

Ibland finns det bästa på baksidan vänd och se.

Ledare

Väderkvinnor

Borgarrummet

Buss på vattnet

Allsångarna

Musik Litteratur

Sommarlunch

Fågelskådning

Pubträffar

Strängnäsresa

Julkryssning

Fasta aktiviteter

Auktionsverket

Tre härliga killar

Mobil o

Datahjälp

Bioklubben

Alexandra Posacki
Ordförande

Leif Brander
Vice ordförande

Hans Elfving
Sekreterare

Karin
Attemo
Elfving
Medlems-
sekreterare

Nils Thoor Kassör

Harry Lundstedt
Nestor

Marianne Sundström
Programgruppen

Siv Gustafsson
Programgruppen

Styrelsen 2019 + vår ovärderliga medlemssekreterare.
Tillsammans med våra medlemmar lyfter vi SPF Farsta

Nytt telefonnr.
079 - 341 02 21



Expedition:

Torsbygatan 38
123 41 Farsta

Tel: 079 – 341 02 21

Telefonsvaren är alltid
inkopplad.

Expeditionen är bemannad
måndagar kl. 10–12.

Uppehåll under sommaren
och större helger.

E-post:

spf.farsta@telia.com

Hemsida:

<http://www.spfseniorerna.se/distrikt/stockholmsdistriktet/foreningslista/spf-seniorerna-farsta/>

Organisationsnummer:

802404-2197

Plusgiro: 485 25 82 -8

Programkonto: 75 31 21-3

Medlemsavgift: 300:-/år

Varav 100 kronor går till föreningen
Vänmedlem 100:-/år

Medlemssekreterare:

Karin Attermo Elfving
070 722 86 13

Nr 2 2019**Redaktör:**

Siv Gustafsson

Ansvarig utgivare:

Alexandra Posacki

Bulletinen utkommer
normalt 4 gånger per år.

Styrelsen:

Alexandra Posacki ordf.

Leif Brander vice ordf.

Marianne Sundström

Siv Gustafsson

Hans Elfving sekr.

Harry Lundstedt

Nils Thoor kassör

Livet är det som händer en

medan man är upptagen med att planera det. Dessa ord lär John Lennon, en av Beatles- medlemmarna, ha myntat. Och det känns så ibland. Att man planerar en massa och plötsligt har tiden sprungit iväg och man har inte hunnit med hälften av allt man ville göra. Det var inte så länge sedan jag skrev spalten till det förra numret av Bulletinen. Och den skrev jag veckan mellan jul och nyår. Nu har det gått två månader och när jag skriver denna epistel är det fettisdag och semmeldag samt en månad till påsk. Ja, egentligen är det 40 dagar till påsk och den nedräkningen börjar på askonsdagen. När du läser detta har det säkert gått ytterligare några veckor och du har kanske ätit både en och flera semlor. Visste du att fettisdagen kallas så för att man skulle äta upp sig på fet och god mat innan man började den 40 dagar långa fastan inför påskan?

Vi har tydligen ätit semlor ända sedan någon gång på 1600-talet. Då som nu var den gjord på vitt mjöl och var lyxmat. Därför var den ända fram till 1800-talet inget man åt bland vanligt folk. Från början var det en vanlig bulle man delade på mitten. Lite i mitten gröptes ut och blandades med grädde, mandel och smör innan man lade tillbaka blandningen och åt bullen. Det utseende som semlan, fastlagsbulle eller fettisdagsbulle som den också kallas, har idag fick den under 1930-talet när grädden gjorde sitt intåg.

Idag kan man äta semlor när som helst, jag har sett dem både före och efter jul och ända fram till påsk men på 1950-talet fick man vänta till fettisdagen innan man fick börja sätta tänderna i semlan. Och inte nog med det, numera kan den se ut som wrap, tårta eller wienerbröd och innehålla båda saffran, pepparkakskryddor och surströmming. Men den godaste semlan, tycker jag, är ändå den fina klassiska med lite varm mjölk. Och då kallas den hetvägg.

