

Medlemsbrev 1 2025

Återblick

Det gångna året bjöd på både utmaningar och framgångar
Jag är stolt över vad vi åstadkommit tillsammans oavsett om det handlar om spännande aktiviteter, resor, givande, medlemsträffar med underhållning eller stöd för varandra i både stort och smått.

Hoppas ni tagit del av Medlemsbladet och Resebladet som skickades ut digitalt före jul

Vi har även en del medlemsblad fysisk om det är någon som önskar. (har några med på årsmötet).

De som inte meddelat oss mejladress har fått utskick per post.

Vi önskar att alla som har mejladress meddelar detta till oss så vi kan nå er. Har du angett rätt mejladress till oss?

Om inte meddela eller tveksam kontrollera med sekreterare Monica Hellqvist

Vi är i dag 400 medlemmar och till nyår skulle medlemsavgiften varit erlagd. Har du glömt betala? "nä tänkte väl det"

Har du förlorat inbetalningskortet.

Kontakta sekreterare Monica Hellqvist så hjälper hon dig.

Handlingar och kallelse till årsmötet är utskickat enligt stadgarna.

Vad händer i närtid

ÅRSMÖTE/MEDLEMSMÖTE

10 feb 14.00 finska föreningens lokal Riktargatan 66

Fri entré med kaffe, bulle, kaka

Ta del av handlingarna och var pålästa till årsmötet.

PS. Tag med egna utskrifter till årsmötet. Vi kommer bara ha ett fåtal utskrifter att tillgå vid årsmötet. DS.

Ett Tips ladda ner SPF Appen där har ni handlingarna ni behöver.

DU KOMMER HOPPAS JAG

Efter årsmötesförhandlingarna arrangerar vi allsångs med Göran Axelsson och hans dragspel.

Föreslagna allsånger: *Där näckrosen blommar, Jag vill ha en egen måne, Vara din Margareta, Fröken Fräken, Dagny, Smile, Rosenkyssar, Gamle Svarten, med flera*

Anmälan till

Arlette Törnblom på telefon 0703276364 eller mejl arlette@tornblom.se

Vid kostavvikelse meddela detta till oss i god tid.

Glöm inte att lämna återbud om du blir förhindrad.

Medlemsträffarna sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan Sörmland

Vad händer framöver

Varje tisdag 10.00 vid kofältet träff för att bryta ensamheten.

Tisdag den 4 feb 10.00 bjuds det på grillkorv, dricka och kaffe.

Våra samarbetspartner COOP Östra Torget, Q8 Torshälla samt Kokis Torshälla bjuder på detta.

Det kommer att vara ett gratislotteri med vinster från våra samarbetspartner och SPF Torshälla

31/3 **Mannekänguppvisning på Guldklampen**

Anmälan till Monica Hellqvist 0736709121

Avgift 50kr Swish till Monica 0736709121

Se kommande inbjudan

14/4 **Curt- Göran och Harry**

Musik som innehåller både nya och gamla kända låtar.

Flera från Curt-Görans orkesters repertoar.

Gitarr Curt-Göran Andersson Sång Harry Sandberg

Utöver det som meddelats i Medlemsbladet så planerar vi för en våravslutning i maj. Skall vi ha mat eller något enklare?

Har ni några förslag kontakta någon i styrelsen.

Vi planerar även en fest för våra funktionärer för deras fantastiska arbete som de utför för föreningen.

Resor boka in någon av resorna som Resekompaniet erbjuder.

Torshälla Mötesplats för seniorer

Vår 2025, 6/1–13/6

Öppettider

Måndag, tisdag, torsdag, fredag 9:00-16:00

Onsdagar 13:00-16:00

Lunchstängt: 12:00-13:00

Brogatan 13, 644 32 Torshälla

Telefon 016-710 41 30

E-post notesplats.torshälla@eskilstuna.se

Veckoschema:

Måndag

9:00 Frukostcafé

10:00 Gummibandsträning

10:45 Handgymnastik

13:30 Sittgymnastik till musik

14:15 Rörelse och balansgympa till musik

15:00 Café och IT-stöd, mobil/surfplatta

Tisdag

9:00-11:30 Aktiviteter för finsktalande

13:00 Tisdagsblandning, se anslag på mötesplatsen

13:30 **4/2-11/3** Studiecirkel i engelska för nybörjare, i samarbete med ABF och PRO

14:45 Café

Onsdag

13:30 Bingo

14:45 Café

Torsdag

9:00 Frukostcafé

10:30 Sittgympa till musik

11:15 Livsrörelser

13:30 Rörelse och balansgympa till musik

14:30 Café

15:00 Genomgång av träningsrum med personal

Fredag

9:00 Frukostcafé

9:30 Blandade aktiviteter, spel, kort, fika, handarbete eller bara kom in och umgås en stund

13:00 Café och fredagskultur/ fredagsmys, se anslag på mötesplatsen

Träningsrummet är öppet måndag, tisdag, torsdag och fredag

9:00-16:00, onsdag 13:00-16:00.

Med reservation för ändringar

Övriga evenemang kommer presenteras månad för månad.

Program finns inne på mötesplatsen. Välkomna in och hämta!

Välkommen på Anhörigkafé

Tillsammans med andra anhöriga i liknande situation och med anhörigkonsulent.

Måndagar: 20/1, 3/3 samt 5/5

Klockan: 10.00-ca 11.00

Du räknas som anhörig om du hjälper och stödjer någon vuxen familjemedlem, granne, vän eller annan medmänniska som är äldre, långvarigt sjuk eller har en funktionsnedsättning fysiskt eller psykiskt.

Välkommen på Stolsyoga

Yoga på stol där vi använder hela kroppen sittande. Yogan innehåller andningsövningar, fysiska positioner och avslappningsövningar.

Fredagar: 7/2, 21/3 samt 16/5.

Klockan: 13:30-14:30

Var; Mötesplats för seniorer Torshälla, Brogatan 13

Ingen anmälan

Varmt välkomna!

För frågor, kontakta Anhörigcentrum 016-710 71 94

Torshälla 2025-01-28

Er ordf.

Lennart Törnblom