



SVERIGES
PENSIONÄRSFÖRBUND
SPF avd 149 MÄLARHÖJDEN-HÄGERSTEN

BILDAD 1966

VÅRPROGRAM

2007

Styrelsen

Ordförande Ingrid Franek	97 24 84
V. ordförande Marita Liljeqvist	88 78 38
Kassör Björn Lindén	88 65 77
Sekreterare Margaretha Östling	646 29 43
V. sekreterare Ingeborg Wahrby-Nilsson	97 43 99
Klubbmästare Märta Elfgren	97 22 80
Medl.sekr. Anita Åkerlund	88 76 46
V. medl.sekr. Kerstin Almlöf	646 08 68
Repr. i LPR Svante Sjöberg	88 98 24

Föreningens plusgiro 44 80 07-5

Det är styrelsens förhoppning att vi under vårsäsongen kommer att få se många medlemmar vid våra månadsträffar och andra aktiviteter.

Efter höstens val kommer Hägerstens och Liljeholmens stadsdelsförvaltningar att slås ihop från den 1 januari 2007. Det är i skrivande stund inte känt vad som kommer att hända med samlingsalen i Axelsberg. Det kan nämnas att servicehuset bytt namn till: Axelsberg Vård- och Omsorgsboende. Vi använder endast namnet Axelsberg i vårt program.

Våra månadsträffar kommer därför att fortsätta äga rum i Mikaelikyrkan i Skärholmen även under vårsäsongen. Mikaelikyrkan ligger nära tunnelbanan och busstorget i Skärholmen mitt emot Coop Extra och ICA Kvantum.

Övriga aktiviteter kommer som tidigare att äga rum i klubb- rummen i Axelsberg.

Detaljer kring dessa aktiviteter framgår under respektive rubrik i programmet.

Deltagaravgifter överstigande 100 kronor inbetalas till föreningens plusgirokonto senast en vecka före aktuellt arrangemang.

Månadsträffar

3.

**Lokal Mikaelikyrkan, Skärholmsgången 2, Skärholmen,
kl. 13.00.**

Fredagen den 19 januari

Hela Stockholm ovanifrån.

Hans Wilhelm Löwgren sjunger och spelar stockholmsvisor
med utsikt från Söder.

Fredagen den 16 februari

Årsmöte

Därefter kåserar förra chefen för Österåkersanstalten **Ann Britt
Grünwald** om brott och straff.

Fredagen den 16 mars

Vi får besök av skådespelerskan **Birgit Rosengren** som läser
dikter av Nils Ferlin och sonen **Leif Ahrle** som kåserar om
Birgits liv.

Fredagen den 20 april

Mannekänguppvisning från **Seniorkläder** med försäljning.

Fredagen den 25 maj

Från visa till operett.

Salongs-kvintetten bjuder på musikunderhållning.

Aktivitetsmöten, torsdagar kl. 13.00-15.00 ca i Axelsberg 4.

Torsdagen den 25 januari

Hur många i Sverige känner till att vi har varit hårt drabbade av TBC och att vi botade tandvärk med att lägga en bomullstuss indränkt i brännvin på tanden?

Författarinnan Inga-Lill Lundkvist tar oss med på en vandring i det förgångna.

Torsdagen den 22 februari

Vad gör en demenssjuksköterska?

Marianne Gritti, demenssjuksköterska i Tyresö, kommer till oss och berättar om vad det innebär att vara demenssjuksköterska.

Torsdagen den 15 mars

Att placera våra pengar tryggt!

United Brokers Fondkommissions vice VD Christer Swartz besöker oss och informerar om aktiemarknaden och om sparprodukter, som har aktiemarknadens potential och obligationens trygghet. United Brokers är en fondkommissionär, som funnits sedan 1986.

Torsdagen den 22 mars

Uppdrag kungligt kulturarv!

Agneta Lundström berättar om arbetet vid Kungliga Husgerådskammaren.

Torsdagen den 19 april

Offer på en sekund

Diakonen och f d fältassistenten Anette Kyhlström berättar med sin bok om det oprovokerade våldet i vårt samhälle.

Torsdagen den 10 maj

Konsten i Hägersten!

Birgitta Biesheuvel från **Hägerstens Hembygdsförening** berättar om konsten i Hägersten. Det finns mer konst i Hägersten än man kan ana! Föreningens skrifter kommer att finnas för inköp.

Studiecirkel

Tillsammans med Vuxenskolan ordnas på nytt en studiecirkel – **Du och din mobil** – som omfattar fyra tisdagar kl. 09.30-12.00.

Start tisdagen den 30 januari, därefter den 6 februari, den 13 februari och den 20 februari.

Kostnad 375 kronor. Bindande anmälan till **Marita Liljeqvist**, tel. **88 78 38**. Namn, adress, telefon dagtid samt personnummer måste anges. OBS! Begränsat antal deltagare!

Studiebesök

6.

Allmänt

För alla studiebesök gäller att anmälan sker på lista vid månads-träffar eller på telefon till **Ingrid Lorenius, 97 28 60**. Eventuell anmälan senast tre dagar innan besöket, i annat fall debiteras kostnaden för studiebesöket.