Det är inte bara semlor som förändras. Det gör vi inom SPF Farsta också. Våra kostnader för den fasta telefonen på vår expedition har ökat rejält under 2018. Styrelsen undersökte därför hur vi skulle kunna sänka kostnaden utan att det påverkade den service vi erbjuder våra medlemmar. Resultatet blev att vi beslutade att gå över till en mobiltelefon och säga upp abonnemanget hos Telia. På det sättet spara vi en massa pengar åt föreningen och nu kan du som medlem ringa expeditionen på det nya mobilnumret 079 341 02 21. Du hittar numret också till vänster om denna krönika under rubriken Expedition. Vi hoppas att du som medlem ska tycka att denna lösning är lika bra som den vi hade tidigare.

Ni som ännu inte anmält er till några av de aktiviteter som vi inom SPF Farsta ordnar, titta igenom Bulletinen och tveka inte att anmäla er så fort ni kan. Ni kommer inte att ångra er, det kan jag lova! Jag och styrelsen vill önska er alla medlemmar en riktigt härlig vår och en Glad Påsk

Alexandra

Månadsträffar

Vi träffas i Hökarängssalen i Söderledskyrkan kl. 13–15, dörrarna öppnas 12.30.

Inträde 50 kr. (om inget annat anges).

Förutom underhållning bjuds det på kaffe, macka och kaka

Lotterier med njutbara vinster samt utlottning på entrébiljetten.

Tisdagen den 16 april

Caroline Lagenheim

Musikaliska nedslag i litteraturhistorien

Föreställningen är en kombination av konsert, föredrag och frågesport. Caroline berättar och sjunger visor av nittonhundratalets författare och poeter, utan att avslöja deras identiteter. Sedan får publiken komma med förslag! Det fungerar lite som TV-programmet På spåret. Men här ska man komma fram till författare. Man kan också hoppa över gissandet och bara lyssna!



Tisdagen den 14 maj

Allsångarna 2016

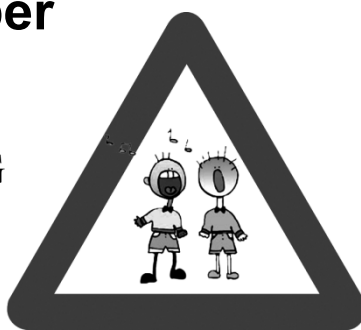
Våravslutning med

Allsångarna och utökad förtäring



Tisdagen den 17 september

Missa inte de här tre härliga killarna, som blandar svenska och irländska låtar, samt någon egen låt. VARNING för att du kommer att sugas med av deras spel- och sångglädje och börjar sjunga du också.



Tisdagen den 15 oktober

Visst var vädret bättre på Helens tid

Meteorolog Helen Tronstad kommer och berättar om sitt jobb som meteorolog och förklarar varför det är så svårt att förutsäga väder



Fågelskådning åter "hemma" i Ågesta

Fredag 26 april

Fågelskådning är en populär hobby. Så även i år får vi möjlighet att skåda fågel tillsammans vid Ågesta sjön. Ornitologen Lars Lööv som känner väl till området guidar oss .

Tänk på att ta kläder efter väder! Tag med kamera och kikare!

Kanske en termos med något varmt.

Vi starta **kl 08.00 den 26 april vid fågeltornet**, och ca kl 10.00 avslutar vi i Ågesta Stall Café med en sammanfattning på allt vi hört och sett. I Cafét kan vi fika med färska bullar och smörgåsar till självkostnadspris.

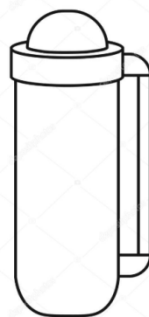
Anmälan E-post: masundstrom@gmail.com
eller till **sms 070-7132207**

Ange på anmälan: **Fågelskådning och ditt namn**

Sista anmälningsdagen **12 april** sista betalningsdag **16 april**.

