

Veckobrev nr 39 (24 september - 30 september) 2018



Hantverk- och datahjälp 26 september kl. 10-12

Välkomna till Malmtorpsvägen 25, varannan onsdag jämna veckor

Vi träffas vidare onsdagar 10/10, 24/10, 14/11 och 28/11 kl:10-12. 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 data, platta och telefon (10 kr.) av Stefan Sundlin, Sven-Ove Johansson och Tore Lindqvist.

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

Kontaktperson: Birgitta Herbst 08 530 254 82 eller e-post:

birgherb@outlook.com

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

Skickas till svenove.io@telia.com

Fredags-Pub den 28 september

Vi fortsätter med Pubkvällar i höst och träffas i lokalen på Malmtorpsvägen 25, fredagarna 28/9, 26/10 och 30/11.

Kom och prata bort en stund i glada vänners lag. Öl och vin, med och utan alkohol, finns att köpa till självkostnadspris. Kom när ni vill under öppettiden 17.00 – 20.00.

Välkomna hälsar Birgitta, Mari-Ann, Gunilla, Sune och Leif

Kontaktperson: Leif Åsberg 070 671 10 24

Yoga

Vi startar Yogacirkeln för hösten den 25 sept. kl:14.00 i Medicinsk Yoga

Ledare: Maria Nordén Norman.

Lokal: Tullinge Yoga Center, Alfred Nobels Alle 214, Tullinge.

Är du intresserad anmäl dig snarast.

Kostnad är 750 kr för 8 ggr. Inbetalas till SPF:s Pg 643971-5

Välkomna

Kontaktperson: Birgitta Herbst 08-530 254 82 eller birgherb@outlook.co

Boule

På måndagar med start kl. 10 spelar vi boule i Malmtorp. Banorna hittar man vid Aspvägens slut i Grödinge. Här spelar vi så länge vädret tillåter. Alla, även nybörjare, är välkomna.

Utomhusspelet är helt gratis, tag bara med 3 klot.

Planen vid Sylvanders väg i Uttran är spelbar och där spelar vi på söndagar med start kl. 9.

Till hösten/vintern har vi bokade banor i Björnkullahallen, Flemingsberg. Spel som tidigare tisdagar med samling kl. 9. Banorna är bokade fram till kl. 12. Här måste vi betala lite hyra. Anmäl snarast intresse om du vill vara med så vi vet hur många banor som ska bokas.

Kontaktperson: Ingemar Lindström, tel. 070 150 4194 E-post: ingemargareta@tele2.se

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

Bowling

Bowlingen fortsätter torsdagen den 27/9 kl. 10.00

På vanliga stället Bowl4Joy Bäckgårdsvägen 47 Vårby.

Vi fortsätter sedan att spela kl. 10.00 varje torsdag under hösten såvida inte annan tid meddelas i Veckobrevet eller på annat sätt.

För närvarande är vi 10 - 12 glada amatörer som träffas och har trevligt bland klot och käglor, och vi tycker att det skulle vara trevligt om fler kommer och prövar på den här verksamheten.

Kontaktperson: Leif Åsberg 070 671 10 24

Bridge

Måndagsbridgen ♠ ♥ ♦ ♣

Vi spelar bridge varje måndag under hösten 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

Programmet för Seniorveckan klart



Nu är programmet för seniorveckan 2018 klart och fyllt av aktiviteter för seniorer som filmvisning, föreläsning av Karin Laserow känd från Bytt är bytt och stickkafé. Aktiviteter för bildning, för smakupplevelser och för rörelse och motion.

- Vi vill rikta ett stort tack till alla medborgare och föreningar som varit delaktiga att ta fram detta späckade program och som är engagerade för att erbjuda seniorer detta hav av aktiviteter. Nu hoppas vi på att många av Botkyrkas seniorer får oväntade möten, ny kunskap och hisnande upplevelser, säger kultur- och fritidsnämndens ordförande Robert Aslan och vård- och omsorgsnämndens ordförande Tuva Lund.

Program

En inspirerande vecka fylld av aktiviteter för dig som är senior i Botkyrka. Kom och delta i sång, dans, teater, föreläsningar, idrott och mycket mer!
Ingen kostnad, men vissa aktiviteter kräver anmälan.

