



*Vår i luften
Nu ser vi fram mot
en skön sommar*

Ordförande har ordet

I februari hade vi vårt årsmöte. Undertecknad blev vald till ordförande. Jag tackar för förtroendet. Att leda föreningen ser jag som ett stort ansvar, men också spännande och givande.

Nu startar ett nytt verksamhetsår med en mindre styrelse på sju personer (se sid 5).

Vi hoppas att kunna bilda olika arbetsgrupper och engagera fler medlemmar i dessa. Alla behövs för att driva föreningen vidare. Många funktionärer arbetar redan och dessa finns också presenterade i detta nummer av medlemsbrevet.

Styrelsen kommer att ha en planeringsdag under våren och därefter kommer vi att presentera olika arbetsgrupper. Att arbeta i grupper kan svetsa samman människor på ett fantastiskt sätt. Gå in på vår hemsida där ni hittar aktuell information och vad som händer i vår förening.

Äntligen börjar våren så sakta visa sig. Ljuset kommer tillbaka och likaså växtligheten och fåglarna. Jag har en koltrast utanför mitt köksfönster som börjat sjunga och jag njuter av detta.

I vår förening startar kulturpromenaderna, vårresan och sommarresan planeras. Vi planerar också för första gången en Gökotta i slutet av maj. Många resor av olika längd har vi också framför oss. Grillfest och nationaldagsfirande samt alla utomhusaktiviteter finns också i programmet. Välkomna till ett nytt spännande SPF-år.

Jag slutar dessa rader med att önska er alla en skön vår och sommar.

Birgitta Brynnel

Utgivare: SPF Seniorerna Vendelsö-Brandbergen

Org. nr: 812401-0755

SPF nr: 397

Plusgiro: 440 80 28-1

Postadress: Albatrossvägen 78 n.b.
136 66 Vendelsö

**Besöks-
adress:** Albatrossvägen 76 n.b.
Porttelefon: **B** 0905

Tel. tider: Torsdagar kl. 13.30 - 15.30
Ej juni, juli, augusti

Tel: 0730 22 18 57

E-post: spf.vendelso-brandbergen@telia.com

Webbadress: www.spfvendelso-brandbergen.org

Webb: *Per-Erik Mattsson*

**Ansvarig
utgivare:** Föreningens Ordförande
Birgitta Brynnel

**Redaktör
Tel:** *Bert Irveros*
070 170 98 10
E-post: letters@live.se

**Redaktions-
kommitté:** Föreningens styrelse

**Utgivnings-
tider:** Vecka 1, vårens program
Vecka 14, med årsmötesnyheter
Vecka 36, med höstens program

Distribution: Samtliga föreningsmedlemmar
och enligt speciell distributions-
lista

Införande av programinformation, artiklar, annonser
etc. ska vara chefredaktören tillhanda senast 4 veckor
före aktuell utgivningsvecka.

Informationen kan skickas per brev eller e-post till
redaktören, eller meddelas per telefon.

Frågor om medlemskap och försäkringar besvaras av
SPF Seniorerna Stockholmsdistriktets kansli.

Telefontid mån. – fre. Kl. 09.00 – 12.00.

Tel 08-692 32 50. E-post: info@spfseniorerna.se

Månadsmötet är ett tillfälle att umgås

Vi har nästan alltid underhållning på programmet, och så kaffe och lotterier förstås. För närvarande kostar kaffet 25 kr/ person, och då inkluderar det underhållningen.

Vid månadsmötena har vi också tillfälle att ta del av och anmäla oss till de utflykter, fester och andra begivenheter som erbjuds

Våra månadsmöten är förlagda till den andra tisdagen i alla månader utom juni, juli och augusti. Vi börjar kl. 12.30 och håller på till ca. 15.00.

Föreningens egna lokaler är inte så stora att alla som vill gå på månadsmötet får plats. Därför sker månadsmötet oftast i lokaler hyrda för detta speciella tillfälle.

För närvarande hyr vi församlingssalen i Katolska Kyrkan. Adress: Vendelsömalmsvägen 200. Närmaste busshållplats: Kulfångstgatan.