Ange på betalning: **Fågelskådning och ditt namn**

Pris guidning : 30:-. Betalas till **Plusgiro 75 31 21 -3**



Onsdagen 15 maj kl 11,45 besöker vi Anna Lindhagen och Stigbergets borgarrum ett unikt och nästan okänt museum.

Anna Lindhagen, som levde 1870 – 1941, var dotter till Albert Lindhagen, (han med stadsplanen för Stockholm). Anna hade, bland mycket annat, tre stora intressen i livet, Staden skönhet och särart, kvinnors och barns väl samt startandet av koloniträdgårdsrörelsen. Hon ivrade mycket för att de småskaliga miljöerna på Söder skulle bevaras och i den andan skapade hon ett museum, ett borgerligt hem som visar hur en tjänstemannafamilj levde på 1860-talet i Stockholm. 1929 hyrde Anna andra våningen på Fjällgat 34 och kunde där börja förverkliga det museum hon länge drömt om. Med hjälp av gåvor, donationer och egna möbler började borgarvåningen växa fram. Anna ville, att detta inte enbart skulle vara ett stelt museum, utan här skulle vara liv och rörelse. Därför anordnades (och anordnas fortfarande) musikaftnar, föredrag och samkväm. Våningen går numera också att hyra för mindre fester.



Anna Lindhagen



Ansvarig **Marianne Sundström**

Vi träffas på **Fjällgatan 34, Onsdag 15 maj, 11.45, visning kl 12.00**

Vägbeskrivning: T-banan till Medborgarplatsen

Från Medborgarplatsen/Folkungagatan 2:ans buss mot Sofia. Hållplatsen heter Ersta sjukhus. Gå Erstagatan upp till Fjällgatan.

Anmälan E-post: **masundstrom@gmail.com** eller SMS till: **070 713 22 07**

Ange på anmälan: **Borgarrum och ditt namn**

Sista anmälningsdag: **24 april** Sista betalningsdag: **26 april**

Pris: **155 kr** Entré Guidning och lunch

Ange på betalningen: **Borgarrum och ditt namn**

Betalas till Plusgiro: **75 31 21 - 3**

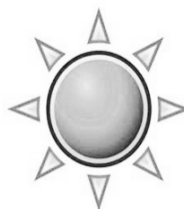
SOMMAR



Vi som vill och kan äter lunch tillsammans på torsdagar i sommar. Ingen anmälan behövs.

fr.o.m. **13 juni t.o.m. 4 juli** på restaurang Maxi i Gubbängens centrum
fr.o.m. **11 juli t.o.m. 8 augusti** på restaurang Snaps Medborgarplatsen
Vi som vill träffas kl.13.00 i biljetthallen T-Farsta och åker tillsammans.

TÄVLING



Hur blir vädret i sommar ?

Du skall spå hur vädret blir nedanstående sommardagar För alla är det vädret **kl 14.00** som gäller. Alternativen är Solsken, genommulet eller regn.

1. Nationaldagen den **6 juni** i Stockholm
2. Midsommarafton den **21 juni** i Stockholm
3. Kronprinsessans födelsedag den **14 juli** på Öland som firas med TV på plats.
4. Sara namnsdag (första kvinnan i fruntimmersveckan) den **19 juli** i Stockholm

Svaren måste vara oss tillhanda senast den **31 maj**

Bussresa Strängnäs 27 maj

Heldagstur till Strängnäs Måndagen 27 maj kl. 8.00. Från Gullmarsvägen 9. Åter ca 18.00. Tillsammans med vår guide besöker vi ; Kyrkan, Kvarnen, Grassagården mm. Vi kommer att gå genom en doftande syrenallé, (dock lite svårtillgängligt). Bussen kommer att ta oss runt i stan med guidning. Vi kommer även att ha en hel del egen tid. **Pris 590 kr** och då ingår förmiddagskaffe, lunch och eftermiddagskaffe.



