

## PROGRAM 2018

- 14 maj **Promenad Bondberget**  
10.00 Samling vid Lindgården för samäkning  
Ingen avgift, ta med fikakorg  
Anmäl senast 11 maj
- 25 maj **Pubkväll Pipes of Scotland**  
17.00 Brunngatan 13  
Pris: var och betalar för sig  
Anmäl senast 20 maj till  
Olle Burström, 070-220 54 77,  
olleburstrom@gmail.com
- 25 maj **Studiebesök Sofiakyrkan samt lunch**  
12.00 Samling vid Sofiakyrkan. Efter visningen  
äter vi gemensam lunch på Sofiehof  
Pris 120:- inkl lunch  
Anmäl senast 14 maj
- 28 maj **Promenad Dumme Mosse**  
10.00 Samling vid Lindgården för samäkning med  
egna bilar. Ange vid anmälan om du vill  
samåka eller har plats i bilen.  
Ingen avgift. Ta med fikakorg!  
Anmäl senast 25 maj
- 12 juni **Månadsmöte—Ett mord**  
14.30 Pris 60:- inkl. fika, Ingen anmälan  
Plats: Lindgården
- 19 juni **Röttle by och gemensam lunch**  
11.45 Samling vid Lindgården för samäkning.  
Ange vid anmälan om du vill samåka eller  
har plats i bilen.  
Pris: 160:- inkl. guidning och lunch  
Anmälan senast den 12 juni
- 5 juli **Jordgubbstårta i Böned**  
14.00 Samling vid Lindgården för samäkning.  
Ange vid anmälan om du vill samåka eller  
har plats i bilen.  
Pris: var och en betalar för sig  
Anmälan senast 28 juni till  
Bengan, Bengt-Åke Gustafsson,  
0762 558555, mb.gustafsson@gmail.com
- 26 juli **Bottnaryds kyrka, kyrkbåt och lunch**  
9.00 Samling vid Lindgården för samäkning.  
Ange vid anmälan om du vill samåka eller  
har plats i bilen.  
Pris: 120:- inkl. guidning och lunch  
Anmälan senast 21 juli  
Mari-Ann Josefsson, 0705-18 03 13  
mariann.josefsson@gmail.com
- 8 aug **Cykling på Visingsö**  
Närmare information kommer på månads  
möten, hemsidan och nästa Östanfläkten  
Anmälan görs till Jolo, Jan-Olof Svensson,  
0735-32 67 20, jolo.sv@netatonce.net



## Ordföranden har ordet

De fyra pensionärsorganisationerna i LPR, (PRO, SPF, SKPF och RPG ) har sedan 2016 intervjuat politiker och utvärderat *partiernas äldrepolitik i Regionen*. Resultatet på pensionärernas prioriterade frågor visar glädjande nog att det finns en positiv politisk majoritet för flera av frågorna:

1. Äldrevårdsmottagningar på alla vårdcentraler: S, MP, V, L, C och kanske M är för.
2. Förbättrad vård i livets slutskede på SÄBO: S, MP, V, C och kanske L är för.
3. Subventionerat busskort för äldre: S, MP, V, L, C och M är för.

SD:s äldrepolitik är inte med, eftersom de ännu inte är klara med sitt valprogram.

Sammanfattande bedömning:

Inom den nuvarande majoriteten i Regionen ( M, KD, C och L ) har C och L den klart bästa äldrepolitiken.

Inom den nuvarande oppositionen ( S, V och MP ) har alla tre partierna en mycket bra äldrepolitik.

Det finns alltså i dagsläget en politisk majoritet för flertalet av pensionärsföreningarnas frågor. Men ingen vet vad som händer efter valet.

Rikspolitik, regionpolitik och kommunpolitik behöver inte överensstämma. Till exempel har KD en bra äldrepolitik på rikspanet, men är samtidigt det parti som har den allra sämsta politiken i Regionen. Man bör alltså läsa på noga och kanske rösta på olika partier i de olika valen.

Göran Viklander  
ordförande

### Lars Lerin-resan—betalning

Senast den 21 maj ska avgiften vara betald till vårt plusgirokonto nr 358576-7  
Om du behöver avi, kontakta Greta Karlsson, 070-6236595, eller  
Britt-Marie Florvik, 070-6352040

Om inget annat anges anmäl till Lilian Mattsson, 0702-701716, lilian-mattsson@hotmail.com

Reservation för ev. ändringar. Kolla gärna på hemsidan eller i samband med anmälan.