Månadsmötesprogram våren 2017

11 april

"Svensktoppen i våra hjärtan" *Ewa Wigenheim* sjunger och spelar för oss och delar med sig av sina många förmågor. Visst minns vi de härliga oförglömliga melodierna från 60, 70 och 80 talet. Ewa har sammanställt en kavalkad av kända sånger från denna tid och hon utlovar även allsång.

9 maj

"Sånger i mitt liv" *Jard Samuelsson* berättar, sjunger och spelar glad och medryckande sång och musik. Han blandar friskt när det gäller musikstilar från lugna ballader till svängig country. Jard har turnerat med sina tre bröder i 15 år i deras gemensamma band "Samuelssons" och uppträtt i Europa och USA. Numera uppträder han ensam eller tillsammans med sin hustru Carina.

Innehåll	Sid.
Bild: Vitsippornas tid är nu.	1
Ordförande har ordet	2
Utgivarinformation	2
Innehållsförteckning	3
Månadsmötesprogram	3
Från Årsmötet i februari	4-5
Kontaktpersoner aktiviteter	6-7
Tisdagsföreläsningar	8
Kulturpromenader	9
Trädgårdsgruppen	10
Studiecirklar o kulturaktiviteter	11-12
Resor o utflykter	12-13
Lilla grillfesten	14
Kafé 76:an	15
Nationaldagsfirande	15
Pub 76:an	16
Sommarresan	17
Åland och Finland	17
Aktiviteter Friskvård	18
Om Tävlingsbridgen	19-20
Samarbete med Haninge Kommun. Information om KPR	20-21
Strulande datasystem	22
Kalendarium våren 2017	23
Annonssida	24

Årsmötet 2017

Årsmötet genomfördes som tidigare år med mötes ordförande Birgitta Karlfeldt och sekreterare Rolf S. Andersson. Tidigare ordförande i SPF Vendelsö-Brandbergen Anders Eltvik och vice ordförande Pehr Wester lämnade styrelsen.

Årsmötet avslutades med alltid lika populära Ella Perssons lotterishow.



Foto. Bo Larsson

Årsmötes ordförande Birgitta Karlfeldt och sekreteraren Rolf S. Andersson avtackades med blommor. Stora bilden. Vår nya föreningsordförande Birgitta Brynnel har ordet.

Årsmötet 2017**Styrelse****Ordförande**

Birgitta Brynnel tel. 08-776 19 08
mob. 070 538 81 19
E-post: brynnel.birgitta@telia.com

Vice ordförande

Kristina Löttiger-Carlsson 08-776 16 03
mob. 070 536 85 35
E-post: kristina.lottiger@telia.com

Kassör

Per-Erik Mattsson tel. 08-745 04 22
mob. 076 815 04 22
E-post: mattsson.per-erik@telia.com

Sekreterare

Ingrid Knutson tel. 08-777 56 77
mob. 070 337 46 57
E-post: ingrid@knutson.com

Klubbmästare och Folkhälsoombud

Eivor Dissing Wester tel. 08-777 72 81
mob. 073 362 91 10
E-post: eivor@dissing.se

Medlemssekreterare

Berit Selleryd tel. 08-776 38 08
mob. 073 600 47 71
E-post: beritselleryd@msn.com

Ledamot, redaktör

Bert Irveros mob. 070 170 98 10
E-post: letters@live.se

Revisorer

Sven-Åke Forssell tel. 08-777 54 56
E-post: svenfll@tele2.se

Margareta Ekström tel. 08-777 42 85
E-post: ekstrom.margareta@comhem.se

Revisorsuppleanter

Åke Qvarford tel. 08-777 75 70
E-post: 087777570@telia.com

Jozsef Kovacs tel. 08-777 53 31
mob. 070 491 86 44

Valberedning

Pehr Wester tel. 08-777 72 81
Sammankallande mob. 070 6607281
E-post: pehr@dissing.se

Marianne Backlund tel. 08-745 54 36
mob. 070 370 56 22
E-post: gosta_backlund@hotmail.com