Anmälan E-post: hans.elfving@comhem.se eller SMS till: **0707 22 86 18**

Ange på anmälan: **Strängnäs och ditt namn** Sista anmälnings- och betalningsdag: **17 maj**

Ange på betalningen: **Strängnäs och ditt namn** Betalas till Plusgiro: **75 31 21 – 3**

I samarbete med SoS Gröna, Spf-föreningar söderort utmed gröna linjen

Är mina prylar värdefulla eller värdelösa? På Stockholms auktionsverk får du svaret.

25 sept kl 13.45 besöker vi Stockholms Auktionsverk Globen

Stockholms Auktionsverk grundades 1674, på initiativ av friherre Claes Rålamb, dåvarande överståthållare i Stockholm och är världens äldsta ännu verksamma auktionshus.

Vi får en rundtur och information om auktionsverket och därefter en fikastund och tid för att själva ströva runt.

Var och en kan ta med ETT föremål för värdering.

Antalet platser är begränsat så vänta inte med att anmäla dig om du är intresserad.



Vi träffas på **Slakthusgatan 22 onsdagen 25 september kl 13.45**

Ansvarig **Siv Gustafsson** Anmälan E-post: **886gustafsson@gmail.com**

eller SMS till: **0708 43 93 90** Ange på anmälan: **Auktionsverket och ditt namn**

Sista anmälningsdag: **2 september** Sista betalningsdag: **4 september** Pris: **50 kr**

Ange på betalningen **Auktionsverket och ditt namn** Betalas till Plusgiro: **75 31 21 - 3**





Allt programgruppens arbete sker ideellt, vi har inte betalt utan gör det så länge vi tycker det roligt! Vi betalar för oss på de aktiviteter vi själva deltar i. Därför är det viktigt att du följer reglerna, som gäller för att delta i en aktivitet.

1. Läs noga igenom annonsen för aktiviteten.
2. Anmäl dig till den som ansvarar för aktiviteten. Vänta inte med att anmäla dig, det blir snabbt fullt på populära arrangemang
3. Du får svar om det finns plats eller inte.
4. Om du får ett OK-svar så Kryssa för kolumnen anmäld i programkalendern och gör i ordning en betalning direkt. Du behöver dock inte skicka din betalning direkt.
5. Kryssa för betalat i programkalendern.

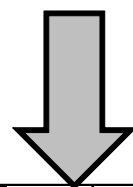
OM DU FÅR FÖRHINDER LÄMNA GENAST ÅTERBUD.

BETALNING ÄR BINDANDE EFTER SISTA ANMÄLNINGSDATUM.

ENDAST BETALNING ÄR INTE EN ANMÄLAN, DU MÅSTE ANMÄLA DIG



Kryssa i när du anmält och betalat.



Programkalender 2 2019		Anmäl	Betalat
Tis 16 apr	Månadsträff. Sidan 3		
Fre 26 april	Fågelskådning Sidan 4		
Tis 14 maj	Månadsträff. Våravslutning. Sidan 3		
Ons 15 maj	Anna Lindhagen och Stigbergets borgarrum. Sidan 5		
Mån 27 maj	Bussresa Strängnäs. Sidan 6		
Tors 13 jun -15 aug Lunch utan anmälan. Sidan 6			
Ons 28 aug	Buss på vattnet läs på sista sidan.		
Tisd 17 sep	Månadsträff Tre härliga killar underhåller oss. Sidan 3		
Ons 25 sep	Stockholms auktionsverk Globen. Sidan 7		
Tisd 15 okt	Månadsträff Meteorolog Helen Tronstad. Sidan 3		
Tors 28 nov kl 12.00 julbordskryss med M/S Vindhem, mer i nästa nummer av Bulletinen			
	Mattcurling, Körsång, Bridge och Boule. Sidan 10		
Onsdagar	Vi träffas på O'LEARYS . Anmälan behövs inte. Sidan 11		

Bioklubben

Ingen anmälan men om du vill veta vilka filmer vi kommer att se så meddela ditt mobilnr eller e-postadress till Siv Gustafsson **E-post: 886gustafsson@gmail.com** eller SMS till: **0708 43 93 90** så får du ett meddelande om tid biograf och film.