Måndag 24 september

10.00-12.00 Prova på fysiska aktiviteter i Storvreten

- Träna med Korpen - Prova på utegymmet med instruktör kl. 10.00-10.45. Fritidsbanken presenterar också sin verksamhet i ett tält bredvid utegymmet.

Plats: Storvretsparkens utegym Odlingsvägen 2, tel. 0733 70 23 68

- Tumba Golf leder en promenad från utegymmet till Storvretens sporthall och presenterar resultatet av Hälsoprojektet 60+ och berättar om den nystartade gruppen "Kom igång gymna" och visar några övningar för styrka och rörlighet kl.10.45-11.45.

Plats: Lilla träningshallen, Odlingsvägen 36, tel. 0706 56 24 76

- Prova på vattengymna på Storvretsbadet kl. 11.00-12.00.

Plats: Storvretsbadet, Odlingsvägen 41, Tumba, tel. 08-530 619 95

11.00-15.00 Mötesplats Grödinge med aktiviteter på Tumbascenen

Visning av utställningen Odling av läke- och kryddväxter för äldres hälsa. Vi bjuder också på smakprover av teer, hudkrämer, doftkuddar och soppa med lokalodlade ingredienser på Tumbascenen. Klockan 13.00 öppnar vi dörrarna till bion och visar filmen En sista semester med Helen Mirren och Donald Sutherland.

Plats: Tumbascenens foajë, Utbildningsvägen 2A, Tumba, tel. 08-530 302 60

11.00-13.00 Minneskafé och filmvisning på Tullinge bibliotek

Vi bläddrar i böcker om 40-, 50- och 60-talet. Klockan 11.30 blir det filmvisning med pärlor från SVT:s arkiv.

Plats: Nyängsvägen 3 B, Tullinge, tel. 08-530 629 20

13.00-15.00 Fittja bibliotek: Vad kan biblioteket erbjuda dig som är äldre?

Vi informerar om våra tjänster samt erbjuder ett stickkafé. Kom och handarbeta tillsammans, ta med egen stickning eller prova på.

Plats: Fittjavägen 21, Fittja, tel. 08-530 629 75

14.00-16.00 Prova på styrketräning i gymmet på Mötesplats Tumba

Plats: Samaritvägen 2, Tumba, tel. 08-530 615 98

15.30-18.00 Hälsa och mat i Norsborg

- Träna med Korpen - Prova på utegymmet på Kärsby idrottsplats med instruktör kl.15.30-16.15.

Plats: Kärsby seniorutegym, Kärsbyvägen 1, Norsborg, tel. 0733 70 23 68

- Assyriska kulturföreningen leder en promenad till sin lokal och bjuder på smakprover av hälsosam, god och billig mat kl.16.30. Vi pratar om: Vad är viktigt med maten? Hur ofta ska man äta? Föreningen berättar dessutom om sitt arbete med digitalisering och e-hälsa.

Plats: Assyriska kulturföreningen, Höders väg 17, Norsborg, tel. 0731 50 91 90

Tisdag 25 september

10.00-14.00 Öppet hus hos PRO Norra Botkyrka i Hallunda

Föreningen ger smakprov på olika delar av sin verksamhet. En loppmarknad utlovas. Vi bjuder på korv, kaffe med dopp och levande musik.

Plats: PRO Norra Botkyrka, Tomtbergavägen 4, Hallunda, tel. 0762 22 36 45

10.30-12.00 Kom med på en visning av Tumbasonen Sven Xet Erixsons konst

Xet-museet har under sommaren flyttat ihop med biblioteket. Gunilla Zetterlund guidar oss genom ett av 1900-talets stora svenska konstnärskap. I anslutning till visningen informerar Tumba bibliotek om sina tjänster för äldre.

Under hela veckan kan du också se fotoutställningen I hjärtat av Tumba – samtidsbilder av Tumba, tagna av Tumbabor och fotoelever på Xenter.

Plats: Tumba torg 105, Tumba, tel. 08-530 629 31

13.00-14.00 Alby bibliotek: Vad kan biblioteket erbjuda dig som är äldre?