Olle Ekström tel. 08-777 42 85
mob. 073 642 67 46
E-post: ekstrom.olle@comhem.se

Kommunala pensionärsrådet (KPR)

Kristina Löttiger-Carlsson 08-776 16 03
mob. 070 536 85 35
E-post: kristina.lottiger@telia.com

Birgitta Brynnel tel. 08-776 19 08
mob. 070 538 81 19
E-post: brynnel.birgitta@telia.com

Elisabeth Lindmark tel. 08-777 2539
mob. 070 237 07 33
E-post: elisabethlindmark@gmail.com

Kontaktpersoner aktiviteter**Reseombud**

Kerstin Eltvik tel. 08-776 23 11,
mob. 070 259 01 65
E-post. kerstin.eltvik@telia.com

Biträdande reseombud

Mona Gustavsson mob. 070 626 22 34
E-post. leroy1@telia.com

Studiecirkelombud

Birgitta Brynnel tel. 08-776 19 08
mob. 070 538 81 19
E-post. Brynnel.birgitta@telia.com

Biträdande studiecirkelombud

Berit Larsson tel. 08-745 23 18
mob. 070 736 36 60
E-post. bt.larsson@comhem.se

Annonsörer och medlemsförmåner

Olle Ekström tel. 08-777 42 85
mob. 073 642 67 46
E-post. ekstrom.olle@comhem.se

Kaféansvarig

Margareta Ekström tel. 08-777 42 85
mob. 073 184 23 99

Carin Johnzon tel. 08-500 334 49

Kaffekommitté

Ingrid Busse tel. 08-777 92 22
mob. 073 848 92 22

Lena Låvar-Mattsson mob. 070 496 12 45

Melita Sjöholm tel. 08-745 48 61

Inga-Lena Wiklund tel. 08-777 07 54
mob. 0709 78 71 01

Irene Weibul mob. 072 721 45 45

(ersättare)

Siv Frölund tel. 073 820 10 54

Klubbmästare ansvarig för:

Vår-, höst-, julluncher, grillfester och
Nationaldagen m.m.
Eivor Dissing Wester tel. 073 362 91 10
E-post: eivor@dissing.se

Lokalansvarig månadsmöten

Sven-Åke Hedenberg tel. 08-777 81 59
mob. 073 508 40 18
E-post. sven.hedenberg@hotmail.com

Gunnar Selleryd tel. 08-776 38 08
E-post. beritselleryd@msn.com

Bert Irveros mob. 070 170 98 10
E-post. letters@live.se

Värdinna värd vid månadsmöten

Gunilla Eriksson tel. 08-776 15 61
Lennart Eriksson tel. 08-776 15 61

Lotteriombud och kaffebiljetter

Ella Persson tel. 08-776 11 01
mob. 073 396 12 37
E-post. ellampersson@hotmail.com

Anita Larsson tel. 08-776 29 40
E-post. anitalar@telia.com

(ersättare)

Kristina Andersson mob. 070 294 03 72
E-post. kristinafandersson@gmail.com

Folkhälso-ombud

Eivor Dissing Wester mob. 073 362 91 10
E-post: eivor@dissing.se

Kontaktpersoner aktiviteter**Pubvärdar**

Sven-Åke Hedenberg tel. 08-777 81 59
Elsy Digréus tel. 08-776 04 92
Siv Törnqvist tel. 08-745 22 48
Ulrika Ljunglöf tel. 08-745 52 26
Margit Svensson tel. 08-776 06 08
Kerstin Nilsson tel. 08-777 59 61
Ella Persson tel. 08-776 11 01

Ombud för uppvaktning

Birgitta Forssell tel. 08-777 54 56
Gunilla Eriksson tel. 08-776 15 61

Brottsofferombud

Ulrika Ljunglöf tel. 08-745 52 26

Teaterombud

Gunilla Eriksson tel. 08-776 15 61

Värdinna/värd för 76:an

Karin Söderlund tel. 08-745 01 69,
0708-22 87 94
Ingegärd Svensson tel. 08-777 30 17,
076-102 48 49

Ansvarig för brevduvorna

Berit Selleryd tel. 08-776 38 08,
073-600 47 71

Trafiksäkerhetsansvarig

Dag Swenson tel. 08-777 14 94
mob. 070 896 65 28

Ansvarig för kulturpromenader

Eivor Dissing Westertel. 08-777 72 81

Programgruppen Styrelsen utser ledamöter.