Eftersom det är omöjligt att hitta tider som passar alla så går till så här:

Några dagar innan vi bestämt Film, biograf, dag och tid skickar jag ett e-postmeddelande. De som då vill, träffas på biografen, ca 20 min innan filmen börjar, där var och en köper biljett. Eftersom det är dagtid så brukar det inte vara något problem med platser.

Efter föreställningen går de som vill och kan till ett närbeläget ställe där vi kan inmundiga det som passar var och en och framför allt kan vi diskutera filmen.



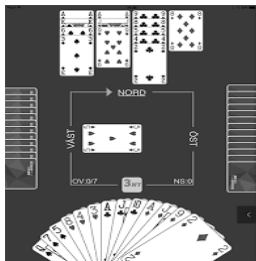
Våra fasta aktiviteter



Boule

Att ha roligt är det viktigaste med Boule. Därför är det bara glada människor som spelar det spelet. Under vinterperioden spelar vi inomhus på mycket bra banor i Björnkulla, Flemingsberg. När våren kommer spelar vi varje vecka både vid Farsta IP och Gubbängens IP. Kontaktperson Björn Betzholtz 076 815 27 80.

För att spela boule behövs inga förkunskaper.



Bridge

Spelar vi varje vecka i lokalen Färnebogatan 64, Farsta, ingång från baksidan. Kontaktpersoner: Vivianne Andersson mobil 0702 00 67 68 Roland Ekholm, tel. 0703 00 98 81. Du behöver ingen partner för att spela hos oss.



Körsång

Musikens betydelse för hälsan och väl-befinnandet har i alla tider varit självklart för människan.

Sång och musik frigör energi och aktiverar människans självläkande resurser.

Kom och sjung, håll dig ung.

Kören börjar 29 januari med Christina Illmayr som ledare.

Tisdagar kl 10.00-12.15 Torsbygatan 38, vi önskar nya medlemmar. Välkomna till **Allsångarna**

Vi träffas i lokalen på Torsbygatan 38

Kontaktperson; Kerstin Högström Tel; 08-604 88 18, mobil 070 913 74 31.



Mattcurling

Mattcurling är en ganska okänd sport men spelet passar alla åldrar, eller åtminstone från 10 år upp till 100.

En väldigt viktig del av spelet är att ha kul på planen. Vi har så roligt när vi spelar.

Det har ingen betydelse om man är kvinna eller man, har kort eller lång erfarenhet av spelet, alla kan spela tillsammans.

Kontakt Toni Eklund tel 08 649 45 44 mobil 070 618 79 77

Tycker du att det saknas något?

Tillsammans med dig hjälps vi åt att komma igång med nya aktiviteter.

Kontakta någon av oss:

Siv Gustafsson, 886gustafsson@gmail.com

Hasse Elfving, hans.elfving@comhem.se

Marianne Sundström masundstrom@gmail.com



Vi som har tid och lust träffas varje onsdag kl. 14.00 på O'LEARYS i Farsta där har vi ett reserverat bord.

Här kan även information om kommande arrangemang mm finnas.

Slink in för att ta en bit mat alt. ett glas av något slag eller en fika och träffa dina SPF-kompisar.

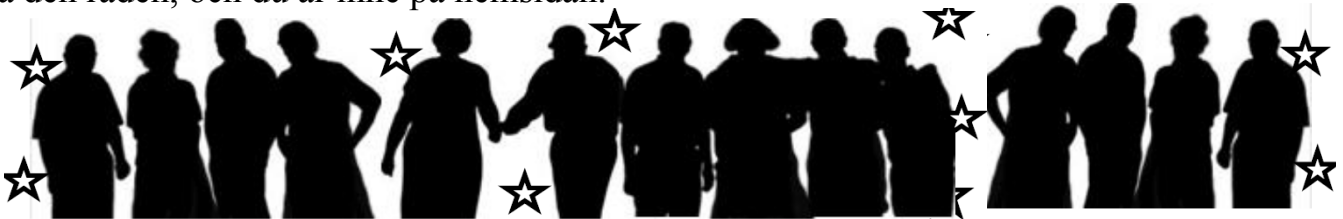


Vinnare Tipsraden nummer 4 2018

1:a pris 1 flaska bubbel - Mary Cerdervall
2:a och 3:e pris 1 fribiljett till månadsmöte
Karin Dierks-Eckardt och Bengt Björnwall