Tisdagen den 23 januari, kl. 14.00

"Tapeter och kaffe med dopp"

Ett besök på **Nordiska muséet** och utställningen **Tapeter, tapeter** om papperstapetens historia från sent 1500-tal till idag. Där-
efter dricker vi kaffe med dopp i Nordiska muséets matsal.
Kostnad 115 kronor inkl. kaffe.

Onsdagen den 21 februari, kl. 14.00

Dags att besöka maktens boning i **Rosenbad**.
Samling i Rosenbads huvudentré. Kostnadsfritt.

Onsdagen den 28 februari, kl. 18.00

En annorlunda kväll med besök på **K. Jacobssons auktionshus, persiska mattor, Hornsgatan 94**.

Vi bjuds på mat och dryck, visning av och berättelser om persiska mattor samt diverse överraskningar under kvällens lopp.
Möjlighet till inköp finns under kvällen.
Kostnad 100 kronor inkl. mat och dryck.

Fortsättning studiebesök

7.

Tisdagen den 20 mars, kl. 14.00 respektive kl. 14.20
(20 deltagare per tillfälle).

"Alla tiders tull" – Ett besök på Tullmuséet, Alströmergatan 39. T-bana Fridhemsplan.
Kostnad 40 kronor.

Torsdagen den 24 maj, kl. 14.00

Rosendals slott på Djurgården i vårfager skrud inbjuder till besök. Möjlighet att dricka kaffe i Rosendals trädgård efter visningen.
Kostnad 110 kronor exkl. kaffe.

Onsdagen den 25 april möter vi våren i Dalarna och vackra Vikmanshyttan.

Vi startar från Axelsberg kl. 07.30 för avfärd mot Klackbergsgården i Norberg där vi serveras kaffe och smörgås samt får en demonstration av Cloudberrys produkter.

Kl. 12.15 är det dags för lunch och **kl. 13.00** åker vi vidare till färgstarka **Hildens Handelsträdgård i Hedemora** med möjlighet till inköp av allt vad årstiden erbjuder.

Kl. 14.20 bär det av mot **Vikmanshyttans bruk** och det vackra bruksmuséet. Är vädret nådigt kan vi dricka kaffe i parken.

Kl. 15.50 avreser vi hemåt mot Axelsberg dit vi beräknas komma ca kl. 18.45.

Kostnad 230 kronor, ja priset är rätt, vi har en egen buss med 50 platser. Först till kvarn

Våra inomhusaktiviteter

9.

Måndagar

Bridgen startar den 15 januari, kl. 09.00 i rum Gladan, Axelsberg. Bridgen pågår måndagar och fredagar. Kontakta **Bengt Andersson**, tel. 88 94 59.

Tisdagar

Tisdansen startar den 16 januari, kl. 11.00 i Axelsberg. Ledare och anmälan till **Britta Jacobson**, tel. 746 07 25.

Onsdagar

Studiecirkeln från förra terminen fortsätter. Ämnet är **Stockholm från år 1709 och fram till våra dagar**. Kom gärna med egna idéer om vad du vill att vi skall ta upp på cirkeln. Start den 10 januari, kl. 10.15 – 12.00 i Axelsberg, därefter onsdagar jämna veckor. Kostnad 25 kronor per termin.

Konstcirkeln – Nutida konst startar **Vecka 3**. Närmare upplysningar angående tidpunkt lämnas av **Bengt Olzon**, tel. 646 43 98. Kostnad 40 kronor per termin.

Torsdagar

Vårterminen startar den 11 januari, kl. 09.30 med julgransplundring gemensamt för båda gympagrupperna och Qi Gong-gruppen.

Gymnastiken startar den 18 januari, i Axelsberg.

Fortsättning inomhusaktiviteter

10.

Kl. 08.45 – 09.30, tuff seniorgympa.

Kl. 10.15 – 11.00, lätt seniorgympa.

Anmälan till **Carin Önnestam**, tel. 556 350 50.

Kostnad 120 kronor per termin.

NYHET 2007!

Qi Gong startar den 18 januari, kl. 09.40, i Axelsberg.

Anmälan till **Anita Åkerlund**, tel. 88 76 46.

Kostnad 80 kronor per termin.

Ett pass gympa + Qi Gong.

Kostnad 160 kronor per termin.

Vävning

Vi väver tillsammans. Vävstolar finns.

Kontakta **Karin Stjernström**, tel. 88 26 26.

Ljudboken kommer!

Vi blir äldre och många av oss skulle ha glädje av att läsa med öronen. Hur tar vi till oss en text som vi lyssnar på? Vad vill vi höra? Kan vi se bokens olika händelser framför oss? Kan vi hjälpas åt att ordna en läsecirkel för ljudböcker? Om du är intresserad av detta skall du ta kontakt med **Carin Önnestam**, tel. 556 350 50.

**VÄLKOMMEN TILL EN FÖRHOPPNINGSVIS
TRIVSAM OCH GIVANDE VÅRSÅSONG I SPF
MÄLARHÖJDEN-HÄGERSTEN**

Utomhusaktiviteter

11.

Måndagar

De sedvanliga vandringarna och stavgången startar den
15 januari. Samling utanför Axelsberg, kl. 10.00.
Alla är välkomna!

**VÄLKOMMEN TILL EN FÖRHOPPNINGSVIS
TRIVSAM OCH GIVANDE VÅRSÅSONG I SPF
MÄLARHÖJDEN-HÄGERSTEN**