

Veckobrev nr 19 (6 maj -12 maj) 2019



Hantverk- och datahjälp

Välkomna till Malmtorpsvägen 25, onsdag den 8/5 kl. 10-12. Sista för vårterminen

Vi handarbetar med det vi vill, kanske kan vi hjälpa varandra och räta ut något som inte fungerar. Datahörnan kommer också att vara öppen under den här tiden och du kan få hjälp med din dator, platta eller telefon av Stefan Sundlin, Sven-Ove Johansson och Tore Lindqvist.

Självklart kommer vi att fika, prata och umgås under tiden. Alla är välkomna.

Mer information på vår hemsida samt genom Birgitta Herbst 08 530 254 82 eller E-post: birgherb@outlook.com

Balans Benmuskul Kondition

Välkomna till Malmtorpsvägen 25, onsdag den 8/5 kl. 12:05

Direkt efter Caféet, fortsätter vi med sittgympan och balansövningarna. Hoppas att ni tränar hemma varje dag (flera gånger) i korta pass. Vi ses med stärkta muskler. Vi träffas vidare onsdag den 8/5 som är sista för säsongen

**Kontaktpersoner: Mari-Ann Ståhl 070 575 2731 Birgitta Herbst 070 810 8311
Leif Åsberg 070 671 1024**

Vårvandringen till Stendörren

Hej alla glada vandrare!

Glöm inte att anmäla er

Vi som arrangerar den här vandringen vet hur mycket det är man ska hinna med att göra och se i månaden maj. Därför är vi angelägna att få veta hur många det är som följer med oss och vandrar vid Stendörren. Ring och anmäl ditt deltagande till undertecknad senast den 5 maj så hjälper det vår planering.

Vi ser din anmälan som bindande.

Vi önskar er välkomna ut i naturen Birgitta Mari-Ann Leif

Kontaktperson Leif Åsberg 070 671 10 24

Vi samlas vid Brosjön torsdagen den 9 maj kl. 9.30 (bowlingen förläggs till annan dag) för gemensam avfärd, och som vanligt försöker vi ordna samåkning om så önskas.

Väl framme vid Stendörrens naturreservat parkerar vi och kommer sedan att vandra så att vi passerar det Naturrum som finns och titta in där. Vi fortsätter sedan en kort bit till själva Stendörren, som vi betraktar med samma fruktan som forna tiders sjöfarare. Här rastar vi och äter medhavd matsäck. Det finns en grillplats här, och vi kommer att se till att det går att grilla korv.

Ta med era favoritkorvar till grillning för ni har möjlighet att tävla om godaste grillkorven.

Skär av en liten smakbit av favoriten och låt juryn avgöra.

Kanske vinner just du det goda första priset. Mer information i kommande veckoblad.



Vårlunch/buffe onsdagen den 22 maj kl. 13.00

Dags att anmäla sig



Då är det dags för den traditionella vårlunchen/buffen på Hagaberg



Priset för detta är 255 kronor per person inkl. lättöl och vatten.
Som vanligt kan man köpa vin eller starköl om så önskas.

**Avgiften 255:- kronor betalas till föreningens plusgiro 643971-5
senast 20 maj.**

**Anmälan senast 13 maj till Margareta Ståhlberg 076-103 7731
E-post: margareta.stahlberg@telia.**

Rekrytera nya medlemmar.

För att föreningen skall kunna fortleva behöver vi ständigt rekrytera nya medlemmar. Vårt mål är minst 15 nya medlemmar per år, hittills har vi bara rekryterat 1 medlem.

Vi skickar ut brev till nya 65-åringar men även 67-åringar, tyvärr ger denna form ofta magert resultat

Men den personliga kontakten är det som visar sig vara den bästa metoden. Vi behöver därför er hjälp, ni är våra bästa ambassadörer kontakta dina grannar och vänner.

När ni har fått någon intresserad, kontakta medlemssekreteraren så skickar hen ut Medlemshandlingar och informationsmaterial.

Medlemssekreterare:

Sven-Ove Johansson 070-5306915 E-post svenove.io@telia.com.

Delta dessutom i förbundets rekryteringstävling



Rekryteringstävling

Du som värvar en ny medlem har nu chansen att få komma med på SPF Seniorernas 80-årsfirande den 2-3 september i Göteborg. Ju fler medlemmar du värvar, desto större chans har du att vinna!

Så här går tävlingen till:

Värva en ny medlem under perioden 1 april – 15 augusti och ge oss ditt bästa värvningstips. Anmäl dig på www.nymedlem.se eller genom att skicka ett brev till SPF Seniorerna, Rekryteringstävling, Box 225 74, 104 22 Stockholm.

