

SENIORERNA

Idun
Danderyd



Medlemsblad

Nr 3 2023

A physiotherapist with long brown hair, wearing a white polo shirt, is assisting a patient with blonde hair. The patient is on a yellow mat on a grey floor, in a quadrupedal position with their back to the camera and one leg extended horizontally. The physiotherapist is leaning over the patient, supporting their back with one hand and their leg with the other. In the background, there are blue and red exercise balls and a white cabinet. A green circle in the top right corner contains the text 'Frikort gäller'.

Frikort
gäller

Kiropraktik, sjukgymnastik, fysioterapi, diestetist & arbetsterapi

På Aktivera Kiropraktik & Rehab arbetar vi med patienter både individuellt och i grupp. Kan du av medicinska skäl inte ta dig till mottagningen så gör vi även hembesök. Du behöver ingen remiss för att besöka oss.

**Hemrehabilitering • Hjälpmedel • Handrehabilitering
Artrosskola • Balansskola • Fallprevention**



Mörby Kontor, Svärdvägen 7C & Bagarbyvägen 61, Sollentuna
www.aktiverarehab.se • Tel: 08-630 09 90

SPF SENIORERNA IDUN DANDERYD

Innehåll i nr 3 - September 2023

Ordföranden har ordet _____	4
Några minnen från 1940-talets Djursholm _____	5
AI (artificiell intelligens) = Framtiden? _____	10
Genomförda arrangemang _____	11
Guidad visning av Bergianska Trädgården _____	11
Mordvandring i Nora _____	11
Utflykt till Grönsö _____	14
Kommande aktiviteter hösten 2023 _____	18
Vasa till Bernadotte - Jubileumsutställning _____	18
Kulturbiennalen Danderyd _____	19
Palliativ vård _____	19
Hallsenius begravningsbyrå _____	19
Seniordagen Mörby centrum _____	20
Julmarknad i Mariefred _____	20
Julmingel med rimstuga _____	20
Aktiviteter _____	21
Styrelse _____	24
Funktionsansvariga _____	24
Kistefos _____	26
Kommuninfo/viktiga telefonnummer _____	31

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Gull Axén

Denna sommar blev väl inte riktigt som jag hade önskat. Det har varit lite för blåsigt och regnigt och för låga dagstemperaturer för mig. Förhoppningsvis får vi en bra höst.

Ombildningen av Kevingehuset till trygghetsboende har medfört att vi blivit av med det lilla kansliet vi hade på Edsviksvägen 1A, vi har fått gemensamt kontor en trappa ner, tillsammans med övriga föreningar verksamma i Kevingehuset. Förhoppningsvis kommer detta att fungera bra men vi har ingen erfarenhet ännu.

Samarbetet med kommunen när det gäller Kevingehuset gnisslar en del. Tyvärr har förutsättningarna för hur vi kan vara där förändrats i och med att Kevinge Senior kafé tillkommit. Kaféet är öppet tisdag till fredag mellan 14 och 16. Detta konkurrerar med oss och vi har därför svårt att ha våra föredrag eller underhållning kl 14.30. Vi kommer därför att i fortsättningen (dvs från nästa vår) att ha våra program i lokalen en trappa upp.

Det gnisslar också i samarbetet med kommunen när det gäller KPR, det kommunala pensionärsrådet. Rådet ska träffas fyra gånger om året för att prata om olika, för oss viktiga frågor. Detta år blir det kanske bara två möten där vi kan göra detta. Det första mötet i januari var ett s.k. dialogmöte om Norra torget vid Mörby C. Det första mötet i höst är också ett dialogmöte, denna gång om anhörigstöd. De frågor vi vill diskutera i höst är bl.a. IVO-rapport om äldreboendena som inte var så positiv för Danderyd, uteblivna förtroenderådsmöten, kriterier för biståndsbedömning, huruvida KPR ska vara placerad under Socialnämnden och efterlevnad av Nationella riktlinjer för måltider vid äldreboenden.

På distriktsnivå handlar det en hel del om digitalisering, ett spännande ämne om hur vi kan förvänta oss att tillvaron för oss förändras. Jag är kontaktperson i detta ärende, så det kan säkert komma något om det framöver. I detta nummer av medlemsbladet finns en liten artikel (kåseri?) om AI (artificiell intelligens).

Våra aktiviteter under hösten presenteras löpande en eller två gånger i månaden i de medlemsbrev som skickas till alla som har e-post. Det är ett snabbt sätt att informera våra medlemmar om vad som är på gång. Vi försöker också hålla hemsidan uppdaterad. Vårt medlemsblad kommer därmed att mer bli ett forum för referat från våra aktiviteter och intressanta artiklar.

Inbetalningskortet (fakturorna) kommer i november. Det är praktiskt att få dem som e-faktura, så om du inte redan har det, prata med din bank och gör det senast den 15 oktober.