Som pensionär kan man ha hur kul som helst! Är du medlem i SPF Seniorerna får du dessutom en mängd förmåner. Läs mer på vår hemsida Hemsidan när man lätt t.ex. genom Google. Skriv bara SPF Farsta så kommer du till en rubrik **SPF- Seniorerna Farsta** klicka på den raden, och du är inne på hemsidan.



Jag vill bli medlem i SPF Seniorerna Farsta.

Namn _____

Adress _____

Postadress _____

Telefonnummer _____ Eventuellt mobilnummer _____

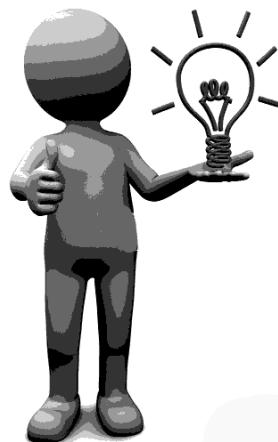
Personnummer _____ Eventuell e-postadress _____

Vill du veta mer så kontakta oss på telefon **079 – 341 02 21** måndagar kl. 10-12, andra dagar är telefonsvararen på. Du kan även skicka in talongen, så kontaktar vi dig.

Adress: SPF Seniorerna Farsta, Torsbygatan 38, 123 41 Farsta.

Stöd och hjälp med dator och mobil.

Sedan årsskiftet ställer vi upp med stöd och hjälp med dator och mobil. Vi utökar nu stödet med personlig kontakt i telefon eller med träff i Spf-lokalen på Torsbygatan. Vill du ha hjälp skriver du några rader till spfdator@outlook.com.



Är du på gång att köpa ny dator eller mobil finns det också råd om detta under fliken Program o kurser på vår hemsida.

Något som är aktuellt för oss äldre är att lägga in information på mobilens förstasida (ICE) med uppgifter om mobilens ägare, kontakt till anhöriga samt SOS om olyckan skulle vara framme. En annan viktig information till alla er som har en dator. Windows 7 kommer inte längre att stödjas från nästa år. Det innebär att dessa datorer måste uppdateras för att fungera bra och säkert.

Telefonsvararen är alltid inkopplad.
Expeditionen är bemannad måndagar kl. 10–12.

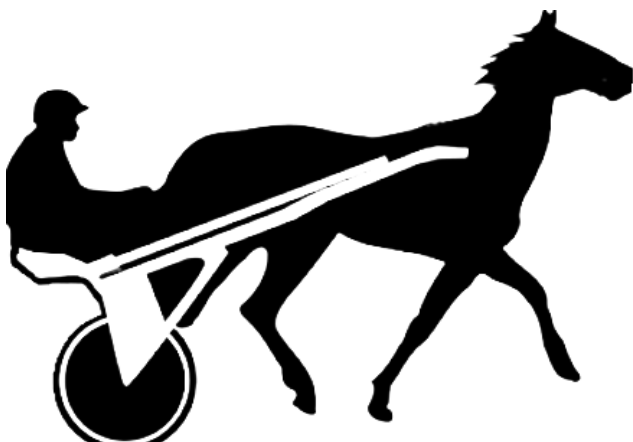
Uppehåll under sommaren och större helger.

Nytt telefonnr.
079 – 341 02 21



Roligare tillsammans!

Tycker du det skulle vara kul att träffas ta en öl och en macka och snacka lite om trav kanske sätta ihop något tillsammans. Det går bra utan öl också. Om du tycker det låter intressant så hör av dig **Siv Gustafsson**: 886gustafsson@gmail.com eller SMS till: **0708 43 93 90**



Årsmötet 2019.

