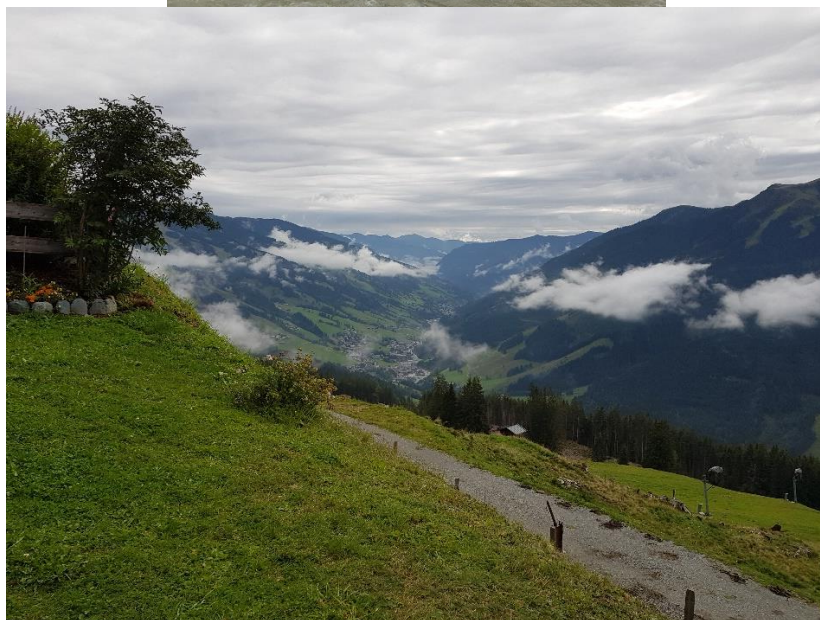


Veckobrev nr 38 (16 - 22 september) 2019



Några bilder från Saalbach-Hinterglemm och SPF vandringsresan.

**Nu är det seniorveckan med massor av aktiviteter.
Kolla i det programblad som skickats ut med posten.**

Medlemsmöte

Onsdagen den 18 september kl.12.00 i Lokalen på Malmtorpsvägen 25.

Vi ses för att få information av olika slag.

Håkan Esterling informerar om Riksteaterns program och säljer biljetter.

Jan Karlsson, Ordf. i föreningen Grannstöd och grannsamverkan, informerar om det viktiga arbete den föreningen bedriver.

Så får vi naturligtvis även info om vår egen förenings program

Gratis inträde. Vi bjuder på kaffe.

OBS LOKALEN!!!

Bowling

Torsdag den 19/9 kl.10.00 på det vanliga stället - Bowl4Joy, Bäckgårdsvägen 47 Vårby Gård. Gamla och nya bowlare hälsas hjärtligt välkomna.

Kontaktperson Leif Åsberg 070-671 10 24

Yoga

Vi kan eventuellt 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

Folkhälsa

Höstvandringen den 24 september

Samling vid Brosjöns parkering kl.9.30

Vi kommer den här gången att sätta upp affischer i närområdet för att inbjuda även icke medlemmar att delta i den här vandringen, för att se hur trevligt man kan ha på en av alla de aktiviteter som SPF Seniorerna Grödinge anordnar.

Därför hoppas vi att även ni kan hjälpa till genom, att aktivera några av era vänner/grannar/bekanta att följa med på den här höstvandringen, så de kan bekanta sig lite närmare med vår förening.

SJÄLVA VANDRANDET kommer att ske på skogsstigar och små vägar i varierad skogsmiljö och lite sjöutsikt. Uppskattningsvis blir den ca. 5 km. lång. Under vandringen planerar vi en lunchrast och en kafferast, så packa vad ni behöver i mat och dryckesväg i säcken, men ha gärna en flaska med lämplig dryck lätt tillgänglig i någon ficka.

För övrigt, skor och kläder efter väder. Välkomna till en som vi hoppas intressant och skön höstdag.

**Kontaktpersoner: Leif Åsberg 070 671 10 24, Birgitta Herbst 070 810 8311
Mari-Ann Ståhl 070 575 2731**

Bridge

Måndagsbridgen ♠ ♥ ♦ ♣

Bridgespelet har kört igång. Som vanligt är det måndagar från kl 09.30 och ca tre timmar framåt inklusive kafferast och egna medtagna mackor. Platsen är SPF:s lokaler på Malmtorpsvägen 25

♠ ♥ Bridge är en bra gympa för hjärnan ♦ ♣



Vi spelar bridge i SPF lokalen Malmtorpsvägen 25 Vårsta, måndagar mellan 9:30 och ca 12:30. Detta sker under lugna och trevliga förhållanden, utan någon prestige att vara bäst. Vi tar en lunchrast och äter egna medtagna mackor och dricker gemensamt kaffe eller te..... ♥

Det skulle vara mycket kul med flera intresserade bridgespelare för att kunna spela på mer än på tre bord, då vi har möjlighet spela på 5 bord i lokalen. Du är välkommen själv eller med en partner, även vara en reserv och bara spela ibland.



Det är bra om Du har spelat lite grand och kan de enklaste grunderna.

Vill Du börja spela eller ha mer information, kontakta Fred Möller tfn 070 347 40 88 eller Leif Ohlsén via email leifomikaela@hotmail.com ♦

Vårt bridgespel är kostnadsfritt, förutom medlemskapet i SPF och att vi ibland samlar in lite pengar till kaffekassan. Vi brukar också gå ut och luncha efter avslutet på vår och höst säsongen....



Kom gärna och besök oss, och kanske provspela lite. Vi brukar fika ungefär mellan 10:45 och 11:15 så varför inte bara fika och snacka med oss. Ring eller maila först, hittar Du inte hit så kan vi maila en bra karta.....



VÄLKOMMEN PÅ FÖDELSEDAGSFEST!

Kom med oss och fira SPF 80 år. Det blir stort kalas med mingel, bubbel, underhållning & tårta. Vi har bl a bjudit in Hanne Kjölle och annan hemlig gäst som står för innehållet och underhållning.

Vi kan lova att det blir ett magnifikt firande och en härlig eftermiddag du inte vill missa.

Plats: ABF-huset, Z-salen kl 13-16

Datum: 26 september.

Osa: info@spfstockholm.se el tel 08-720 77 30

senast 19 september

Varmt välkomna!



OBS!

Nu på torsdag, 19 september är sista anmälningssdag för att delta i firandet av SPF 80 år

Fulltecknat:

Strutsresan den 8 oktober är fulltecknad.

Studiecirkeln om gamla Vårsta och Grödinge är också fulltecknad, anmälda (bekräftade) hälsas välkomna till första mötet den 23 september

Att göra på egen hand:

SPF Seniorerna Stockholmsdistriktet

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

www.spf.se/stockholmsdistriktet

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/>