Vi informerar om våra tjänster samt bjuder på lästips.

Plats: Albyvägen 6 C, Alby, tel. 08-530 629 80

13.00-15.00 Öppet Seniormöte i Tumbascenens foajé

SPF anordnar mötet och bjuder på fika med levande musik.

Plats: Utbildningsvägen 2 A, Tumba, tel. 08-530 302 60

13.00-16.00 Föreläsning med Sven-Erik Alhem, åklagare och Brottsofferjouren Sveriges ordförande

Känd från TV som rättspolitisk expert och kommentator – föreläser och svarar på frågor i Botkyrka rackethall i Hallunda om "Vilka möjligheter har jag som äldre att tillgodose min trygghet mot brott? Och vad får/kan jag göra för att själv freda mig från brottsliga angrepp?". Efter föreläsningen kan du vandra mellan olika stationer och förkovra dig i temat, till exempel workshop i självförsvar med Taekwondoföreningen samt prata med kommun-polis, kommunens trygghetssamordnare, Brottsofferjouren Huddinge/Botkyrka och föreningen Grannstöd och grannsamverkan.

Plats: Botkyrka rackethall, Humlevägen 3, Norsborg, tel. 08-530 615 43

13.00-14.00 Hallunda bibliotek: Vad kan biblioteket erbjuda dig som är äldre?

Vi informerar om våra tjänster och visar dig hur du kan uppleva litteratur även om du ser, hör eller rör dig lite sämre än förr samt bjuder på några lästips.

Plats: Borgvägen 1, Hallunda, tel. 08-530 625 90

14.00-16.00 Prova på styrketräning i gymmet på Mötesplats Tumba

Plats: Samaritvägen 2, Tumba, tel. 08-530 615 98

Onsdag 26 september

10.00-10.40 och 14.00-14.40 Kom på en visning av utställningen

Riksbanken 350 år – från sedelförbud till minusränta

Plats: Tumba Bruksmuseum, Sven Palmes väg 2, Tumba, tel. 08-519 553 46

11.00-13.00 Minikurs i papperstillverkning på Tumba Bruksmuseum

Sopplunch ingår i programmet. Max 15 personer.

Anmälan på tel. 08-519 553 46 eller info@tumbabruksmuseum.se

Plats: Tumba Bruksmuseum, Sven Palmes väg 2, Tumba

10.00-15.00 Öppet hus på Seniorhuset i Tumba

- PRO Tumba: Hur ska vi äldre få råd att flytta? klockan 13.00 kommer VD för Botkyrkabyggen Chris Österlund och pratar bostadsfrågor bl a om trygghetsboende. Vi bjuder på soppa.

- SeniorNet Botkyrka: Prova VR-glasögon, delta i mobilminijunta och se hur 3D-printing går till. Vi bjuder på fika.

- SPF: Öppet hus med samtal om fritidssysselsättningar som t ex semesterresor. Förfriskningar erbjuds.

Plats: Seniorhuset Grödingevägen 2, Tumba, tel. 0722 53 63 39

11.00-13.00 Minneskafé och filmvisning på Tullinge bibliotek

Vi bläddrar i böcker om 40-, 50- och 60-talet. Kl. 11.30 blir det filmvisning med pärlor från SVTs arkiv.

Plats: Nyängsvägen 3 B, Tullinge, tel. 08-530 629 20

13.00-15.00 Öppet hus på vård- och omsorgsboendet Silverkronan i Tumba

Ta del av den vackra trädgården, hör mer om Botkyrka Väntjänstförening, Botkyrka demensförening, möt en bistånds-handläggare och avgiftshandläggare, kommunens syn- och hörselinstruktör, Silviasjuksköterska och Botkyrkafixare.

Plats: Sedelvägen 146, Tumba, tel. 08-530 634 35

13.00-16.00 Dans med Lars Erikssons orkester på Hallunda Folkets hus.

Lasse Amarald leder danskurs den första timmen, för de som önskar.

Plats: Borgvägen 1, Hallunda, tel. 08-531 996 40

17.00-18.00 Mitt liv som kulturarbetare... som ledde till tv-världens glamour.