IT-ansvarig

Per-Erik Mattsson mob. 076 815 04 22
E-post. mattsson.per-erik@telia.com

Webmaster

Per-Erik Mattsson mob. 076 815 04 22
E-post. mattsson.per-erik@telia.com

Redaktör

Bert Irveros mob. 070 170 98 10
E-post. letters@live.se

Boule

Sammanställande.

Arne Strandborg tel. 08-777 81 13
mob. 070 412 06 69
Bernt Austrell tel. 08-777 33 86
mob. 070 265 58 35
Hans Ström tel. 08-745 27 54

Bowling

Gösta Ekman tel. 08-776 35 10
mob. 073 030 05 98
E-post. gosta.b.ekman@gmail.com

Stavgång

Kristina Andersson mob. 070 294 03 72
E-post. kristinafandersson@gmail.com

Unicurl

Kristina Andersson mob. 070 294 03 72
E-post. kristinafandersson@gmail.com

Tävlingsbridge

Kjell Narkhammar tel. 08-777 47 10
mob. 070 638 61 27
E-post. kjell@narkhammar.se

Övningsbridge

Sven-Åke Hedenberg tel. 08-777 81 59

Föreläsningar

Tisdagsföreläsningar våren 2017

Intressanta föreläsningar inom helt olika ämnen. Du kan gå på en eller alla föreläsningarna. Vi startar kl. 13.00 och håller på cirka en timma.

Lokal. Föreningslokalen, Albatrossvägen 76
Kostnad. 40 kronor per tillfälle (kaffe och kaka ingår)
Anmälan. 1 vecka innan föreläsningen till

Birgitta Brynnel eller
Mobil. 070 538 81 19
e-post. brynnel.birgitta@telia.com

Berit Larsson
Mobil. 070 736 36 60
e-post. bt.larsson@comhem.se

Tisdagen den 18 april

En god hälsa börjar i munnen

Frida Ström
Leg tandläkare, Geriatriska teamet
Folktandvården, Handen

Tisdagen den 16 maj

**Varför heter vägen så?
Vägnamn i Haninge**

Kjell Eriksson
Författare till boken Vägnamn i Haninge

Välkomna!



Bilder från en kulturpromenad till Skutans gård 2015

Kulturpromenader

Kulturpromenader våren 2017

Vi brukar ha gemensamma vandringar på måndagar. Vi kallar det kulturpromenader. Våra vandringsledare väljer alltid vandringsleder som har något fint att visa upp. Det kan vara t.ex. byggnader, gammal historia, särskilt vacker natur. Vandrings ledarna berättar om det man ser under vandringen.

Våra promenader är 3-4 km långa, någon gång lite längre. Vi går i lugn takt och väntar på dem som har lite svårt att hänga med. När vi gått halva vägen gör vi en paus och fikar med medhavd smörgås och dryck. Det behövs ingen föransmälan. Det är bara att komma med. Har du frågor kan du i första hand ringa till den som är ansvarig för respektive promenad eller till Eivor Dissing Wester tel. 073-362 91 10

10/4 Promenad från Liljeholmen till Vinterviken. (Stockholms första industri förstad.)

Vandringsledare: Kerstin Eltvik Mobil.070-259 01 65

Buss 807 kl. 10.03 från Brandbergen C. Medtag matsäck.

24/4 Promenad på Kungsholmen. Stadshus, Rådhus och Norr Mälärstrand

Vandringsledare: Ulrika Ljunglöf Mobil. 070-996 24 07

Buss 807 kl.10.03 från Brandberg C. Medtag matsäck.

8/5 Promenad bland litterära skyltar i Stockholm.

Vandringsledare: Marianne Backlund Mobil.070-370 65 22

Buss 807 kl. 10.03 från Brandbergen C. Medtag matsäck.

