

PROGRAM 2017

- 8 nov **Promenad Bondberget, Öxnegården**
10.00 samling vid Lindgården för samåkning (5 kr/mil och person)
Ingen avgift, ta med fikakorg
Anmälan senast 6 november till Lilian Mattsson, 0702-70 17 16, lilian-mattsson@hotmail.com
- 14 nov **Månadsmöte - Homo Sapiens**
14.30 Plats: Lindgården
Lindgården, Pris 60:-, ingen anmälan
- 24 nov **After Work på Ölbryggeriet**
16.00 **Kroatorpet**
Buss 101 till Gränna, busshållplats utanför Kroatorpet
Pris: var och en betalar för sig på plats
Anmälan senast 20 november till Olle Burström, 070-220 54 77 olleburstrom@gmail.com
- 9 dec **Julmarknaden i Eksjö**
prel. Samling vid Resecentrum för samåkning
10.00 med Länstrafiken
Pris: resekostnaden till och från Eksjö med gemensamt resekort
Anmälan senast den 2 december till Olle Burström, 070-220 54 77 olleburstrom@gmail.com
- 12 dec **Månadsmöte - Lucia**
14.30 Plats: Lindgården
Lindgården, Pris 60:-, ingen anmälan
- 14 dec **Julbord - Idas Skola**
12.00 Samling vid skolans entré
Pris: 230:-, inkl. en dryck
Anmälan senast 28 november till Ulla Ekvall, 073-096 23 35, ulla.ekvall@telia.com
Begränsat antal platser
- 2018**
- 9 jan **Äldre i samhället**
14.30 Distriktsordförande Kjell Lindström informerar om SPF Seniorerna Jönköpings läns verksamhet i äldrefrågor; Service Ellen samt Fanny Djurström, Rosenhälsan
Plats: Lindgården
Pris: 60 kr inkl. fika, ingen anmälan

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

Arrangemangen genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

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

Begränsat deltagarantal på de flesta studiebesök och temamöten



Ordföranden har ordet

När jag skriver dessa rader har vi förmodligen redan haft vår traditionsenliga oktoberfest, spelat bort lite pengar på lunchtravet, besökt Munksjö Museum och gått långpromenader. Hösten har tagit över men hav tröst. Vi har många bra aktiviteter att se fram emot, t.ex. nästa månadsmöte (14 nov). Då kommer Per Dahlin att berätta den spännande historien om *människans (homosapiens) utveckling -varifrån och varthän*. Vidare har vi ett afterwork på ölbryggeriet

Kroatorpet, julmarknad i Eksjö och månadsmöte med luciabesök.

Vi kommer dessutom, med start på kommande månadsmöte, att börja prata om *äldre i trafiken*. Första gången blir det information om reflexer och hjälpmedel för säkra promenader. I december tar vi upp medicin och alkohol och när det är lämpligt att sluta köra bil.

SPF startade en kampanj i oktober med syfte att öka *seniorernas representation i politiska församlingar*. 26% av alla väljare är seniorer men bara 2.6% av de riksdagsledamöter som valdes senast var 65 år eller äldre. Kampanjen går ut på att få fler seniorer i riksdagen och att ta tillvara seniorernas erfarenhet.

SPF har också gjort en enkät bland 9000 medlemmar om vad de anser vara *valets viktigaste frågor*. Så här tycker seniorerna:

De 5 sakfrågor i riksdagsvalet som är *viktigast för Sverige* är: lag och ordning, invandring/ integration, skola/utbildning, sjukvård samt landets ekonomi.

De fem *viktigaste sakfrågorna för " mig som senior "* är: äldreomsorg, pensioner, sjukvård, egen ekonomi samt skatter.

Nästan hälften av de tillfrågade skulle rösta på ett parti som premierar äldrefrågor, även om det innebär ett byte av parti.

Exempel på frågor som seniorerna anser är en regional/kommunal fråga är bostadsbyggande, äldreomsorg och sjukvård. 64 % anser att dessa områden är avgörande för hur de röstar i *valen till kommun och landsting*.

Fler än hälften är oroliga över att kommunen inte har kapacitet att ta över driften av verksamhet som riskerar att läggas ned, om välfärdsutredningens förslag kring omsorgen går igenom.

Nästan samtliga tycker att tandvård ska ingå i den allmänna sjukförsäkringen, att det ska införas ett nationellt vaccinationsprogram för äldre samt att man ska kunna välja äldreomsorg och vårdcentral. Bostäder (seniorbostäder, rimliga hyreskostnader), är den absolut viktigaste fråga som medlemmarna tycker att SPF ska driva. Därefter kommer pensioner och sjukvård.

Det är ingen större skillnad på svaren mellan män och kvinnor och inte heller mellan åldersgrupperna.

Som ni ser finns det mycket att göra för våra seniororganisationer. Försök värva några bekanta eller grannar till oss i SPF Seniorerna Jönköping Öster. De här frågorna gäller ju dem också.