Det är ett halvår kvar till nästa årsmöte, men jag vill redan nu flagga för att det kommer en ny ordförande efter årsmötet, det är dags för mig att lämna över till någon annan. Hör gärna av dig till valberedningen om du har någon kandidat till styrelsen.

NÅGRA MINNEN FRÅN 1940-TALETS DJURSHOLM

Jan Halldin. Leg. läk. Med. dr

Under mina första levnadsår i slutet av 1930-talet bodde vår familj i en mindre villa i närheten av Djursholms Ösby station, från den tiden är mina minnen fragmentariska.

Under 1940-talet kom sedan min pappa, min mamma, min ett och ett halvt år yngre bror och jag att bo i en större vitrappad villa på Vendevägen 11 i Djursholms centrum. Villan låg på en större tomt långt uppe i en backe något hundratal meter ovanför den gamla Konsumbutiken. Den senare revs och en ny Coop Konsumbutik byggdes på samma plats vid Vendevägen 1960.

Den centrala gatan i Djursholm är numera 300 meter lång från Vendevägen 7 till och med 13. På denna del av Vendevägen finns idag vårdcentral, äldreboende, bank, bibliotek, bokhandel, livsmedelsbutik (Coop), andra butiker, ett flertal restauranger, konditori och bostadsrättslägenheter.

Vid denna centrala gata är numera alla hus, som fanns på 1940-talet inklusive vår familjs villa, sannolikt rivna.

Nedanför vår bostad på Vendevägen låg en begravningsbyrå i ett stort brunmålat flervåningshus. Jag tyckte att en begravningsbyrå borde vara svartmålad så jag stod som ung parvel en hel dag och försökte med kol färga huset svart så långt upp jag nådde med mina barnaarmar. Innehavaren till begravningsbyrån blev inte glad – min mamma inte heller. Hon fick nämligen under många timmar stå och försöka tvätta bort kolet. Om resultatet blev bra vet jag inte.

Min pappa var apotekare och min mamma farmaceut. De hade träffats under studietiden. Ett minne från den tiden är följande: Djursholms apotek var då inhyst i en av flyglarna vid Djursholms slott. En dynamitard hade en natt gjort inbrott i apoteket genom att i apoteksflygelns ena långvägg spränga ett stort hål genom vilket han tog sig in. Jag minns att jag dagen efter cyklade och tittade på det runda hålet, som uppenbarligen var forcerat med stor precision. När denne dynamitard hade avtjänat sitt straff fick jag se honom sprängande stubbar ute på vårt sommarställe på den natursköna ön Dävensö på Mälaren. Min driftige pappa hade anlitat honom för denna tjänst. Jag tror att det än idag går att se lagningen av hålet på apoteksflygelns vägg.

Min pappa var också den förste sjukhusapotekaren på dåvarande Mörby lasarett (numera Danderyds sjukhus). Första gången jag besökte lasarettet – som senare blev en av mina arbetsplatser – var vid fyra-fem års ålder då min yngre bror och jag följde med vår pappa för ljusstöpning – ett fint och ljust minne.

Ett av staketerna på vår tomt gränsade mot en annan stor villa som hade sin adress Auravägen 20. I villan bodde en familj vars son Kalle vi dagligen lekte med. Denna villa är renoverad men inte riven utan finns kvar än idag.

1910 förvärvade författaren Gustaf Janson villan och flyttade dit med hustru och två söner. Tyvärr avled Gustaf Janson redan 1913. Änkan och de två sönerna bodde kvar i villan till 1926. En av sönerna Gösta Gustaf-Janson blev också författare. Han gav 1927 ut sin första roman, Rydsholm:

En roman om de stängda grindarnas stad. Rydsholm var täcknamnet för verklighetens Djursholm. Rydsholm skildras framför allt i debutboken men finns även med i senare böcker av författaren. Memoarboken Att vända åter (1981) rörande åren 1902–1921 är i hög grad läsvärd, särskilt skildringarna från Djursholm.

Fastigheten Auravägen 20 ligger bra till i Djursholms centrum och skulle sannolikt ha varit ett lämpligt kulturhistoriskt objekt för ett författarmuseum. Övervägde det kommunägda Djursholms AB aldrig detta alternativ då man övertog fastigheten på 1970-talet, är min undran? Fastigheten blev sedan privatägd.

Jag och mina lekkamrater på 1940-talet roade oss under vintrarna med att åka kälke från Auravägens krön nedför backen förbi nummer 20 för att sedan försöka få stopp på kälken innan Auravägen korsade Vendevägen. Risken var annars stor att kälken skulle krocka med en bil. Vid läsningen av boken Att vända åter finner jag att Gösta Gustaf-Jansson med sina kamrater hade roat sig med att åka kälke på samma Auravägsbacke trettio år tidigare.

