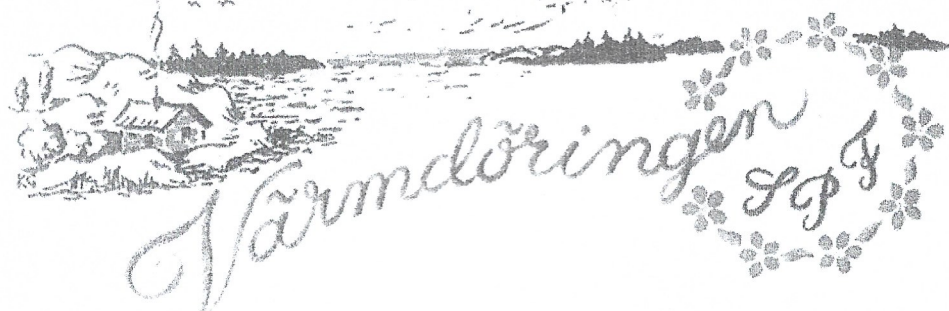


And Tvedestuen



SENIORORGANISATIONEN I TIDEN



VR

Stina

20 ÅR

VÄRMDÖRINGEN 20 ÅR

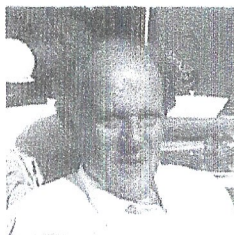
Värmdöringen bildades den 8 oktober 1985 och Ann-Kristin Lindhoff blev den första ordföranden. Föreningen växte snabbt. En stor fördel var att det fanns lokaler på Gustavsgården som föreningen kunde använda. Föreningen växte och snart måste den stora samlingssalen användas för tisdagsmötena. Och föreningen har bara fortsatt att växa under dessa 20 år. Vi har haft flera ordföranden efter Ann-Kristin:



Ann-Kristin Lindhoff
1985-1992



Maj Berglund
1993-1994



Valter Lindgren
1995-1998

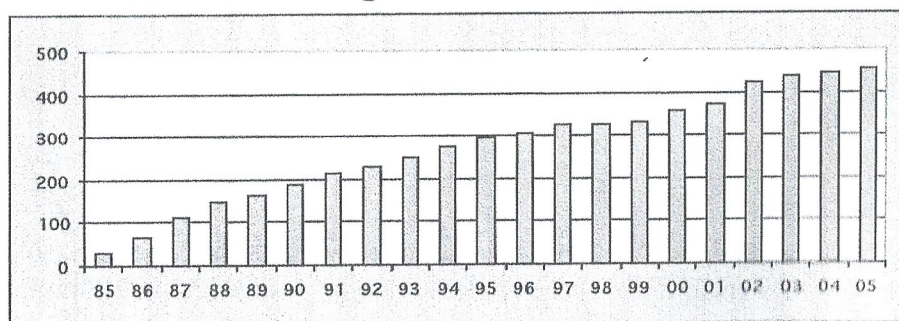


Helge Sparrelid
1999-2002



Rolf Öhlund
2003-2004

SPF Värmdöringens utveckling under 20 år



ORDFÖRANDEN HAR ORDET

När min hustru Ansi och jag gick med i Värmdöringen för sju år sedan blev vi glatt överraskade av den kamratliga och trevliga stämningen vi möttes av på tisdagsmötena.



Jag har senare förstått att vi är unika i landet med möten varje vecka. Att vi på det sättet lär känna varandra så bra är nog en viktig orsak till att vi har trevligt.

Alla våra gemensamma aktiviteter som seniordans, vandringar, boulespel, resor samt alla cirklar fördjupar samhörigheten.

Vi är också lyckligt lottade som har tillgång till Gustavsgården med alla trevliga underhållningsprogram och dagverksamhetens personal som alltid så helhjärtat ställer upp. En stor betydelse har loppmarknaderna som bland annat möjliggör bra underhållning.

För pensionärerna är gemenskapen i Värmdöringen ovärderlig, inte minst för dem bland oss som är ensamstående. Social gemenskap förlänger livet! De tjugo årens medlemsutveckling visar att vi är på rätt väg.