Karin Laserow berättar om hur tillfälligheter kan spela roll i livet och visar bilder från tv-programmet "Bytt är bytt".

Plats: Hallunda bibliotek, Borgvägen 1, tel. 0722 18 68 40

Torsdag 27 september

10.00-13.00 Anti aging för en frisk och klockren röst – ett träningsprogram för den åldrande rösten

Workshop i Tumba kyrka tillsammans med sångpedagogerna Lena König och Gunhild Scheike samt organist Gunnar Gillfors.

Plats: Prästgårdsvägen 1, Tumba, tel. 08-530 222 00

10.30-11.30 Träna med Korpen – Prova på utegymmet i Alby folkhälsopark med instruktör. Daglig verksamhet på Albys hjärta bjuder på lunch, till dem som har tränat med Korpen.

Plats: Albyvägen 20, Alby, tel. 0733 70 23 68

11.00-16.00 Öppet hus hos Filippinska föreningen i Norsborg

- 11.00 Öppet hus med utställning, mingel, lotteri, olika sorters te, kaffe och hemgjord körsbärsdricka.

- 11.30 Matservering med vegetarisk förtäring och fruktsallad.

- 12.30 Tema hälsa och kunskap med workshop om eteriska oljor.

- 13.30 Musik- och dansunderhållning. Prova på linedance.

- 14.15 Lotteridragning med 1:a, 2:a och 3:e pris.

Plats: BoCenter i Norsborg, Heimdalsvägen 16, Norsborg, tel. 0737 81 42 55

12.00-13.00 Lunchmusik i Botkyrka kyrka med Tobias Helldin, flygel och solosång

Plats: S:t Botvidsvägen 27, Norsborg, tel. 08-530 222 00

12.00-14.00 Soppteater på Tumbascenen

Botkyrka riksteaterförening presenterar föreställningen Det är kvinnan bakom allt och bjuder på soppa.

Max 110 personer.

Boka biljett från 1 augusti på www.botkyrka.riksteatern.se eller tel. 0771 47 70 70

Plats: Utbildningsvägen 2 A, Tumba, tel. 08-530 302 60

13.00-14.00 Tullinge bibliotek: Vad kan biblioteket erbjuda dig som är äldre?

Vi informerar om våra tjänster och visar dig hur du kan uppleva litteratur även om du ser, hör eller rör dig lite sämre samt bjuder på några lästips. Du kan också se fotoutställningen

Tullinge förr i tiden, som hänger i biblioteket under hela veckan.

Plats: Nyängsvägen 3 B, Tullinge, tel. 08-530 629 20

Fredag 28 september

09.00-11.15 Hälsoaktiviteter på Fittjabadet

- Kl. 9-10 Prova på seniorgym

- Kl. 10.30-11.15 Vattenpilates

Föreningen HjärtLung Botkyrka-Salem demonstrerar även HLR (hjärt-och lungräddning), visar hur en hjärtstartare fungerar och visar Riksförbundet HjärtLungs app HJÄRTLUNGKOLLEN.

Plats: Vårdshusvägen 5, Fittja, tel. 08-530 619 95

10.30-12.30 Öppet hus på Elgentorp

Vilken hjälp kan jag få för att klara mig på ett bra sätt som äldre? Möt Botkyrka Väntjänstförening, Botkyrka Demensföreningen, områdesutvecklare Tomaj Keyvani, och kommunens syn- och hörselinstruktör Eva Rådbjer. PRO Tullinge bjuder på fredagsfika. Plats: Palettvägen 15, Tullinge, tel. 08-778 34 04

12.30-14.30 Busstur genom Tullinge – från stenåldersfynd till framtidsplaner

Kulturhistoriker Åsa Anderljung guidar genom vackra platser och berättar om hur orten har vuxit fram genom årtusendena. Vi får se Tullinge kyrka och den senaste arkeologiska utgrävningen som genomförs vid Riksten. Vidare får vi höra områdesutvecklare Tomaj Keyvani berätta om framtidsplanerna för Tullinge.

Max 50 personer. Anmälan på tel. 0708 89 20 38 eller kulturbokning@botkyrka.se

Plats: Samling kl. 12.30 utanför Kärsdala vård- och omsorgsboende, Östanvägen 16, Tullinge.