Auravägen hade också flera backar och den sista mynnade ut nere vid Strandvägen. Den 14 februari 1900 kom ett förnämt sällskap bestående av bland andra Kronprinsen, sedermera Gustav V, och prins Eugen med uppvaktande för att utöva kälkbacksåkning. Kälkbacken bestod av Auravägens vattenspolade sluttning ned mot Värtans is, på vilken en bred bana hade sopats en bit ut mot Lidingölandet. Vid de kungliga kälkfärderna stängdes bägge vägarna av för allmän trafik. När Djursholmsborna i hög fart virvlade nerför backen var dock korsningen Auravägen - Strandvägen obehagad.

På adressen Auravägen 25 fanns på 1940-talet ett större hus med lägenheter. I en av dessa bodde en belgisk prinsessa med sin son; vi kan kalla honom Palle. Med Palle gjorde min bror och jag en del bus. Vi inhandlade smällare av olika styrka, la dem under stenar och stubbar och tände på. Mina föräldrar blev arga, men kanske mest oroliga, för att vi skulle skada oss. Med Palle gick vi ofta på söndagsmatiné på biografen Amiralen, som var inhyst bakom dåvarande Djursholms Restaurant. Åtskilliga Tarzanfilmer avnjöts på bion med tillhörande godis. Framför Djursholms Restaurant

låg hållplatsen Restauranten där den då smalspåriga Eddavägslinjen gick. Att höra och se den smutsbruna motorvagnen med tillkopplade vagnar skramla förbi i sakta gemak mellan villorna var något speciellt.

Djursholms Restaurant stängdes 1956 och brändes ned vid en brandövning 1963 medan det sista tåget på Eddavägslinjen gick i mitten på 1970-talet.

Ett fint minne, som jag har av Palles mamma, prinsessan, är att hon sydde upp fotbollströjor åt oss när vi som pojklag spelade mot ett annat pojklag.

Gösta Gustaf-Janson skriver i sin bok Att vända åter, att fattiga och nödlidande existenser kunde man inte hitta i vår stad. ”Fattiga fick inte finnas i Djursholm.”

Nathan Söderblom gjorde, som ärkebiskop, i början av 1920-talet en visitation i staden. I en morgonbön i samskolans aula talade han till ungdomarna och sa bland annat att de beträffande timliga ting var bättre lottade än de flesta andra på vår jord. De levde i trygga hem, fick en förnämlig utbildning och deras framtid såg ljus ut. Men ändock fanns i deras situation en svår brist. De visste ingenting om tillvarons skuggsidor, förskonades från dess vedervärdigheter och mötte aldrig elände och nöd. Det låg säkerligen en del sanning i Söderbloms tal till Djursholms ungdomar,

Fanns det under min uppväxt på 1940-talet några fattiga människor i Djursholm? Jag kommer ihåg en person kallad ”Luffar-Knutte”. Han kom ibland vandrande med sin slipmaskin på en vagn och erbjöd sig slipa våra köksknivar. Så här efteråt har jag funderat på om han möjligen var hemlös. Jag tror också att det på 1940-talet, i andra världskrigets skugga, i Djursholm fanns personer som inte hade det så gott ställt.

Källor:

- 1) *Samfundet Djursholms Forntid och Framtid. Villastaden 100 år. XXII. Årgång. 1989*
- 2) *Samfundet Djursholms Forntid och Framtid. Djursholm 2000. XXVIII. Årgång. 2000*
- 3) *Gustaf-Janson G. Att vända åter. Memoarer 1902-1921. Bonniers. Stockholm: 1981*

Vi säljer flest bostäder i Danderyds kommun*

Vi är glada att så många har valt att anlita oss och gjort oss till Danderyds mest anlitade mäklarfirma. Det hade vi inte varit utan nöjda kunder.

Funderar du på att sälja? Kontakta oss redan idag så hjälper vi dig att förbereda din försäljning.

* Enligt Hemnets utbudsstatistik för 2022



Elin Gyltefors
T 070-371 57 20



Peder Nordin
T 073-541 24 83



Jaqueline Söderberg
T 073-504 74 55



Johan Palmblad
T 070-569 18 18



Jenny Dunér
T 070-432 63 05



Johan Ekenstam
T 070-855 55 86

AI = FRAMTIDEN?

