år har gått sedan sist och mycket har hänt under tiden. De fem sångerskorna, dansarna och skådespelarna – vissa med nya karriärer på cv:t – är nu i 60-års åldern. Var befinner de sig nu och vad har de lärt sig av livet

hittills? Under ledning av den framstående regissören Josette Bushell-Mingo, varvar de glamourösa sång- och dansnummer med personliga reflektioner om viktiga vägsäl, ideal och åldrandets inte alltid så glammiga baksidor.

B.U.S - Bedårande Under Stress är ett kärt återseende, en sprakande kabaré som öppnar upp för en ärlig konversation med publiken om hur det är att leva som svart kvinna i ett föränderligt Sverige.

Föreställningslängd: 1 tim 30 min

To 23/10 kl19.00 **Roger Karlsson med band**, Hallunda Folkets Hus,
Brage

Musik, Kungen av Norsborg!

En härlig mix av rock, pop och visa. Roger Karlsson växte upp i Alby, lirade i punkbandet Inferno på 80-talet och repade i Kärsbyskolan i Norsborg. Många av hans låtar handlar om uppväxten på 1970-talet i Alby och Norsborg och hans stora styrka som låtskrivare är de vindlande och bildrika berättelserna från ett Botkyrka i ständig förändring. Hans senaste album Blues från Sunny Hill kom tidigt i våras, där låtarna är som en räckla solblekta super 8-filmer om ett land och en värld som inte längre finns.

* * * * *

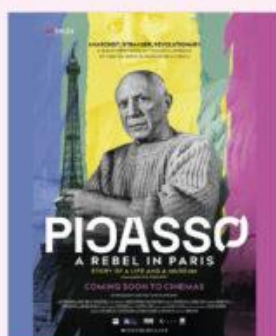
Opera m m på Tumbascenen hösten 2025:

Bio – Opera – Teater – Konst – Musikal – Konferens – Mötesplats



TUMBASCENEN

29 sept - 16 dec 2025



Picasso – A Rebel in Paris

Konst på bio
Måndag 29 sept kl 16.30
Sv text
Längd: 1.32
Biljettpris: 130 kr
Scenpass: 115 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 110 kr



La Sonnambula (Sömnängerskan)

Opera på bio
Inspelad från Met i New York
Söndag 19 okt kl 15.00 Inspelad
Tisdag 21 okt kl 13.30 Repris
Svensk text
Längd: 3.15 inkl 1 paus
Biljettpris: 280 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 240 kr



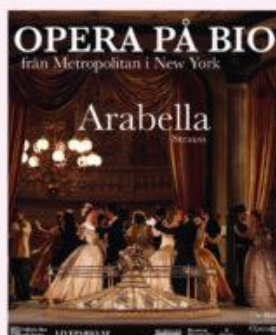
La Bohème

Opera på bio
Livesänds från Met i New York
Lördag 8 nov kl 19.00 Live
Tisdag 11 nov kl 13.30 Repris
Svensk text
Längd: 3.29 inkl 2 pauser
Biljettpris: 280 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 240 kr



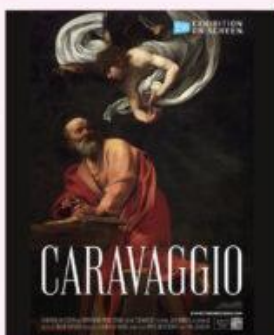
Giselle

Ballett på bio
Inspelad från Opera Garnier Paris
Onsdag 19 nov kl 14.00
Längd: 1.46
Biljettpris: 200 kr
Scenpass: 180 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 160 kr



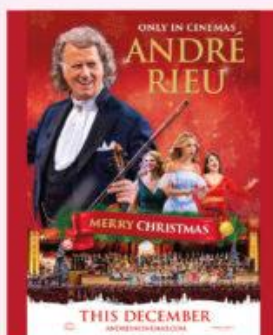
Arabella

Opera på bio
Livesänds från Met i New York
Lördag 22 nov kl 19.00 Live
Tisdag 25 nov kl 13.30 Repris
Svensk text
Längd: 4.12 inkl 2 pauser
Biljettpris: 280 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 240 kr



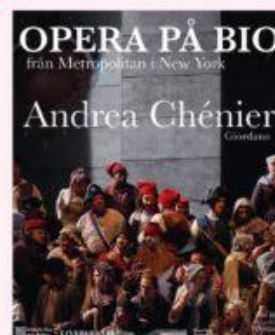
Caravaggio

Konst på bio
Måndag 8 dec kl 16.30
Sv text
Längd: 1.30
Biljettpris: 130 kr
Scenpass: 115 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 110 kr



André Rieu – Merry Christmas

Konsert på bio
Tisdag 9 dec kl 18.00
Onsdag 10 dec kl 14.00
Fredag 12 dec kl 14.00
Eng text
Längd: ca 3.00
Biljettpris: 200 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 160 kr



Andrea Chénier

Opera på bio
Livesänds från Met i New York
Lördag 13 dec kl 19.00 Live
Tisdag 16 dec kl 13.30 Repris
Svensk text
Längd: 3.31 inkl 2 pauser
Biljettpris: 280 kr
Medlemmar i HSB/HGF: 240 kr

Biljetter via Tumbascenens hemsida: www.tumbascenen.se
eller i entrén ca 1 timme innan föreställningen

www.tumbascenen.se

Tel: 0708-891 891 Adress: Utbildningsvägen 2, Tumba

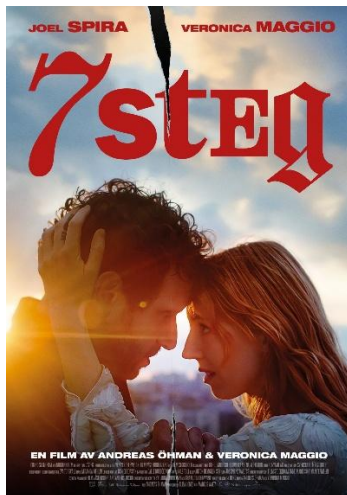
I samarbete med:  BOTKYRKA KOMMUN



Bio på Tumbascenen:



Ti 14/10 kl 13.00
The Great Lillian Hall



Ti 21/10 kl 13.00
7 steg

The End
