

2016.10.31

Sid. 1/2

MÅNADSBREV OKTOBER 2016

Dags att lägga på vinterdäck om ni inte redan gjort det för visst vill man känna sig trygg på vägen. Vägslaget är nu inne i en förrädisk period, ena dagen varmt, solig och torr vägbana medan nästa dag kan vara kylig, blöt och hal av underkylt regn. Man vet aldrig vad väderleken bjuder på.

Nu när vi är inne på slutet av året hoppas styrelsen att ni försöker ännu en gång värva nya medlemmar bland era vänner och bekanta. **Tisdag den 15 november kl. 18.00** genomför vi vårt andra informationsmöte på Ängsgården för personer som vill få mer information om vad SPF Mjölkudden har att erbjuda. Du som är medlem kan följa med den/de som du försöker värva till informationsträffen om du så önskar. Det kostar inget och vi bjuder på kaffe med dopp. Kom ihåg att för varje person som du värvar får du vår Jullunch gratis. Värvar du fler får du fler gratisluncher att ge bort eller du får om du så vill 195 kr/ värvad person.

Vid vårt cafémöte fredag den 7 okt. informerade Hermelinens kostrådgivare Ingrid Persson de ca. 60-talet medlemmar om betydelsen av en allsidig kost för oss seniorer. Med stigande ålder förändras kroppens näringsintag och ofta äter äldre personer mindre portioner då vanligtvis aptiten minskar. Viktigt är att äta en allsidig kost där ex. vis mejeriprodukter, lax och sardiner är bra kost då de innehåller både B- och D-vitaminer samt kött som ger både protein och vitamin B12-tillskott. På vintertid kan det vara bra att äta D-vitamin under den mörka årstiden.

För den musikaliska underhållningen svarade musikerduon Mona och Niklas Thorneus. De bjöd på en rad kända låtar som "Stand by your man", Hans Anderssons "Skomakar Anton", Lasse Stefans "Orden som min mor sa" samt Vikingarnas "Liljor" och "Drömmen om Elin". Deras framträdande var mycket uppskattat och vi enades om att det kommer att besöka oss flera gånger. Ett av de absolut bästa musikaliska framträdande vi har haft.

För underhållningen vid vår PUB-kväll ons. den 19 okt. svarade den kända duon Christer Engberg och Ulf "Flu" Jonsson. Christer sjöng med sin fräna röst väl anpassad till de irländska sångerna och kompade på sin bandola med stöd av "Flu" på dragspel. De skapade många stämningsfulla stunder med sitt musicerande. Mellan låtarna underhöll de med sina erfarenheter och drog ned många glada skratt och applåder. Under kvällen kunde ett 50-tal medlemmar förgylla sin tillvaro med öl, vin och kaffe spetsad med en god Tapastallrik. Utan vår restaurangpersonal skulle varken caféet eller puben upplevas så trevlig. Tack ni som ordnar vår förtäring vid våra träffar.

Våra studiecirklar pågår och vi hoppas att deltagarna känner sig nöjda med de olika arrangemangen.

Vid månadmötet mån. den 31 okt. höll Thorsten Åhlander ett mycket intressant föredrag under rubriken "Men vart tog Luleå-TV vägen". Torsten gav en historisk tillbakablick från starten i Luleå på 60-talet då Luleå var första lokala TV-bolaget i SVT-koncernen med att producera egna program. I början var man ca. 10 medarbetare anställda för att under sin storhetstid på

2016.10.31

Sid. 2/2

1980-talet och början av 90-talet vara 60 anställda. Som mest producerade Luleåredaktionen förutom lokalprogrammen drygt 60 tim riksprogram/år för SVT. Efter under 2000-talet genomförda div. omorganisationer och kostnadsbesparingar på över 300 mil. kr hamnade Norrlands huvudkontor i Sundsvall. Umeå ansvarar idag för riksprogrammen som handlar om Norrbotten. Luleå producerar endast studioprogram idag och antalet är nu nere i 12 medarbetare. Framtiden för Norrbottens TV ser inte speciellt ljus ut. Torsten var under en 10-årsperiod chef för Luleå-TV innan neddragningarna påbörjades. Våra ca. 85 närvarande medlemmar visade sin uppskattning genom sina applåder.

Vår kör Chorus Elina framförde ett antal sånger vid vårt månadsmöte bl.a. "Farväl till sommaren", "Höstvisa" och "Flyttfåglar" med stor entusiasm och glädje under ledning av Göran Lindberg. SPF Mjölkuddens körs första kontaktperson, Astrid Lindgren, avtackades av föreningen för mer än sitt 10-åriga stora engageman. Ordförande Kenth Nilsson överlämnade blommor och en inbjudan till årets Jullunch med Norrbottens Lucian. På sedvanligt sätt avslutades mötet med kaffe och dopp samt lotteridragning där charklådan som vanligt utgjorde första pris.

Kommande program

Gammelstads Manskör under ledning av Lennart Johansson underhåller oss vid vårt **Cafémöte fredag den 11 november kl. 13.00**. Därefter kommer Daniel Andersson, ICA Kvantum, att informera om hur hans framtidsplaner ser ut för företaget.

Vid vårt **månadsmöte måndag den 28 november kl. 13.00** kommer VD Henrik Vourinen att informera om utbyggnaden av Luleå Hamn samt deras framtida krav som måste uppfyllas. Vidare kommer Andreas Rydberg NCC Luleå att informera om företagets engagemang och framtida syn på Luleås expansion. Slutligen kommer Karin Widman att informera om vad du behöver tänka på när du intager receptbelagda läkemedel och naturmedel tillsammans.

Den **13 december kl. 14.45 kommer Norrbottens Lucia med tärnor** att besöka oss i samband med vår Jullunch. **Vi intar våra platser kl. 13.30**. Återkommer om plats när vi fått vår lokal bekräftad.

Gunnel Blomberg informerade om behovet av fler medlemmar som kan vara behjälplig i serveringen. Se bifogad bilaga.

Påminnelse

Glöm inte att rekrytera nya medlemmar och tisdag den 14 nov. kl. 18.00 har vi ett informationsmöte på Ängsgården. Se ovan.

Kenth Nilsson