Arrangemangen genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

**Betalning:** kontant om inte annat anges och gärna jämna pengar.

Ersättning till bilförare vid samäkning är 5 kr/mil och person.

Anmälan är bindande efter sista anmälningsdatum, så glöm inte att avanmäla vid ev. förhinder

Avsändare:  
SPF Seniorerna Jönköping Öster  
c/o Lindgården  
Ringvägen 1  
554 54 Jönköping

www.spfseniorena.se/jonkopingoster  
facebook <https://www.facebook.com/www.spfoster>  
Ordförande: Göran Viklander, 036-100275

## VÄLKOMMEN TILL SPF SENIORERNA JÖNKÖPING ÖSTER!

### SPF Seniorerna Jönköping Östers 30-årsjubileum

"Vi finns- Vi vill- Vi kan- Vi byggde välfärden" skanderade pensionärer i en demonstration genom Jönköping med stopp i Rådhusparken 1998.

3 år tidigare:

I maj 1995 samlades 2000 pensionärer på Hovrättstorget under mottot "Ut i ljuset pensionärer".. Lars Ulvenstam höll ett eldande tal: Bara för att man blivit pensionär är varken ork, vilja eller resurser uttömda. Om nån politiker byråkrat eller facklig snorvalp kommer och vill beröva er säte och stämma i det offentliga livet eller er önskan att fortsätta jobba, då gubbar och käringar – sparka honom i baken, däng kryckkäppen i skallen på'n, kör omkull honom med rollatorn så han får känna på vad seniorkraft vill säga.



Vid ett honnörsbord med speciellt inbjudna gäster, personer som har varit med och utvecklat föreningen, fanns några tidigare ordförande, Siv Roman 2000-2005, Rolf Johnson 2006 –2007, Elisabeth Lindberg 2008 -2012, Rune Fornander 2013-2014, Birgitta Dele 2015 samt nuvarande vice ordförande i Jönköpingsdistriktet av SPF Seniorerna, Birgitta Sigfridsson. Intressanta tal med anekdoter från deras period framfördes och gåvor överlämnades från SPF-distriktet och Vuxenskolan.



Detta var delar av det tal som nuvarande ordförande, Göran Viklander, framförde i sitt tal vid SPF Seniorerna Jönköping Östers 30-årsjubileum, den 27 april, på restaurang Guvernören.

98 personer hade samlats vid vackert dukade bord och serverades en delikat 3-rättersmeny. Under hela kvällen fanns Ehrling Lundberg på plats med underhållning, allsång och berättande.

Lotter, med skänkta vinster från bl.a. FC Group AB, Spira, Henrix, Lindgården, och Aqua drogs under kvällen och många blev lyckliga vinnare.

Stämningen var på topp! Det sjöngs, skrattades, applåderades— mycket tack vare den entusiasm Ehrling spred.

"Vi finns- Vi vill- Vi kan- Vi hörs"

Tack Guvernören, Ehrling Lundberg, festkommittén och SPF Seniorerna Östers styrelse och inte minst alla festdeltagare för ett mycket trivsamt 30-årsjubileum!



### En halvtimme om dagen räcker!

All forskning visar att alla, gammal som ung, mår bra av att röra på sig. Att träna behöver heller inte vara krångligt eller dyrt. Med något så enkelt som dagliga promenader förbättrar vi vår hälsa, kondition och vikt. Det är dessutom en mycket skonsam motionsform. Och det är aldrig för sent att börja!

SPF Seniorerna Jönköpings län har introducerat **Friskvårdskortet**, som ska uppmuntra till fysisk aktivitet av olika slag. Det kan vara en promenad, cykeltur,

bowling, boule, qigong, trädgårdsarbete mm. Man utför aktiviteten i sin egen takt och den ska vara i minst 30 minuter. Om man utför två aktiviteter av samma slag med ett kort uppehåll, så räknas de dock inte som två. På kortet fyller man i datum och vilket fysisk aktivitet det handlar om. Med jämna mellanrum kommer SPF Seniorerna Jönköping Öster att göra en utlottning bland de inlämnade korten. Dessutom kommer alla ifyllda och inlämnade kort under perioden 1 mars 2018 –

28 februari 2019 att sparas och Jönköpingsdistriktet kommer att dela ut 15.000, 10.000 och 5.000 kronor till de föreningar som lämnar in flest kort i förhållande till medlemsantal.

Kortet kostar 20 kr och man får köpa så många kort man vill. Varje kort är en lott. Kortet kan köpas vid månadsmötena och genom att kontakta kassör Anne-Marie Hellqvist, tel. 0730 20 30 31 eller någon i styrelsen.