Glöm inte att skriva ditt bästa värvningstips, namn på den du har värvat samt dina egna uppgifter.

Vinsten:

Tre personer vinner medverkan på SPF Seniorernas 80-firande inklusive seminarium och middag. En övernattnig på Clarion Hotel Post i centrala Göteborg. Resa tur och retur Göteborg.



Boule

Årets utomhusspel

Äger rum Kl 10 - 12 varje måndag och vi spelar på banorna i Malmtorp, Grödinge.

Såväl nya som gamla spelare hälsas välkomna till ett par timmars trevlig gemenskap.

Kontaktperson: Ingemar Lindström tel 070-1504194

Föreningen har 5 omg. bouleklot dessa får lånas gratis. Vill du låna klot, kontakta Berit Åsberg.

Bowling

OBS! Bowlingen den 9 maj är flyttad till onsdagen den 8 maj kl. 11.00. Anledning till ändring av dag är att Vårvandringen sker den 9 maj. Mer information om detta i veckobrevet.

Vårens aktiviteter fortsätter onsdagen den 8/5 kl.10.00 på det vanliga stället Bowl4Joy Bäckgårdsvägen 47 Vårby. Gamla och nya bowlare hälsas hjärtligt välkomna.

Kontaktperson Leif Åsberg 070-671 10 24

Bridge

Måndagsbridgen ♠ ♥ ♦ ♣

Vi spelar bridge varje helgfri måndag under våren i SPF-lokalen Malmtorpsvägen 25. Vi startar 9.30 spelar i ca. 3 tim. *(inklusive kafferast och egna medtagna mackor).*

Vi spelar utan att ha någon press att vinna, det viktigaste är att vi har trevligt tillsammans.

Vi välkomnar nya spelare.

Är Du intresserad att börja spela eller vill veta mera kontakta **Leif Ohlsén** tfn.08 774 23 94 eller **Christer Brandt** tfn. 070 755 0277.

Men också gärna via E-post till leifomikaela@hotmail.com

Att göra på egen hand

Hej,

Årets Krisberedskapsvecka äger rum 6–12 maj. Även i år har vi 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.

Kan du inte närvara hittar du information på:

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

Sprid gärna inbjudan vidare.

Vänliga hälsningar

Linda Gardell
Säkerhets/ Trygghetssamordnare

BOTKYRKA KOMMUN
Kommunledningsförvaltningen
147 85 Tumba
besöksadress: Munkhättvägen 45

mobil: 070 251 87 14

e-post: linda.gardell@botkyrka.se
www.botkyrka.se



Datum och plats

DATUM

190507

TID

18.00 – 21.00

Fika finns från ca
klockan **17.30**

PLATS

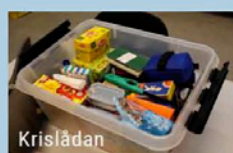
Excenter Nisellsalen,
Utbildningsvägen 3, 14740
Tumba

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 oförseddade 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.

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)

INGAR: 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)

INGAR: 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, övernattning 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 båtresor 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 båtresor 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

[TALLINK SILJA - myNewsdesk](#)

Träffpunkt SPF Seniorerna. Café Opera torsdagen den 9 maj kl. 15.00–17.00.

Entrén 100: - kronor inkluderar underhållning och ett glas vin. (garderobsavgift tillkommer)

Underhållning

OBS!10-års jubileum

SPF Seniorerna Stockholmsdistriktet

Distriktet erbjuder flera utflykter och aktiviteter som du hittar på deras hemsida.

www.spf.se/stockholmsdistriktet

Erbjudande till dig som är SPF medlem i Stockholmsdistriktet

Rännsten och musikalisk skönhet i Folkoperans och Kulturhuset Stadsteaterns samproduktion Tolvskillingsoperan som har premiär den 11 september.

(obs! du måste välja vanlig pris/ej pensionärspris för att ta del av erbjudandet)

https://www.spfseniorerna.se/globalassets/distrikt/stockholmsdistriktet/2019/tolvskillingsoperan_spf.pdf

Aktiviteter från SPF Seniorerna Botkyrka

Gå gärna in på deras hemsida för att informera om aktuella händelser t.ex. under rubriken veckobrev

<https://www.spfseniorerna.se/distrikt/stockholmsdistriktet/foreningslista/spf-seniorerna-botkyrka/>

Aktiviteter Botkyrka Riksteaterförening

Gå in på deras hemsida för att se aktuella aktiviteter

www.botkyrka.riksteatern.se

Ni som vill ha med något till veckobrevet är välkomna med era alster dock senast på torsdagar veckan innan publicering.

Skickas till svenove.jo@telia.com