

Veckobrev nr 39 (23 - 29 september) 2019



Nu är seniorveckan avslarad. Ett mycket ambitiöst och intressant program, däribland fyra timmar öppet hus på Mötesplats Grödinge där duon Tvåflis (ganska lika duon Simon & Garfunkel) spelade och sjöng tillsammans med en allsångssugen skara besökare som fyllde lokalen – med råge

Vi fick information om PRO, SPF och Mötesplatsen och fyllde magarna med en underbar soppa (tack Viola och övriga som stod för förtäringen)

Resan till Saalbach-Hinterglemm

Vi hade en fantastisk vandringsresa till Saalbach-Hinterglemm tack vare två eldsjälar i SPF Botkyrka. Sex dagar med strålande sol och fina vandringar med olika svårighetsgrad. Trevligt att åka gondollift, äta matsäck och ta något att dricka på trevliga ställen, som finns i alla backar. Mycket god mat och trevlig samvaro. Tack Jarl och Anne-Marie från 13 mycket nöjda "Grödingar".



Bridge

Måndagsbridgen ♠ ♥ ♦ ♣

Vi spelar som vanligt på måndagar från kl 09.30 och ca tre timmar framåt inklusive kafferast och egna medtagna mackor. Platsen är SPF:s lokaler på Malmtorpsvägen 25.

Ni som sett annonser på anslagstavla eller flygblad under seniorveckan: ta kontakt. Vi vill gärna bli fler – är bridgen lite bortglömd kan vi ordna en kurs för att friska upp minnet

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 ordna yoga på Tullinge yogacenter, tisdagar kl 14 är det som gäller. Men vi måste vara 10 st, det blir 10 gånger och det kostar 1200 kr. Om du är intresserad, kontakta **Berit Åsberg**, ring **070-530 49 19** eller mejla **berit.asberg@telia.com**

Dagsresa med Rosella.

PRO ordnar en resa med Rosella till Åland den 28 okt. Lisbeth Lexell behöver veta redan 26 sept. om du vill följa med så att hon kan boka bussen. Bussen hämtar 8.45 i Vårsta bara hon får tillräckligt många anmälningar.

Resa med smörgåsbord, dryck och underhållning kostar 289 kr. Anmälan görs till Lisbeth Lexell tel 070 7285578. Om resan blir av sker betalningen på pg: 537450-9

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/>

Avslutningsvis lite information från Botkyrka Riksteaterförening samt opera- och filmprogrammet på Tumbascenen

Botkyrka Riksteaterförening generellt:

Hemsida: www.riksteatern.se/botkyrka

E-post: botkyrka@riksteatern.se

SPF:s kontaktperson: Bodil Nordström, tel 08-778 25 98

Som SPF-medlem får du biljett till scenpasspris (det som anges nedan).

Föreställningar de närmsta veckorna (på hemsidan hittar du all info)

Sö 29/9 kl 18.00	Axel von Fersens charmkurs , 200 kr, Segersjö Folkets Hus
On 2/10 kl 18.00	Peter Pan , 200 kr, Riksteatern
Lö 5/10 kl 15.00	Tre små grisar och den stora stygga vargen , Teater Tummeliten (3 – 6 år)
To 10/10 kl 19.00	En Frid(a) för själen , 200 kr, Folkets Hus Hallunda
Sö 13/10 kl 18.00	Så vill jag bli , 200 kr, Folkets Hus Segersjö

Tumbascenen visar såväl film som opera på bio. De har hemsidan <http://www.folketshustumba.se/>

Opera på bio:

Ti 24/9 kl 18.00 **Aida**, 200 kr, opera

On 25/9 kl 13.30 Dito

On 2/10 kl 19.00 **Roger Waters Us + Them**, 135 – 150 kr, rock-konsert

On 9/10 kl 19.00 **Metallica och San Fransisco Symphony Together Again**,
135 – 150 kr, konsert

Lö 12/10 kl 19.00 **Turandot**, 200 kr, opera

Film:

Priset är 100 kr om inte annat anges, cafébio innebär att fika ingår från kl 13.00.

Sö 22/9 kl 19.00 **Brevbäraren som byggde ett palats**

Ti 24/9 kl 14.00 Dito, cafébio

To 26/9 kl 19.00 Dito

Seminarium om

GLAUKOM – GRÖN STARR

Synskadades Riksförbund Stockholms och Gotlands län inbjuder dig till ett seminarium om ögonsjukdomen Glaukom – grön starr.

Tid: Torsdag 10 oktober, 13.00-15.30

Plats: Gotlandssalen, Gotlandsgatan 44, Sthlm

Överläkare och docent Enping Chen från Sankt Eriks Ögonsjukhus föreläser och svarar på dina frågor.

På plats finns också representanter från Synskadades Riksförbund som kan berätta mer om vår verksamhet.

Inträdesavgift: 100 kronor, betalas kontant på plats

Anmäl dig senast tisdagen den 8 oktober till
SRF Stockholms och Gotlands län,
Christina Sönnergren, tel. 08-462 45 08 eller
e-post: christina.sonnergren@srfstockholmgotland.se



Synskadades Riksförbund
Stockholms och Gotlands län