

## PROGRAM 2017

- 8 aug **Månadsmöte - Att göra ett korsord**  
14.30 Lindgården, Pris 60:-, ingen anmälan
- 15 aug **Blodomloppet - gå lunka eller spring**  
17.00 Samling i Knektaparken  
Efter loppet har vi picknick  
Pris 200:-, Betalning i förskott  
anmälan senast 25 juli  
till Jan-Olof Svensson, 0735-32 67 20  
jolo.sv@netatonce.net
- 25 aug **Gårdsrosteriet Vista**  
14.30 Samling vid Lindgården  
Pris 50:- inkl. fika  
Anmälan senast 18 aug till  
Lilian Mattsson, 0702-70 17 16  
lilian-mattsson@hotmail.com
- 30 aug **Promenad på Dumme mosse**  
10.00 Samling vid Lindgården  
Ingen avgift, Ta med fikakorg  
Anmälan senast 28 aug till  
Lilian Mattsson, 0702-70 17 16  
lilian-mattsson@hotmail.com
- 1 sep **Räkfrossa**  
18.00 Plats: Seniorernas Hus, Klostergatan,  
busslinje 1 och 3  
Pris 200:-  
Anmälan senast 25 aug till  
Olle Burström, 070-220 54 77  
olleburstrom@gmail.com
- 7 sep **Hemlig resa**  
09.00 Samling vid Lindgården  
Pris: 500:- inkl. Lunch och fika  
Anmälan senast 15 aug till  
Olle Burström, 070-220 54 77  
olleburstrom@gmail.com
- 12 sep **Månadsmöte - Musik från film och  
musikal**  
14.30 Plats: Lindgården  
Lindgården, Pris 60:-, ingen anmälan
- 13 sep **Promenad i Strömsbersskogen**  
10.00 samling vid Lindgården  
Ingen avgift, ta med fikakorg  
Anmälan senast 11 sep till  
Lilian Mattsson, 0702-70 17 16  
lilian-mattsson@hotmail.com
- 19 sep **Prova på golf**  
12.00 Samling vid restaurangen A6 Golfklubb  
Pris: 120:- inkl. Lunch  
Anmälan senast 15 sep till  
Olle Burström, 070-220 54 77  
olleburstrom@gmail.com

Reservation för ev. ändringar. Kolla gärna på hemsidan eller i samband med anmälan.

**Arrangemangen genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan**



## Ordföranden har ordet

Mat, resor, nöjen, sparande och oförutsedda händelser. Omkring en miljon pensionärer ska varje vecka klara detta på en tusenlapp.

Fyra riksdagsmän har under en vecka provat på att leva som pensionärer. Johan Forsell (m) lyckades genom att vrida och vända på slantarna och äta nudlar till lunch hålla budgeten med 140 kronors marginal. Anders

W Jonsson (c) fick avstå från att ge sitt barnbarn en present. Lotten Sunna (fi) fick avstå från att köpa nya skor och lyckades klara budgeten med 85 öre plus. Är jag inte värd mer tänkte hon. Jakob Forssmed (kd) lyckades få 7 kr över på sin "pension". Man får välja bort egna basala behov för att prioritera sina barnbarn säger han. Det har varit en nyttig erfarenhet säger alla fyra och tycker också att vi måste sänka skatten för pensionärer.

På 80- och 90-talen fördes en prioriteringsdebatt i Sverige. Vården skulle vara behovsstyrd, dvs. de mest sjuka och gamla skulle ha företräde till vården. Det inrättades särskilda diabetes-, astma- och hjärtmottagningar. Telefonsköterskor prioriterade bland de som ringde så att de mindre sjuka fick vänta på sin tur.

De senaste 10 åren har vi fått en mer efterfrågestyrd sjukvård. 2010 fick alla invånare i Jönköpings län rätt att själv välja vårdcentral. Det har lett till en förbättrad tillgänglighet för alla, även de mindre sjuka. Det innebär att vårdcentralerna blivit sämre utformade för äldre. Vi måste nu arbeta för att åter prioritera de äldre och multisjuka. Därför har pensionärsorganisationerna börjat samarbeta för att sätta press på kommunerna, bland annat genom att man undersökt kvalitén på våra vårdcentraler. Följande parametrar användes: fysisk miljö (parkering, väntrum & reception), telefontillgänglighet för äldre, om de äldre blir kallade till läkarbesök, om de äldre har egen sjuksköterska och läkare. Max poäng var 100. Resultat i Jönköpings län: Jag tar bara med den vårdcentral som vann och de som ligger kring Jönköping. 1:a Aroma i Vetlanda 87p, 2:a Rosenhälsan i Huskvarna 86p, 4:a Lokstallarna i Jönköping 76p, 16:e Läkarhuset Jönköping 61p, 20:e Rosenlund Jönköping 58p.