Bo Bäfvertoft, IT-ansvarig SPF-förening

Det pratas ju så mycket om artificiell intelligens just nu. Eftersom jag ville testa ChatGPT (dvs man pratar med en robot) ställde jag en fråga: ”Varför är det bra att vara medlem i SPF Seniorerna?” och fick följande svar:

”Det finns flera fördelar med att vara medlem i SPF Seniorerna. Här är några möjliga anledningar:

1. Social gemenskap: SPF Seniorerna erbjuder möjligheter att träffa och umgås med andra äldre människor. Det kan vara ett bra sätt att bygga sociala relationer och få stöd och kamratskap.
2. Aktiviteter och evenemang: Organisationen erbjuder olika aktiviteter, resor, studiecirkel och kulturella evenemang som kan vara stimulerande och roliga att delta i. Det kan hjälpa till att hålla dig aktiv och engagerad.
3. Inflytande och påverkan: SPF Seniorerna är en intresseorganisation som arbetar för att främja äldres rättigheter och välbefinnande. Genom att vara medlem kan du vara med och påverka politiska beslut och samhällsfrågor som är viktiga för äldre personer.
4. Förmåner och rabatter: Medlemskapet kan ge tillgång till olika förmåner och rabatter, till exempel på resor, försäkringar eller hälsorelaterade tjänster.

Dessa är bara några exempel på varför människor kan uppskatta att vara medlemmar i SPF Seniorerna. Det kan vara bra att undersöka deras webbplats eller prata med befintliga medlemmar för att få mer specifik information om fördelarna med att vara medlem i just denna organisation.”

Det sista stycket i svaret kan väl tjäna som en impuls att titta igenom föreningens webbplats och fundera på om den ”lockar” nya medlemmar.

GENOMFÖRDA ARRANGEMANG

Guidad visning av Bergianska trädgården

En vacker försommardag besökte ett 30-tal medlemmar Bergianska trädgården. Av en av trädgårdens kunniga biologer (hans huvudsakliga inriktning var ormbunkar) tittade vi på de konstgjorda bergen för olika landskapstyper, tittade på en tall som var över hundra år men bara en meter hög, vandrade igenom den japanska trädgården, förbi Professorsvillan, stannade till på den italienska terrassen (med utsikt över Brunnsviken) och gjorde slutligen ett besök i Victoriahuset där jättenäckrosen blommade. Besöket gav mersmak och vi kommer nog göra en av höstens första vandringar där, utan guide.



Dagresa till Nora torsdagen den 13 juli, med tema Mordvandring

Text: Maria Avellán, foto: Gabriella Zaunders

Vi åkte med Larssons resor som hämtade upp vid Danderyds sjukhus. Sex stycken deltog från IDUN. En mycket trevlig guide från Larssons resor medföljde, Michaela Jolin, dotter till vår kände konstnär Einar Jolin. Hon var mycket behaglig och berättade små anekdoter under resan gång i lagom portioner.

MONICA HALLSTRÖMS
Hörselklinik

Leg. Audionom



**När testade du din hörsel sist?
God hörsel ger livskvalitet.
Dagens hörapparater
kan hjälpa dig!**

Välkommen till min Hörselklinik på
plan 5 i Mörby Centrum.

Tidsbeställning tel: 072-261 76 00

www.horselklinik.se

Vet dina nära och kära hur du inte vill ha det på din begravning?

Vissa vi möter vet precis hur de vill ha sin begravning. Andra vet hur de absolut inte vill ha det. Vet dina anhöriga vad som är viktigast för dig? Fyll i dina önskemål i vår folder Livsarkivet. Du kan hämta det hos oss, vi hjälper dig gärna med dina funderingar och frågor.

*Hallsénus Begravningsbyrå är ett familjeföretag som grundades 1884.
Varmt välkommen till oss i Täby, Vallentuna, Åkersberga,
City - Odengatan, Nacka och Lidingö.*

HALLSÉNIUS BEGRAVNINGSBYRÅ

Biblioteksgången 2, 183 70 Täby

Tel: 08-544 732 80

www.hallsenius.se



HALLSÉNIUS
BEGRAVNINGSBYRÅ

Vi passerade Enköping, Arboga och Köping innan vi kom fram till Nora där vår lokala guide mötte upp, Ove Hoffner, systerson till Dagmar Lange alias Maria Lang. Han berättade med stor inlevelse och med humor om sin moster och var hon planerade för sina romanmord. I böckerna kallar hon Nora för Skoga. Hon gick ut på nätterna med ficklampa för att få inspiration till sina deckare och gick sedan hem och skrev. På dagarna sov hon mest. Flera av romanerna har filmatiserats. I höst kommer en dokumentär om henne på SVT som Ove Hoffner har medverkat i.



Dagmar var lärare och även rektor för Nya Elementar för flickor på Östermalm i Stockholm. Hon flyttade till Nora som pensionär och då tog skrivandet fart.

Ove är också skådespelare och har arbetat med dockteater tillsammans med Staffan Westerberg. Detta gav förstås mervärde till guidningen.

En god lunch serverades därefter på Nora Stadshotell. De som ville kunde sedan köpa en Noraglass, känd för sin höga kvalitet och som tillverkas på plats.

Hemfärden gick via Nora trädgård, en handelsträdgård som låg vackert med utsikt över Nora sjön. Vi var hemma strax efter 18.00 efter en mycket lyckad utflykt.

