

Bästa SPF-are!

Vecka 43 2025



*Kändisbilder från festen för 85-, 90- och 95-åringar*

## Aktuellt vecka 43:

Ti 21/10 kl 12.30 **Lunch:** Nu är det dags igen för Er som saknar lunchsällskap!

Berith finns på Restaurangen Tullen i Tullinge kl 12.30. Tisdagar är det raggmunk + flera andra rätter, salladsbar, måltidsdryck, kaffe och kaka för 120 kr/pensionär.

Välkomna önskar Berith

### On 22/10 kl 11.00 **Onsdagsvandring vid Slagstabadet!**

Vi samlas vi parkeringsplatsen vid badet och vandrar sedan ca 6 km. Vi äter medhavd matsäck någonstans utmed vandringsstråket, t ex vid ruinerna av luftförsvarsbatteriet från andra världskriget. Försök gärna att samåka. Kontakta någon av oss så hjälper vi till med att ordna samåkning. Vi är tacksamma om du anmäler till oss att du kommer. Det är bra att veta om vi måste ställa in.  
Välkomna! Monica, Saga o Jarl

### Fr 24/10 kl 14.00 **Bioträffen: Konklaven**

En av världens mest hemliga och historiska händelser är att välja ny påve.

Efter att den älskade påven oväntat avlidit får kardinal Lawrence ansvaret att leda den hemliga processen.

När den katolska kyrkans mäktigaste ledare har samlats och är inspärrade i Vatikanen hamnar Lawrence mitt i en konspiration och upptäcker hemligheter som kan skaka kyrkans grundvalar. 2 tim.



### **Senare:**

Sö 19/10 kl

### **Nybörjarkurs (3 tillfällen) i linedance**

Intresserade kan höra av sig till

[info@tumbagymmix.se](mailto: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 Tillgänglighets-  
inställningar i mobil och upplyser om Kontaktcenter och Digitalhjälpen,  
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](https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_thuy7YkuTQG16tDDE8mnsQ)

*Utskickat till distrikt och föreningar;*

*Syn och hörsel, folkhälsa, webbredaktörer, studieombud, utbildnings-  
ansvariga, pensionärsråd.*

Må 27/10 kl 13.00 **Månadsmöte:** För underhållningen står Irene  
Sangermark, revyartist från Västerås. (Det blev fel i  
förra veckobrevet, Botkyrka kyrka restaureras vid november månads  
månadsmöte...)

To 30/10 kl 13.00 **Canasta** i Seniorhuset

\* \* \* \* \*

**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

\* \* \* \* \*

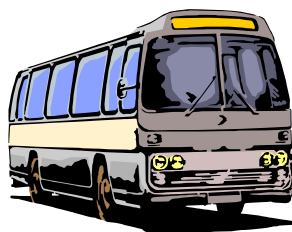


## Föreningen Botkyrka Julkonsert

|             |                                                                     |
|-------------|---------------------------------------------------------------------|
| 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      |



## Föreningen Botkyrka Julkonsert



## 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](http://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](http://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 är liftkortet gratis. Info på nätet: [Qtravel.se/seniorvecka](http://Qtravel.se/seniorvecka) eller gå in på [Qtravel.se](http://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](mailto:botkyrka@spfseniorerna.se)

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

### Botkyrka Riksteaterförening

Biljetter köps antingen via hemsidan [www.riksteatern.se/botkyrka](http://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 vägskalet, 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 kl 19.00 **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 räckta solblekta super 8-filmer om ett land och en värld som inte längre finns.

\* \* \* \* \*



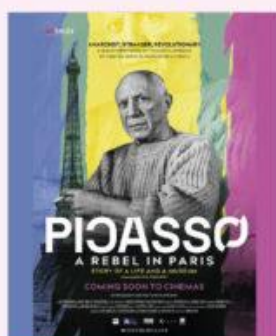
## Opera m m på Tumbascenen hösten 2025:

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 (Sömngångerskan)

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



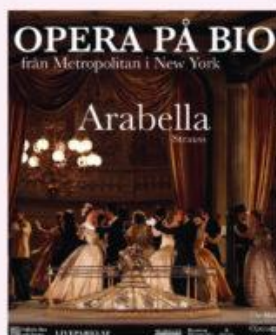
### La Bohème

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



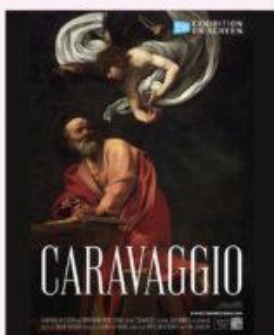
### Giselle

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



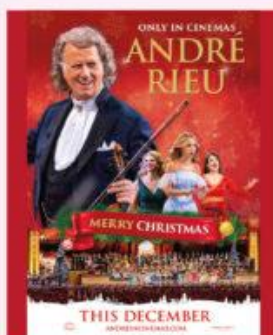
### Arabella

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



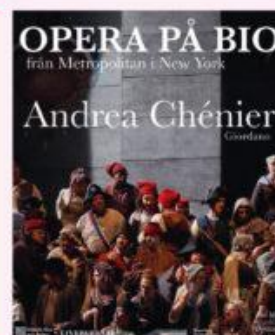
### Caravaggio

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

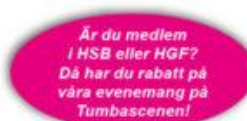
Opera på bio  
Livesänds från Met i New York  
Lördag 13 dec kl 19.00 Live  
Tisdag 16 dec kl 13.30 Repris  
Svensk text  
Längd: 3.31 inkl 2 pauser  
Biljettpris: 280 kr  
Medlemmar i HSB/HGF: 240 kr