13.00-15.00 Öppet hus på vård- och omsorgsboendet Strandängsgården i Fittja

Möt Botkyrka Väntjänstförening, Botkyrka demensförening, biståndshandläggare, avgiftshandläggare, överförmyndarnämnden, kommunens syn- och hörselinstruktör, Silviasjuksköterska och Botkyrkafixaren. Leif Magnusson från Mångkulturellt centrum avslutar genom att vara "en levande kikare" och berättar om spännande platser och händelser från takterrassen, från vilken man kan se ut över hela Botkyrka.

Plats: Fittja torg 15-17 (våning 4-6, ovanpå centrumbyggnaden), tel. 0705 77 68 03

14.00-16.00 Bioträffen PRO/SPF visar Lady M på Tumbascenen

Plats: Utbildningsvägen 2 A, Tumba, tel. 08-530 302 60

Senast uppdaterad: 11 september 2018

SPF Seniorerna Stockholmsdistriktet

Distriktet erbjuder flera utflykter och aktiviteter som du hittar på deras hemsida.
www.spf.se/stockholmsdistriktet.

Här kommer några förslag

Seminarium – Brott mot äldre. Målgrupp alla medlemmar

Seminarium – Vem tar hand om mig efter sjukhusvistelse .Målgrupp alla medlemmar och KPR/SPR representanter.

Inbjudan – Dialogmöte kring robotar inom äldreomsorgen. Målgrupp alla intresserade medlemmar.

Välkommen till Seminarium om Brott mot äldre

Inbjudan till alla intresserade medlemmar

Bakgrund:

BRÅs rapport, som kom i våras, är den första studie i sitt slag, som tar ett helhetsgrepp på utsatthet för brott bland äldre. Drygt var sjätte person 65 år eller äldre utsätts för något brott under ett år. En typ av organiserad brottslighet är de internationella ligor som särskilt riktat in sig på sårbara äldre personer.

CIRCA-gruppens arbete är en unik svensk satsning som inriktar sig på seriebrottslighet och är en nationell satsning med samarbete såväl internationellt som med specialåklagare. Under 2017 greps 200 gärningsmän med fängelsedomar som påföljd. CIRCA står för: Central Investigation Related to Criminal Aliens.

Deltagare:

Klara Hradilova Selin, Brottsförebyggande rådet, BRÅ, utredare och en av författarna till Rapporten Brott mot äldre.

Håkan Carlsson Chef för CIRCA-gruppen polismyndigheten, region väst

Tid: Torsdagen den 11 oktober kl. 13-15:30

Plats: ABF-huset, Sveavägen 41, Stockholm. Sändersalen.

Målgrupp: Alla intresserade medlemmar.

Avgift: Kostnadsfritt, men om du uteblir och inte meddelar oss debiteras du en kostnad på 100 kronor.

Anmälan: görs senast den 3 oktober till distriktkansliet.

Mail: info@spfstockholms.e eller tel: 08 720 77 30.

Välkomna!

Monica Ulfhielm

Distriktsordförande

Ann Hedberg Balkå

Distriktsstyrelsen

Vem tar hand om mig efter sjukhusvistelsen?

Äldrevårdsmottagning, vad innebär det?

Varmt välkommen att delta på seminariet där Äldrecentrum och Landstinget informerar om utskrivningsklara och vad äldrevårdsmottagningarna gör.

Lars Sonde Utredare Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum kommer att prata om;
Äldres resa till, genom och ut från sjukhus i Stockholms län

Vid presentation redovisas bl.a. skillnader mellan de undersökta kommunerna och stadsdelarna när det gäller befolkningsstruktur, utnyttjande av slutenvård, öppenvård och kommunal omsorg samt antal utskrivningsplaneringar.

Stockholms läns landstings Äldremottagningar Äldrecentrum har utvärderat hur Äldremottagningar för personer 75 år och äldre är organiserade och hur de uppfyller Hälso- och sjukvårdsförvaltningens krav på tillgänglighet, trygghet och kontinuitet. Vid presentationen diskuteras både Äldremottagningarnas möjlighet att uppfylla HSF's krav och Äldremottagningarnas framtid.