Utflykten till Grönsöö

Gull Axén

När vi lämnade Danderyd regnade det. När vi kom fram till Grönsöö hade solen brutit fram och vi fick en fin dag i den underbara parken och besök i slottet.



På vägen stannade vi vid Villberga kyrka för ”busskaffe”. Kyrkan är från 1200-talet och har fantastiska takmålningar. De har varit överkalkade, bemålade igen av Albert Pictor-skolan och vitmålade igen. Nu har man tagit bort alla övermålningarna och fått fram de fantastiskt vackra medeltida målningarna, en bit Pictor finns dock kvar.



Sedan Grönsö slott från 1600-tal utanför Enköping vid Mälarens strand. Där fick vi privat visning av slottsherrn Jakob von Ehrenheim som med stort engagemang tillsammans med sin fru sköter och driver detta slott med omgivningar genom en stiftelse för att kunna bevara detta unika kulturarv för framtiden.

Bessan och Jacob von Ehrengren som bor på Grönsö slott hälsade oss välkomna till detta fantastiska slott som byggdes mellan 1607 och 1611 och som fortfarande är privatägt. Från början fanns det fyra torn, ett i varje hörn, men dessa var i så dåligt skick så de revs 1738 och då fick slottet sitt nuvarande utseende.

Jacob tog med oss på en tur i slottet som faktiskt ser ut som om någon bor där, vilket faktiskt stämmer. Jacob och Bessan bor i en del av slottet. Familjen von Ehrengren äger slottet sedan 1820 och stora delar av möblerna härrör från den tiden, dittagna av första familjemedlemmen som flyttade in. Det fanns mycket att titta på, fantastiska kristallkronor, rengjorda tapeter gjord av gyllenläder, vackra möbler och porträtt, både av kungar och familjemedlemmar och av Johan Skytte, han som lätt bygga det ursprungliga slottet.

Välkommen till en riktig inredningsbutik

Besök vår unika butik som är fylld med snygga möbler, mattor, lampor, tyger och inspiration.

Inredningsuppdrag

Vi ger dig hela inredningsförslag med möblering, tygval samt färgsättning eller fungerar som bollplank för dina idéer.

Egen syateljé och tusentals tyger

Vi har ett av Sveriges största tygrum med ett urval från världens alla tyghus. Det stora tygsortimentet gör att du kan få din alldeles egna unika möbel eller måttsydda gardiner.

Hitta mer information och din närmaste återförsäljare på vår hemsida www.englishon.se

Öppettider

Mån - Fre 11-18

Lördag 11-16

Söndag 11-15

Adress

Englesson & Company
Danderydsvägen 69, Djursholm
+46 8 755 56 60
mobelbutiken@englesson.com

Englesson
MÖBEL



& Company
BUTIKEN



Parken firar 400-årsjubileum i år. Det utseende den har i dag är huvudsakligen av barocktyp. Där finns en lind, planterad av drottning Christina som fortfarande frodas och en stickling av denna som planterades av Drottning Silvia för 20 år sedan.

Vi tittade också på utställningar om parkens historia och ett urval av slottets stora samling av broderier som slottets damer tillverkat genom århundraden, de fick ju inte arbeta och måste sysselsätta sig med något. Vi kunde också köpa med oss hem äppelmust gjord på äpplen som odlas på Grönsöö, vilket är en del av verksamheten.

Lunch intog vi det gamla brännvinsbryggeriet, intressant med ett hål i golvet varur man hämtade kylvattnet som behövdes i processen.

En minnesvärd utflykt!

KOMMANDE PROGRAM

Vasa till Bernadotte – jubileumsutställning på Slottet

Vi följer upp föredraget om släkten Bernadotte genom att gå på en guidad visning av denna utställning.

9 oktober kl 15.00 eller 10 oktober kl 14.30. Samling Yttre borggården. Max 15 personer. Pris 220 kr. Obs! Utställningen den 10 oktober är fulltecknad.

Anmälan och betalning senast 3 oktober till spf.idun@gmail.com och betalning till bg 5314-8979 när du fått besked att du fått plats.

Kulturbiennial 2023

Danderyds Kulturbiennial 2023 kommer att äga rum mellan den 14 och 22 oktober. Det är den sjunde biennalen sedan start och Idun planerar tillsammans med STF Nordost att genomföra en kulturvandring.

Palliativ vård

Mikaela Luthman, överläkare inom ASIH på Stockholms Sjukhem, har skrivit boken "Om döendets vardag". Mikaela kommer till oss den 24 oktober

– Under åren har jag samlat på mig erfarenhet av mänsklig styrka, mod och godhet, men också av rädsla, känslor av vanmakt, sorg och övergivenhet. Jag har samlat på mig många berättelser om underbara människor, men också fultigheter och svek i den svåraste stunden. Många fina samtal med döende och deras anhöriga har givit mycket, med dråpliga episoder, skratt mitt i en del elände, och ibland många tårar. En del av allt jag har varit med om och lärt mig under åren vill jag förmedla här, säger Mikaela Luthman.