Ett årsmöte är lika med examensdag för styrelsen.

Den 19:de februari var en gråmulen dag med snö i luften, men trots detta kom 73 personer till årsmötet.

Leif-Åke Andersson valdes enhälligt till mötesordförande, och under hans vana ledning var snart årsmöteshandlingarna avklarade.

Styrelsen hade inte fått några motioner från medlemmarna, och revisorerna gav sitt godkännande till den ekonomiska redovisningen. Mötet ställdes därmed inför den avgörande frågan. "Beviljar ni styrelse ansvarsfrihet". Svaret var ett enhälligt JA.

Efteråt blev det kaffe med smörgås och en liten kaka. I samband med kaffet informerade Farsta polisen oss om vilka risker äldre personer utsätts för av skrupelfria tjuvar och bedragare. Det gavs också möjlighet att anmäla sig till en kurs, där vi kan lära oss mer om hur vi skyddar oss mot alla sorters banditer.

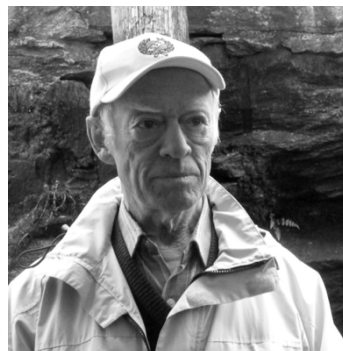
De sedvanliga lotterivinsterna och blommorna delades ut till publiken och efter lite disk och städning kunde styrelsen lägga ytterligare ett år bakom sig och gå hem i kvälldunklet.

Leif Brander

Bengt Klaar

vår tidigare ordförande har avlidit. Han var engagerad i vår verksamhet under lång tid. När han lämnade styrelsen som ordförande blev han klubbmästare och höll ordningen på det som skulle ske vid våra månadsträffar i Söderledskyrkan. Bengt var ständigt engagerad i vår verksamhet. Han ledde bl.a. gruppen som övade i Linedance. De framträdde en gång vid en månadsträff och var då mycket imponerande. Han ledde också den s.k. landskapscirkeln där man studerade allt om ett landskap i Sverige och sen ordnades en studieresa dit. Vi saknar honom för han var en ledande kraft i vår förening. Vid begravningen var vi flera från SPF som tog farväl av honom. Bengt blev 87 år.

Harry



Tack Kerstin o Rune för många härliga sommarbussresor.

En av Stadsdelsförvaltningens Bussresor 14 Juli gick till Öster Malma, Svenska Jägarförbundets kursgård. Med 50 deltagare startade vi från Munkforsplan. väl framme serverades en god buffélunch, senare hade vi möjlighet att se hägnade djur i Wildlife Park. Det fanns en del fåglar en vaktelhona med 3 st kycklingar, så små och söta. Vi såg även dovhjort kronhjort och älg.

Vi enades om en härlig utflykt vi tackade för oss det här var vår sista resa som bussvärdar.

Kerstin o Rune till vår hjälp Kerstin Bennerstam

Vi startar upp hösten med en för Stockholm unik upplevelse. En kombination av turistbåt och buss i samma fordon. Efter en rundtur med bussen i City och på Östermalm, fortsätter bussen rakt ut i vattnet för att runda Skepps- och Kastellholmen och åter upp på torra land.



Priset för denna upplevelse är 280 kronor. Skillnaden mot att göra turen bland andra turister är att guiden talar enbart svenska, vi slipper höra allt upprepas på andra språk. OBS begränsat antal platser, vänta inte med att anmäla dig. Bussen avgår från Strömgatan mittemot Operakällaren

Datum: onsdagen den 28 augusti kl 12.00

Ansvarig Hans Elfving

Anmälan mail hans.elfving@comhem.se / SMS: 070 722 86 18

Ange på anmälan: Oceanbus och ditt namn

Sista anmälnings- och betalningsdag: 14 augusti

Priset 280 kronor Betalas till Plusgiro: 75 31 21 – 3