Pelle Jackson

Varje år utses genom omröstning årets Värmdöringare. De som hittills har fått den utmärkelsen är:

Jenny Sparrelid – 1997, Allan Forsberg – 1998, Valter Lindgren – 1999, Jaroslav Tupy – 2000, Gunnel Johannesson – 2001, Karin Lindgren – 2002, Helge Sparrelid – 2003, Hugo Carlsson – 2004

Ett äldre par mötte en liten pojke på landsvägen. Denne frågade: "Hur gammal är farbror?" "Jag är gammal som fan", svarade han. Och gumman tillade: "Och jag är tre år yngre!"

TACK IRÉNE OCH BIRGIT!

Irène Bierfeldt sköter om dagverksamheten på Gustavsgården och är vår allt-i-allo. Berätta om dig själv och ditt liv!

Vid 21 års ålder blev jag ordinarie förskollärare, varefter vikarierande föreståndare på förskolan "Blåsippa". Jag var även fritidspedagog i Lugnets och Talldungens barnstugor. Vidare var jag reseledare på Algarve ett år.

Jag älskar frihet och att jobba med och för människor. Jag har arbetat på Gustavsgården i drygt 24 år. Jobbet fick jag bland annat på meriten som reseledare. På den tiden var vi sex anställda på terapin, bland annat Birgit och Grete. Terapin har även anlitats av kommunen för rehabilitering med mycket goda resultat.

Jag är vice ordförande i SV (Studieförbundet Vuxenskolan) och har varit revisor i DHR (De Handikappades Riksförbund) till helt nyligen.

Jag har inte några direkta hobbies. När skulle jag hinna med det? Har man hus och trädgård fyller man sin eventuella fritid. Däremot reser jag varje sommar till Portugal och vilar upp mig och tar det lugnt.

Pensionärer är fantastiska och har mycket att tillföra av erfarenhet och kunskap. De är inte människor som passerat bäst före datum!

På Gustavsgården hittar vi oftast också Birgit Forsberg trots att hon numera är pensionerad och själv medlem i Värmdöringen.

Jag har jobbat mycket med gamla och sjuka och anställdes på Gustavsgården som arbetsterapeut 1982. De sista åren innan jag gick i pension jobbade jag på dagverksamheten vilket jag fortfarande gör på deltid.



Jag har också varit cirkelledare för studieförbundet Vuxenskolan, bland annat i flamskvävnad, korg- och rotslöjd, nålbindning och växtfärgning. Just nu leder jag cirklar i keramik och sidenmålning på Gustavsgården för SPF Värmdöringen.

På fritiden ägnar jag mig gärna åt handarbete och akvarellmålning. En resa till Grekland eller Spanien är inte heller helt fel fast nuförtiden tar föräldrahemmet i Värmland mycken tid.

Jag tycker att jobbet på Gustavsgården har varit trivsamt, intressant och tacksamt och att sammanhållningen är mycket god.



LOPPMARKNAD

För att få in pengar till bland annat dagverksamheten och underhållning ordnas varje termin en loppmarknad på Gustavsgården. Där finns det mesta att köpa: kläder, prydnadssaker, böcker, möbler och mycket annat.

Veckan före loppisen är det full aktivitet och alla hjälper till efter bästa förmåga både från SPF och PRO. Det är jobbigt men roligt och det skapar förstås en god sammanhållning. Irène är den som håller i alla trådarna.



Fredagen den 11/03 invigdes den "nya" dagverksamheten på Gustavsgården med pompa och ståt. En nyckel lämnades över från kommunen och nu är det pensionärsföreningarna som står som ansvariga för verksamheten och Föreningsrådet som administrerar.



En av eldsjälarna – det finns många – är Britta Sjökvist, vår medlemssekreterare. Hon står alltid redo med en kaffekorg eller för att hjälpa till med vad som behövs.

VANDRINGAR

Varje torsdag träffas en tapper skara strax före 10.00 någonstans på Värmdö/Ingarö för gå en promenad på ca 5 km. Vi har trevligt tillsammans, vi får motion och vi får se olika delar av vår kommun. Naturligtvis stannar vi på halva vägen och dricker medhavt kaffe!



Allan var tidigare vandringsledare.



På stadspromenad på Kastellholmen.



Förra året gick vi tjugo promenader, sammanlagt ca 10 mil. I genomsnitt 34 personer träffades varje torsdag.

Den gamle lorden, 95, tittade ut på gatan. Plötsligt kom en vacker flicka gående. Lorden ropade på sin betjänt: "James! Mina tänder! Jag behagar le."