Tisdagen den 24 oktober kl 14.30 Edsviksvägen 1A. Pris för medlem 50 kr, gäst 80 kr. Anmälan senast 20 oktober till spf.idun@gmail.com Betalning till 5314-8979.

Hallsenius begravningsbyrå - Att planera inför livets slut

Vad händer vid ett dödsfall? Vem ärver? Hur fungerar det egentligen med framtidsfullmakt? Vad har jag för alternativ gällande begravning

och gravsättning? Var kan jag anteckna önskemål kring min begravning? Behöver jag skriva ett testamente och var kan jag förvara det?

Hallsénius begravningsbyrå och Verahill familjejuridik bjuder in till en informationsträff där vi går igenom vad som finns att tänka på och planera inför livets slut.

Varmt välkomna till Kevinge Vårdshus, Edsviksvägen 1A den 7 november kl 14.30. Anmälan görs till spf.idun@gmail.com eller 08- 755 82.90 senast 3/11. Pris för medlem 50 kr (fika), gäst 80 kr. Betalning till bg 5314-8979.

Seniordagen i Mörby centrum

Seniordagen har blivit en tradition. I år blir det den 15 november. Platsen är Mötestorget i Mörby C utanför biblioteket. Kom gärna förbi mellan kl 11 och 15.

Julmarknad i Mariefred med julbord på Megs kök 3/12

Avresa från Danderyds sjukhus (bussterminalen läge H) kl 9.15.

Söndag. Det är Första advent och dags för Mariefreds klassiska julmarknad! I den idylliska miljön med hus från 1700- och 1800-tal hittar vi Rådhusorget som denna dag fylls med mat, hantverk och mycket mer som hör julen till. Utöver marknaden håller många butiker adventsöppet! Sedan kommer vi till Megs Kök där det traditionella julbordet väntar på oss. Åter i Stockholm omkring klockan 17.30.

Pris 1 290 kr. Anmälan senast 15 september till spf.idun@gmail.com med angivande av namn, adress, telefon och e-postadress.

Julmingel med rimstuga och tomte

Om du har svårt att få till rimmen på julklapparna kan du komma och få hjälp och också mingla en stund med lite glögg och pepparkakor. Tomten kommer kanske också på besök.

Tisdagen den 5 december kl 15.00, Edsviksvägen 1A, 1 tr. Pris 100 kr. Om du vill få klapp av tomten får du ta med en klapp till någon annan för max 40 kr. Anmälan senast 1/12 till spf.idun@gmail.com och betalning till bg 5314-8979 när du fått besked att du fått plats.

AKTIVITETER

Bridge

Torsdagar Edsviksvägen 1A kl. 13.00. Kontakt Margareta Beermann:
Beermannmargareta@gmail.com, 070-978 82 11.

Onsdagar i Enebyberg (Träffpunkt Enebyberg) Man spelar kl 10.30 till ca 15.00 med lunch emellan. Kontakt Håkan Furst 076-899 10 33.

Nybörjarkurser erbjuds av Norrorts Bridge i Täby. Kontakt Leif Tärnström 0722-523 549, leif.tarnstrom@gmail.com.

Boule i Enebyberg

Nytt från hösten 2021. Nu kan man spela boule i Enebyberg. Onsdagar kl 14.00 när vädret tillåter. Kontakt Maria Avellán, avema@telia.com.

Seniormötesplats

En seniormötesplats har öppnats i Mörby C. Den är öppen på måndagar kl 14.00. Man kan få hjälp från kommunen i vissa frågor och få en kopp kaffe.

Golf

Kontakta Lars Reuter, lars.reuter@telia.com

Promenera med oss!

På torsdagar har vi en grupp som går 5-7 km. Vi träffas någonstans kl 10.00

(var får man veta dagen innan med e-post) och har med oss fika som vi intar ungefär halvvägs. Kontakt: gull.axen@telia.com.

Fredagspromenaderna är något kortare och startar kl 11.00. Även här gäller olika startpunkter och fika i liten rygga. Kontakt: ierneman57@gmail.com.

Här är ett litet collage från några av förra säsongens promenader.



ÄLDRETELEFONEN 020-22 22 33

Vår stödtelefon riktar sig till äldre som mår psykiskt dåligt. Välkommen att ringa när du vill prata om dina problem. Äldretelefonen är öppen kl 10.00–15.00 alla vardagar.



Vår erfarenhet och kunskap är din trygghet

Varje människa är unik.

Låt det synas i ert sista avsked.