Biljetter via Tumbascenens hemsida: [www.tumbascenen.se](http://www.tumbascenen.se)  
eller i entrén ca 1 timme innan föreställningen

[www.tumbascenen.se](http://www.tumbascenen.se)

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

I samarbete med:  BOTKYRKA KOMMUN



## Bio på Tumbascenen:

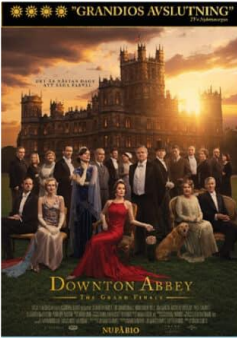
**Bio – Opera – Teater – Konst – Musikal – Konferens – Mötesplats**



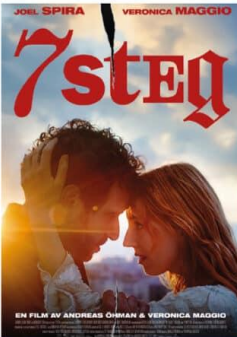
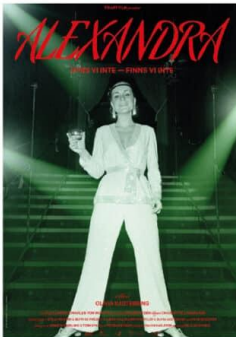
# TUMBASCENEN

## BIO 13 okt - 12 nov 2025

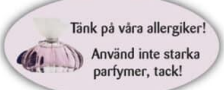
Vi serverar  
kaffe & te från  
 

|                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p><b>Sentimental Value</b><br/>Måndag 13 okt kl 14.00 (cafébio)<br/>Från 11 år<br/>Längd: 2.14<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |  <p><b>Downton Abbey – The Grand Finale</b><br/>Tisdag 14 okt kl 14.00 (cafébio)<br/>Ingen åldersgräns<br/>Längd: 2.04<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |  <p><b>I huvudet på Bo</b><br/>Tisdag 14 okt kl 19.00<br/>Onsdag 15 okt kl 14.00 (cafébio)<br/>Från 7 år<br/>Längd: 1.45<br/>Biljettpris: 120 kr<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |  <p><b>Drömmar</b><br/>Måndag 20 okt kl 14.00 (cafébio)<br/>Onsdag 22 okt kl 19.00<br/>Torsdag 23 okt kl 14.00 (cafébio)<br/>Ingen åldersgräns<br/>Längd: 1.50<br/>Biljettpris: 120 kr<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Cafébio = fika ingår i biljettpriset (140 kr), serveras 1 timme innan föreställningen börjar.

|                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p><b>7 steg</b><br/>Onsdag 22 okt kl 14.00 (cafébio)<br/>Onsdag 29 okt kl 19.00<br/>Från 7 år<br/>Längd: 1.58<br/>Biljettpris: 120 kr<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |  <p><b>När hösten kommer</b><br/>Torsdag 30 okt kl 19.00<br/>Tisdag 4 nov kl 14.00 (cafébio)<br/>Från 15 år<br/>Längd: 1.44<br/>Biljettpris: 120 kr<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |  <p><b>Aldrig ensam</b><br/>Måndag 3 nov kl 14.00 (cafébio)<br/>Tisdag 4 nov kl 19.00<br/>Torsdag 6 nov kl 14.00 (cafébio)<br/>Från 11 år<br/>Längd: 1.25<br/>Biljettpris: 120 kr<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |  <p><b>Alexandra</b><br/>– Syns vi inte finns vi inte<br/>Måndag 10 nov kl 14.00 (cafébio)<br/>Onsdag 12 nov kl 14.00 (cafébio)<br/>Onsdag 12 nov kl 19.00<br/>Ingen åldersgräns Längd: 1.37<br/>Biljettpris: 120 kr<br/>Cafébio pris: 140 kr</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Alla vuxenfilmer har svensk text och barnfilmer svenskt tal, om inget annat anges.



Tänk på våra allergiker!  
Använd inte starka  
parfyer, tack!

**www.tumbascenen.se**

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

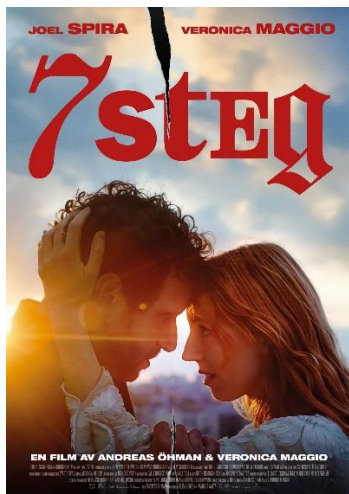
I samarbete med:  BOTKYRKA KOMMUN



Är du medlem  
i HSB eller HGF?  
Då har du rabatt på  
våra evenemang på  
Tumbascenen!

## Cafébio i Hallunda Folkets Hus:





Ti 21/10 kl 13.00  
7 steg

---

The End

---