Som synes finns det mycket att jobba med, men glöm inte att ha lite trevligt också. Vårt höstprogram hem ska nu ha kommit alla medlemmar tillhanda både digitalt och i brevlådan. Ta en ordentlig titt i den för det är nog ett av de bättre programmen vi haft.

*Trevlig sommar och väl mött på höstens första månadsmöte den 8 augusti.*

Göran Viklander

**Betalning:** kontant, om inte annat anges, och gärna jämna pengar.

Begränsat deltagarantal på de flesta studiebesök och temamöten

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum, dvs betalning är obligatorisk

# B

Avsändare  
SPF Seniorerna Jönköping Öster  
c/o Lindgården  
Ringvägen 1  
554 54 Jönköping

VÄLKOMMEN TILL  
SPF SENIORERNA  
JÖNKÖPING ÖSTER

www.spfseniorerna.se/jonkopingoster

## Sedan sist har bland annat detta hänt ...

### Bussresa till Riksdagshuset i Stockholm

Måndagen den 8 maj åkte ett gäng glada SPF-are upp till huvudstaden för att göra ett besök i maktens boningar, nämligen RIKSDAGSHUSET. Väl framme mötte Jönköpings moderate riksdagsman, Sotiris Delis, upp och tog oss med på en tre timmars intressant rundtur. Det hela började med att vi fick träffa Ulf Kristersson, moderaternas ekonomisk-politiska talesman. Därefter besökte vi bland annat Plenisalen där några passade på att stå i talarstolen, och pressrummet där alla presskonferenser sker. Sotiris berättade kunnigt och engagerat om husets historia. Västra riksdagshuset, nuvarande Plenisalen, var tidigare Riksbankshuset men byggdes om i samband med införandet av enkammarriksdagen.

Det finns ca 4000 konstverk i Riksdagshuset. Det mest kända finns i Plenisalen bakom talarstolarna. Den kallas för Riksväven men heter egentligen " Minnet av ett landskap " och är gjord av Elisabeth Hasselberg Olsson. Hon har använt sig av 200 olika gråa nyanser av handfärgat lin från Sveriges alla landskap.

Under bussresan hem konstaterade vi att det varit ett fantastiskt trevligt studiebesök och att Sotiris varit en utmärkt guide. Han var för övrigt oerhört tacksam över att bo i ett land där han som grekisk invandrare kunnat hamna i Sveriges maktcentrum.

### Stadsvandring

Torsdagen den 18 maj samlades en grupp medlemmar för att göra en stadsvandring från Hovrättstorget österut i staden under ledning av Lena Andersson, som är auktoriserad guide i Jönköping. Mycket kunnigt berättade hon om Jönköpings privilegiebrev från 1284 och de gamla byggnaderna kring Hovrättstorget, bland annat Göta Hovrätt som sedan 1600-talet har sin verksamhet i en och samma byggnad. Vi gick vidare österut och tittade in på en

del idylliska stadsgårdar som står i bjärt kontrast till den hårt trafikerade Östra Storgatan. Promenaden tillbaka till centrum gjordes på Kanalgatan som alltså fram till 1930-talet var en kanal från Munksjön. Via denna tog man sig in till den hamnbassäng som numera är igenfylld och blev Östra Torget, som en gång var det stora salutorget i Jönköping. Vi såg också en del av den nya staden, Kålgården, och via museets park kom vi så tillbaka till utgångspunkten. Stadsvandringen avslutades med gemensam lunch på den libanesiska restaurangen Samboosaak.



### Flygmuseet i Linköping

Den 4 maj var vi ett gäng entusiaster från SPF Seniorerna Jönköping Öster som drog till Linköping för att besöka Flygvapenmuseet. För första gången var det manlig dominans bland deltagarna vilket var extra roligt. Vi började med att äta en god lunch på Calles restaurang i samma byggnad varefter vi vandrade ut för att beskåda denna fantastiska samling av gamla och nyare flygplan. Tillfälle gavs också att prova på flygning i simulator med blandat resultat. Flera tyckte att utställningen och historien bakom den nedskjutna DC3:an var fantastisk.

Efter en uppsamlade fika kunde alla konstatera att dagen varit mycket intressant och givande och som en av deltagarna sa "det här har jag längtat efter hela livet, men det har aldrig blivit av". Nu blev det av! Tack alla som var med och detta kan vi definitivt göra om.

## Cirklar och återkommande aktiviteter

Efter sommaren startar våra cirklar och återkommande aktiviteter igen.

För Qigongen gäller ändrad dag och tid, nämligen torsdagar kl. 12-13.30.



Nytt för hösten är gemensamma promenader på olika platser varannan onsdag med start den 30 augusti. Då samåker vi till Dumme mosse. Vandringsleden har gjorts mer lättillgänglig med bredare spänger och grusade stigar.

Kom ihåg fikakorgen!

Samåkningspriset är som vanligt 5 kr/mil och person.

I höstens program finns alla cirklar med kontaktuppgifter.