Vi på Danderyds Begravningsbyrå hjälper till i alla steg att utforma en vacker begravning, precis som ni vill ha den.

Välkommen in så berättar vi mer.

Golfvägen 4, Danderyd | T-bana Mörby Centrum
08-755 71 43 | www.danderydsbegravningsbyra.se



STYRELSE

Ordförande

Gull Axén gull.axen@telia.com 070-472 91 71

Vice ordförande

Torsten Sjögren sjogren.torsten@telia.com 070-627 24 45

Kassör

Mats Nilsson mats.nilsson@hudlakargruppen.se 070-890 03 96

Sekreterare

Ingrid Erneman ierneman51@gmail.com 070-864 06 25

Medlemssekreterare

Gabriella Zaunders spf.idun.medlem@telia.com 070-752 30 36

Programansvarig

Maria Avellán avema@telia.com 073-618 67 43

Ledamöter

Anita Enflo anita.enflo@gmail.com 070-521 48 24

Yvonne Falk y.falk@telia.com 070-261 45 20

Owe Svantegård owe.svantegard@gmail.com 073-755 41 07

FUNKTIONSANSVARIGA

Redaktör & annonsansvarig

Christina Thyblad christina.thyblad@telia.com 073-021 61 54

Webbansvarig

Gull Axén gull.axen@telia.com 070-472 91 71

KPR-ledamöter

Gull Axén, *ord* gull.axen@telia.com 070-472 91 71

Gabriella Zaunders, *ord* spf.idun.medlem@telia.com 070-752 30 36
Owe Svantegård, *suppl* owe.svantegard@gmail.com 073-755 41 07
Ingrid Erneman, *suppl* ierneman51@gmail.com 070-864 06 25

Representant i Sjukvårdsgruppen

Anita Enflo, *sammank* anita.enflo@gmail.com 070-521 48 24

Programgrupp

Maria Avellán, Yvonne Falk, Gull Axén

Redaktionsgrupp

Christina Thyblad, Gull Axén, Torsten Sjögren, Owe Svantegård

Bridge

Margareta Beermann beermannmargareta@gmail.com 070-978 82 11

Golf

Lars Reuter lars.reuter@telia.com 070-764 49 70

Boule

Maria Avellán avema@telia.com 073-618 67 43

Promenader

Gull Axén gull.axen@telia.com 070-472 91 71

Ingrid Erneman ierneman51@gmail.com 070-864 06 25

Rättsombud

Tom Thyblad tom.thyblad@telia.com 070-300 98 65

Revisorer

Marie Gadd, *ord* marie.lc.gadd@gmail.com 070-554 81 87

Else Söderberg, *ord* else.soderberg@gmail.com 070-779 88 76

Ann-Charlotte Sillén, *suppl* annch.sillen@gmail.com 08-755 41 92

Ingrid Forsberg, *suppl* ingrid.bvl.forsberg@gmail.com 070-734 53 91

Valberedning

Per Eriksson *sammank* per.eriksson38@telia.com 073-847 31 30

Eva Borelius Zätterström evabzatterstrom@gmail.com 070-994 55 33

Wenche Wistrand Starck wencesw@yahoo.com 070-750 01 59

KISTEFOS

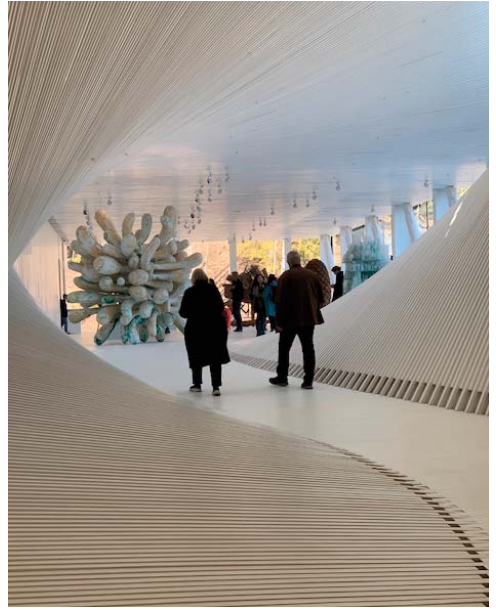
Gull Axén

Våren 2023 har det varit populärt med kortresor till Oslo för att titta på alla spännande nya museer. Även jag har varit där, men upplevelsen av Kistefos har nog inte alla fått med sig hem.

Kistefos är en skulpturpark för nutida konst som ligger en timmes bilresa utanför Oslo. Tidigare var här en industri för pappersmassa och det finns ett museum över denna på området.