Gunilla Benner Forsberg Utredare för närsjukvård Hälso- och sjukvårdsförvaltningen Stockholms läns landsting.

Program kl.13.00 Ann Hedberg Balkå SPF Seniorerna Stockholmsdistriktet hälsar välkommen

13.15-14.30 "Äldres resa till, genom och ut från sjukhus i Stockholms län – En lägesbeskrivning inför lagen om samverkan vid utskrivning från slutenvård- och sjukvård." Lars Sonde

15.00- 15.30 Lagen om samverkan vid utskrivning från slutenvård- och sjukvård. Gunilla Benner Forsberg

Målgrupp: KPR /SPR representanter samt övriga intresserade

Tid: 23 oktober 2018, kl.13.00 - 15.30

Lokal: ABF-huset, Sveavägen 41, Sändersalen

Avgift: Kostnadsfritt för alla medlemmar

Anmälan: Senast 15 oktober 2018 till distriktskansliet info@spfstockholm.se eller Tel 08 720 77 30-

Var vänlig meddela ev. återbud till kansliet. Utebliven närvaro utan besked medför en debitering på 100 kr.

Välkommen!

Monica Ulfhielm
Distriktsordförande

Ann Hedberg Balkå
Seminarieansvarig

Inbjudan dialogmöte kring robotar inom äldreomsorgen

På KTH pågår forskning och utveckling om äldre människors erfarenheter av och synpunkter på digitaliseringen av vardagslivet.

Innehåll dialogmötet

- Inspiration: vi presenterar olika robotar ämnade för äldre och robotar som används inom äldreomsorgen.
- Vi diskuterar tillsammans möjligheter, potential, nackdelar och risker med robotar.

Vi vill gärna höra dina synpunkter och idéer.

Dialogmöte – två tillfällen (samma innehåll så välj ett tillfälle)

Datum: 27 SEPTEMBER

Adress: Vallhallavägen 79 ,Stockholm

Tid workshop 1: 10-12 Workshop

Tid workshop 2: 14-16 workshop

Gratis att delta. Vi bjuder på fika

Anmälan till: susafren@kth.se eller 073-983 4274 senast den 31 augusti 2018

Dialogmötet genomförs av Susanne Frennert, KTH

**Dina synpunkter och idéer är värdefulla och kan påverka den framtida utvecklingen av robotar för äldre och inom äldreomsorgen.
Välkommen!**

Broadway-komedi av
USA:s främste komediförfattare
Neil Simon (på engelska)

THE **Z** COMPANY OF PERFORMING ARTS
presents

Neil Simon's

RUMORS

TEATER TR3

5 oktober 19:00
6 oktober 13:00 & 19:00

Rosenlundsgatan 12, Södermalm

Ordinarie pris: 175kr
Pensionärs- och studentpris: 130kr

Boka biljetter via
www.rumorssverige.se



Om framträdandet

Komedin spelas på engelska av svenska ungdomar från teaterprogrammet på
Stockholms Estetiska Gymnasium samt
A La Carteteatern i Huddinge

BOTKYRKA RIKSTEATERFÖRENING LOCKAR MED:

FOGELSTAD

Onsdagen den 3/10 - 2018. Klockan 19.00
Spelplats: Folkets Hus Hallunda
Speltid: 1 timme



fem kvinnor - fem viljor - en tanke

I "Fogelstad - fem kvinnor, fem viljor, en tanke", gestaltar Anna-Lena Hemström Kvinnliga medborgaskolans grundare. Många av medborgaskolans idéer är än idag kontroversiella. Mycket av det vi tar för givet idag, har vi dessa kvinnor att tacka för. Trots detta, är skolan knappt nämnd i historieböckerna. Ett provocerande faktum, som Anna-Lena Hemström nu finner att det är dags att ändra på! Och det gör hon med värme och humor, varvat med ett knippe sånger, som rymmer allt från ballad och samba till temperamentsfull tango.

Biljetter: Ordinarie pris: 200kr. Scenpass: 150 kr. Ungdom: 100 kr.

Scenpasspris 150 kr genom Merike 0739392150.

Biljetter skickas hem med faktura.

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/>