INTERVJU

Hur upplever medlemmarna SPF Värmdöringen? Vi frågade Lennart Carlsson, 66 år, om varför han har gått med i Värmdöringen.



Jag såg i tidningen att det var en torsdagsvandring i Hemmesta där jag bor. Eftersom jag är intresserad av att komma ut i skog och mark gick jag dit. Det var trevligt så jag fortsatte att hänga med på torsdagar och sedan gick jag med i föreningen.

Jag har också börjat på QiGong och så är jag med i kören. Och vandringarna förstås. Jag var också här varenda dag veckan före loppmarknaden och hjälpte till.

Jag går hit varje tisdag. Det är trevlig underhållning och jag kommer ifrån ensamheten ett tag och möter positiva människor. Jag skulle vilja ge en extra ros till värdarna och värdinnorna som kokar kaffe och styr och ställer.

Värmdöringen är bra när man är ensam som jag. Det är ett sätt att träffa andra människor. Jag har mött mycken värme och känner mig hemma. Det är en trevlig och öppen stämning.

Jag hoppas tisdagsmötena fortsätter att vara en gång i veckan som förut och att de andra aktiviteterna på Gustavsgården fortsätter, där vi som Värmdöringare kan vara med.

Varje vår visar Hemmestaboden och Mr Big nya kläder. Det är förstås Värmdöringare som själva är mannekänger!



RESOR

Flera resor till när och fjärran arrangeras och har arrangerats för Värmdö ringens medlemmar. Tidigare skötte Ebon Falk-Bengtsson om researrangemangen men hon är nu efterträdd av Ellen Borchert. Under årens lopp har man rest runt i Europa, till Holland, Ryssland, Finland, Belgien, Ungern, Tjeckien, Skottland och många fler ställen. Till sommaren kommer en resa till Irland att ordnas



Resa till Åbo

Chefen var rätt omfångsrik så han bad sekreteraren beställa två säten på flyget så att han bekvämt skulle få plats. Just när han var på väg kom hon glädjestrålade och sade: "Jag lyckades faktiskt få tag i två fönsterplatser"

UTFLYKTER

Många utflykter ordnas och dessa är vanligen välbesökta. Medlemmar i föreningen har i tre år i rad hyrt stugor i Grönklitt i när-



heten av Orsa. Vädret har varit växlande vilket framgår av bilderna men det har alltid varit populärt och trevligt.

En äldre dam blir stoppad i en polis-kontroll och uppmanas att visa körkortet. Hon gräver i handväskan länge och väl och säger till slut lite generat till polisen: "Vill ni vara snäll och titta i handväskan efter mina glasögon? Utan dem ser jag ingenting ..."



Besök i Bullkyrkan i Gamla Stan där Stadsmissionen verkar.



Utflykten på Göta Kanal härom året i fantastiskt sommarväder var välbesökt och mycket uppskattad.

CIRKLAR

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan ordnas många populära cirk-
lar för en billig peng för våra medlemmar. Det finns mycket att välja mel-
lan: engelska, litteratur, sidenmålning, matlagning, keramik, porslinsmålning,
bridge, dans, boule. Alla kan hitta något som passar och det är dessutom lätt
att ordna en ny cirkel om det finns önskemål om något särskilt ämne.



Porslinsmålning



Vem vinner boulen?!



Spänningen är oliiidlig vid bridgebordet!!



Sidenmålning

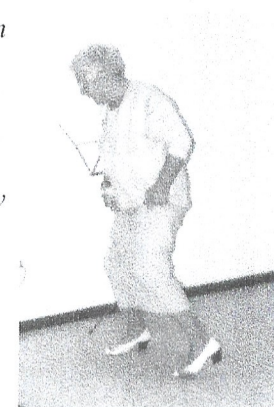


Det glada dans-
gänget uppträder
här som tomtar. De
internationella
danserna leddes
förut av Ing-Marie
Hedman men har
nu tagits över av
Kerstin och Hans
Thorell.



*Två nyheter ringdes in
till tidningen, den ena
om ett vådaskott och
den andra om en man
på 75 år som blivit
pappa. Nyheterna blev
sammanblandade och
i tidningen stod: "75-
åring blev pappa —
visste inte att bössan
var laddad".*

Vem ska kakan smaka?



Här studeras litteratur!



QiGong i Grönklitt