SPF SENIORERNA Trosa

Månadsbrev november 2021

Aktiviteter i oktober

Vi har haft vårt första månadsmöte i Skärborgarnas hus sedan Coronarestrikationerna infördes. Det var ett mycket bra program om Dan Andersson liv. En härlig vandring vid Stendörren med 15 glada pensionärer gjordes i oktober. De flesta pensionärerna klättrade upp i det nya utsiktstornet och sedan blev det fika ute på Långudden

Vi följer folkhälsomyndighetens rekommendationer när det gäller ovaccinerade.

Vaccination är det bästa sättet att undvika allvarlig sjukdom och spridning av covid-19.

Du som inte är fullvaccinerad mot covid-19 bör ta särskild hänsyn till personer i riskgrupp och personer som är 70 år och äldre. Du bör vidta försiktighetsåtgärder för att undvika att du själv blir smittad och för att undvika spridning av covid-19. Du bör därför, när det är möjligt:

- hålla avstånd till andra människor.
- särskilt undvika nära kontakter med personer i riskgrupp och personer som är 70 år och äldre.

Aktiviteter november

Varje måndag stavgång samling vid pensionärernas hus klockan 10.00

Torsdagar mjukgymnastik Pensionärernas hus

1/11 Styrelsemöte

8/11 Månadsmöte

16/11 Information om Yoga

25/11 Vandring mer info kommer

28/11 Bingo

26/11 Kurs julbordsdekorationer

Månadsmöte den 8 november

Solskensolympiaden 1912 - i Stockholm! Minns ni den? Skämt åsido, jag tror inte att någon som kommer vet så mycket om den. Det gör däremot en herre vid namn Bengt Johansson. Varmt välkommen till en trevlig och underhållande timme.

Plats: Skärborgarnas Hus
Tid: 13.00 - 15.00

Kaffe och smörgås serveras. Lotter till försäljning.

Vi fortsätter med ett begränsat antal anmälda, dvs 50 personer. Välkomna med anmälan till Barbro Nordlund, 070–6182959 eller barbro.nordlund@gmail.com. Efter anmälan går det bra att sätta in 50:-/person till BG 5606-0163.

I samarbete med Vuxenskolan.

Kurs

Lär dig skapa vackra och effektfulla julbordsdekorationer – under ledning av florist Marie Swärd, Trosa

Vilka material är mest lämpade? Blommor? Kvistar? Girlanger? Kransar? Små buketter? Marie lär ut – och låter oss använda vår kreativitet! Hon förser oss också med materialet.

När? **Fredagen den 26/11 11:00-14:00**, Pensionärernas Hus, rum loge 2

Vi börjar med en inledande och inspirerande genomgång av material och val av material. Kaffepaus

Därefter sätter vi i gång och skapar våra julbordsdekorationer.

Pris **350kr/person inkl. material och kaffe – OBS! Begränsat antal platser!**

Max 10 personer

Anmälan senast den 15/11 till: lovisa.berggren@sv.se

(Därefter får du anvisningar via Vuxenskolan om hur du betalar för eventet)

OBS! Ta med en rejäl påse, där du får plats med dina juldekorationer, att ta hem. Ta också med sekatör och/eller limpistol, om du har.

Med hopp om några riktigt kreativa och givande timmar tillsammans. Välkommen!

Studiekommittén 2021-10-30

Anki Barthelson och Ann Bubère i samarbete med Vuxenskolan

Kurs julbordsdekorationer

Pilotprojekt Säker@digitalt

Nu är vi i gång med projektet Säker@digitalt. Vi har startat Workshop på torsdagar klockan 14.00 på Pensionärernas hus. Du kan få hjälp med dina frågor om mobiler Ipads mm. Alla är välkomna

Den 3 november startar vi grundutbildning för mobil och Ipad. Vi kommer att ha en för- och eftermiddagsgrupp. Kurserna är just nu fulltecknade men det kan eventuellt bli avhopp. Om du är intresserad och vill stå på en reservlista mejla ulla.kronnas@telia.com

Pensionärsalliansen

Caféet i Pensionärernas hus är öppet vardagar mellan 11.00-14.00

BINGO Den 26 NOVEMBER kl 12.00

Caféet i Pensionärernas Hus Kostnad kr 20.-/bricka Hjärtligt välkomna

Prova på medicinsk yogainformation i Pensionärernas hus 16 november kl 14.30

Välkommen att komma på en Informationsträff där Micke Kolthoff berättar mer Medi Yoga

Påverkansarbete

KPR (kommunala pensionärsrådet) Mille Jeltin valdes på extra årsmötet den 11 oktober till ersättare i KPR. Irene Bergman är sedan tidigare ordinarie ledamot i KPR. Det kommer att vara ett möte nu i november. Om ni har frågor eller åsikter om kommunala verksamheten i Trosa kommun mejla irenebergman33@gmail.com eller mille.jeltin@gmail.com

RPR Regionens pensionärsråd har haft sammanträde i Katrineholm. Lite information från mötet. Ögonsjukvård har långa väntetider och Regionen har skrivit avtal med Optalmica Eskilstuna, endast för gråstarrsoperationer. Avtalet gäller från april 2021 och ska pågå under 2–3 år. Remiss kan också utfärdas av Leg Optiker. Fria vårdvalet gör att man söka vård hos andra aktörer. Ögonkliniken har för få läkare men strävar är att kunna uppnå vårdgarantin.

Tarmcancerscreening kommer att starta i mars 2022 och det är efterfrågat om ni undrar något mejla ulla.kronnas@telia.com

Medlemsförmåner

Ny förmån ho Skrotnissarna Gym. Det finns nu ett avtal mellan SPF Seniorerna, PRO, Finska föreningen och Skrotnissarna Trosa Atletik AB. Avtalstid 1/10–31/12 2021. Man får 20% på månadskortet. Du måste visa medlemskortet.

Information från SPF seniorerna Trosa

Hemsidan

Hemsidan är nu uppdaterad med all information vi nu har.

https://www.spfseniorerna.se/distrikt/sormland/foreningslista/trosa/

Öppna och läs, om du har någon ytterligare ny information,
maila spfseniorerna.trosa@gmail.com

Ladda ned SPF- appen gratis i App Store (för iOS) eller Google Play (för Android).

Vi finns också på Facebook **SPF Seniorerna Trosa.**
Hälsningar

Ulla Kronnäs ordförande SPF Seniorerna Trosa