Jag har samlat några foton på vad man kan se. Det finns fasta installationer och tillfälliga utställningar. När jag var där var det ett antal verk av Tony Cragg. Bland de fasta installationerna kan nämnas "Shine of life" av Yayoi Kusama. Den häftigaste "installationen" är nog i alla fall "The Twist", en kombination av bro, galleri och spännande arkitektoniskt byggnadsverk, designat av BIG, Bjarke Ingels Group. I galleriet var de flesta av skulpturerna av ovan nämnda Tony Cragg.





The Twist skapat av BIG, Bjarke Ingels group



Shine of life av Yayoi Kusama



Tony Cragg, utställning 2023

Nu finns vi nära dig!

Vi som arbetar på Attendo är engagerade vårdbiträden och undersköterskor. Vi arbetar efter att du ska ha möjligheten att styra din tillvaro efter dina önskemål och behov.

Vår strävan och ambition är att underlätta och stötta dig i din vardag för att möjliggöra att du kan bo kvar hemma så länge som möjligt.

För oss är det viktigast att du känner dig trygg och respekterad. Du blir tilldelad en kontaktperson som du och dina närstående kan vända er till vid frågor, synpunkter och funderingar.

Kompetens, Engagemang och Omtanke.



Hemtjänst sedan 1985.

Vi erbjuder även hushållsnära tjänster.
Vi finns här för dig, ring oss redan idag.

Attendo 

Omsorg på ditt sätt

Adress: Svärdvägen 29, Danderyd

Tfn 076-697 77 43 | Danderyd@attendo.se

Följ oss på Facebook: Attendo Hemtjänst Danderyd

ERBJUDANDE!

20%

på hela vårt ordinarie sortiment till
SPF-medlemmar. Varmt välkomna!



Mörby C • Tel: 08-755 10 38 • www.lundbladsherrmode.se
Vardagar 10.00-19.00 • Lördag 10.00-16.00 • Söndag 12.00-16.00

Börjar du se sämre? Svårt att läsa liten text? Jobbigt att köra bil i mörker? Rinnande och "grusiga" ögon? Eller vill du helt enkelt bara ha ett par nya fina glasögon? Välkommen till din lokala optiker i Djursholm. Hos oss får alltid en komplett Ögonhälsoundersökning utförd med modern teknik. Dessutom har vi ett nära samarbete med ögonläkare och docent Mats Söderström, verksam vid Capio Ögon (Sophiahemmet).

Vi som tar hand om
dig är leg. optiker:

Johanna Renge
Birgitta Dalén
Gustav Evers

Välkommen till oss



Klipp ur och ta med annonsen så får du **15%-rabatt på ett helt köp**



Djursholms Optik

www.djursholmsoptik.se | 08-755 01 30 | Vendevägen 12 | Djursholms Torg

SPF SENIORERNA IDUN

Kansli	Edsviksvägen 1 A 182 57 Danderyd 08-755 82 90
E-post	spf.idun@telia.com
Medlemsärenden	spf.idun.medlem@telia.com
Anmälningar, program	spf.idun@gmail.com
Medlemsavgift	285 kr/år 2023 Betalas efter erhållen faktura, inte till Iduns bankgiro.
Vänmedlemmar	75 kr/år
Bankgiro	5314-8979

Nästa medlemsblad utkommer i december 2023.

Vår hemsida nås via www.spfseniorerna.se/danderydidun.

Din försäkring hos Skandia genom SPF

Har du några funderingar kring försäkringen du tecknat i och med att du är medlem i SPF så kontakta Skandia på 0771-16 60 60 eller spfseniorerna@skandia.se.

Viktiga telefonnummer för dig som är äldre i Danderyd

Socialförvaltningens växel	08-568 910 00
Anhörigkonsulent/Demenssamordnare	568 911 19
Anhörigkonsulent	568 919 26
Avgifter äldreomsorgen	568 911 22
Biståndshandläggare	568 910 00
Bostadsanpassningsbidrag	568 911 25
Fixare	568 911 37
Färdtjänstansökan/Riksfärdtjänst	568 911 35
SeniorDirekt	568 910 00
Samordnare Civilsamhälle (Volontärer)	568 919 83

Arbetsterapeuter:

Aktivera Rehab	630 09 90
Danderyds Rehab	587 543 57
MåBra Hälsa	544 992 90

Röda Korset	753 47 14
-------------	-----------

Seniorträffar:

Idala Seniorträff, Stocksund	85 90 60
Mörbygårdens vänner	755 24 48
Träffpunkten Seniorer, Enebyberg	568 919 28
Aktivitetssamordnare Kevingehuset	568 911 74



~~SPF Idun
Edsviksvägen 1 A
182 57 Danderyd~~



Din fastighetsmäklare i Danderyd

Välkommen att kontakta oss!



Vincent *F*orssbeck

Danderyds mest anlitade mäklare sedan 1971.
Danderyd, Djursholm, Stocksund och Enebyberg.

Golfvägen 5, 182 31 Danderyd • Tel: 08-755 17 00 • www.vincent.se