Göran Viklander
ordförande

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

www.spfseniorena.se/jonkopingoster
ordf. Göran Viklander, tel. 036-100275

B

VÄLKOMMEN TILL SPF SENIORERNA JÖNKÖPING ÖSTER

FRISKVÅRDSKORTET

Nu har SPF Seniorerna Jönköpings län introducerat *Friskvårdskortet*. Kortet kostar 20 kr och man får köpa så många kort man vill. Kan köpas vid månadsmötena och genom att kontakta kassör Anne-Marie Hellqvist, tel. 0730 20 30 31 eller någon i styrelsen.

Man fyller i datum och vilken fysisk aktivitet (minst 30 minuter) man utfört i sin egen takt varje gång. Det kan vara en promenad, cykeltur, bowling, qigong, trädgårdsarbete mm. Om man utför två aktiviteter av samma slag med ett kort uppehåll, så räknas de dock inte som två.

Med jämna mellanrum kommer SPF Seniorerna Jönköping Öster att bland inlämnade kort göra en utlottning.

Dessutom kommer alla ifyllda kort under perioden 1 oktober 2017 - 28 februari 2018 att sparas. Den förening som lämnar in flest kort i förhållande till medlemsantal den 1 januari 2018 vinner ett pris på 10.000 kr, som kommer att delas ut på distriktets årsstämma den 10 april 2018.

Medlemsavgiften för 2018

I slutet av november kommer avi för medlemsavgiften 2018 att skickas ut med sista betalningsdag 2017-12-20. Avgiften 2018 är oförändrat 260 kr per person. Detta för att antalet medlemmar ska bli så rättvisande som möjligt den 1 januari 2018, då föreningens avgifter till distrikt och förbund beräknas på detta antal.

Sedan sist har bland annat detta hänt ...

Månadsmöte - Kvacksalvare eller inte?

Olle Burström höll i månadsmötet och hälsade ett 70-tal medlemmar och dagens gäst Leif Ockander välkomna. Leif Ockander, pensionerad överläkare på Ryhov, kåserade om två medicinska profiler från trakten. Först på tur var Doktor Herman Hjorton, som faktiskt var Huskvarnas första läkare. Leif berättade att den spanska sjukan som härjade i spåren efter första världskriget orsakade många lidande och död. Det fanns inget botemedel, varför doktorn började tillverka det som skulle komma att kallas "Doktor Hjortons pulver". Troligen hade han lärt sig detta i Uppsala under läkarstudierna. Pulvret, som många i Huskvarna åt dagligen, hjälpte både mot värk och trötthet och såldes i små påsar. När doktor Hjorton dog hyllades han med en statsliknande begravning som en stor hjälte. I efterhand visade det sig dock att hans pulver innehöll giftiga ämnen som påverkade njurarna och många som hade ätit pulvret fick njursvikt och dog i urinförgiftning.

Därefter berättade Leif om Sven Ingemansson, eller Flahultarn som han kallades i folkmun. Sven hade sin mottagning hemma i köket och behandlade folk med sin specialmedicin "Supen" som många försökt avslöja innehållet i. Sven påstods ha fått flera attraktiva erbjudanden för receptet men innehållet förblev hemligt och Sven tog det med sig i graven. Sven var väl inte den mest kundorienterade "läkaren" i trakterna och kunde på ett ganska bryskt sätt avvisa patienter om det inte riktigt passade honom. Han tillverkade sina salvor och "Supen" med egna ingredienser bl.a. från sin trädgård. Som kuriosum så växer idag flera rödlistade och unika växter på den gamla gården. Så vem vet han hade kanske en förlaga till penicillinet i sin sup.

Mötet avslutades med fika och sedvanlig lotteridragning.

Vandring Kolarleden

Den 11 oktober var det dags igen för en promenad för medlemmarna i SPF Seniorerna Jönköping Östers regi. Denna gång var promenaden förlagd till Kolarleden i Bottnaryd. Leden är 3,5 km lång och starten är vid södra delen av sjön Stråken. Här bjuds på en promenadslänga med natur- och kulturupplevelser. Utmed leden finns 14 st informationstavlor, som berättar om vad som har utspelat sig inom området förr i tiden. När man går längs med sjön och sedan i skog och gläntor är det svårt att förstå att det varit full aktivitet här förr. Kolare har tidvis bott i kolarkojor för att framställa kol i kolmilor. En autentisk kolarkoja finns uppbyggd utefter leden. En bit av Kolarleden går man på den gamla banvallen, där tågen mellan Borås och Jönköping gick för ett antal år sedan. Stråken trafikerades förr av fyra ångbåtar, som forslade timmer på sjön. Promenaden uppskattades mycket av deltagarna. Efter avslutad promenad intogs kaffe och medhavd matsäck, vilket smakade underbart efter ca 1 timmes promenad. Även denna gång hade vi tur med vädret, solen visade sig med jämna mellanrum.