**15/5 Promenad med Vår lunch på Årsta slott måste anmälas i förväg!
Anmäl får göras från den 12 april kl. 10.00 till Eivor Dissing Wester
Mobil. 073-362 91 10 eller E-post: eivor@dissing.se. Anmäl även special
kost till Eivor. Hyrd buss från Brandbergen kl.9.00
Bussen går åter kl 15.00 till Brandbergen .**

Vandringsledare: Gunnar Hellström Mobil.070-820 42 88

**Kostnad för vårlunchen 200 kr sätts in på föreningens Plusgiro 440 80 28-1
Glöm inte att skriva namn och vad ni betalar för.**

22/5 Vårpromenad bland Sandemars blommor och fåglar

Vandringsledare: Gunnar Hellström Mobil 070-820 42 88

och Marianne Backlund Mobil. 070-370 65 22

Buss 807 10.05 från Brandbergen C till Klockarleden. Byte till

Buss 839 på Dalarövägen vid Klockarleden kl.10.16

Avstigning vid Svärdsnäsviken kl.10.36

Medtag Matsäck och bra på fötterna.

OBS Det blir inga vandringar 17 april, Annan dag Påsk samt 1:a Maj.

Trädgårdsgruppen

Program trädgårdsgruppen Våren 2017

Torsdagen 20 april kl. 18.00

Tulpanarrangemang i slottet på Waldemarsudde

Florist Kristina Öhman berättar om och visar exempel på vackra tulpanarrangemang i sällskapsvåningen

Ingen förbokning, ingår i entréavgiften.

Lördag den 27 maj kl. 11.00 – 15.00

Vårmarknad i Tungelsta trädgårdspark

Museet och kaffestuga är öppet, sticklingar och plantor finns till försäljning.

Onsdagen 21 juni kl. 18,30

Pionvisning hos Liane Gustavsson. Trestegsvägen 1 Tungelsta.

Nu har du chansen att se pionblomningen hos Liane.

Kaffe med dopp till självkostnads pris.

Kontaktperson

Berit Larsson

070 736 36 60

bt.larsson@comhem.se

TUSSILAGO

Tussilago är ofta den första inhemska växt att blomma på våren.

Ordet kommer från tussis, som betyder hosta, och berättar att växten använts som läkeört mot just hosta. Det svenska namnet är **hästhov**, vilket kan syfta på de något hästhovformade bladen

(Källa Allt om trädgård)



Studiecirklar och kulturaktiviteter - våren 2017

För samtliga studiecirklar gäller en kursavgift på 100 kr per cirkel och termin. Cirkelledare betalar ingen avgift.

Man skall vara medlem eller vänmedlem i SPF Seniorerna. för att delta i våra cirklar och kulturaktiviteter.

Anmälan till cirkelarna görs till respektive ledare eller till

Birgitta Brynnel
 Tel. 08-776 19 08
 Mobil. 070 538 81 19
 E-post. brynnel.birgitta@telia.com

Datasäkerhet och back-up

Det här är en cirkel där man lär sig att hantera och minimera riskerna vid dator- och internet- användning. Datasäkerhet för hemmaanvändaren innebär både säkerhetskopiering av egna alster, skrivelser, fotografier, ljudinspelningar mm. I överskriften kallad backup. Säkrare surfing, betalning och bankärenden via internet behandlas också. Vi tar upp vad deltagarna gemensamt vill lära sig mer om när det gäller säkerhetskopiering, virus, annonsprogram, spionprogram och brandväggar, men även e-post från bedragare.

Ledare. Lennart Björk
 Tel. 08-551 703 42
 Mobil. 070.572 47 62
 E-post. lennart.bjork@frd.se
 Datum. Torsdagar 20, 27 april, 4, 11 och 18 maj
 Tid. 10.00 -12.15
 Lokal. Föreningslokalen, Albatrossvägen 76 n.b.

Våra studiecirklar och kulturaktiviteter genomförs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan (SV)

SPF-medlemmar som deltar i studiecirklar vid Studieförbundet Vuxenskolan har 10 % rabatt.



Berit Larsson
 Tel. 08-745 23 18
 Mobil. 070 736 36 60
 E-post. bt.larsson@comhem.se

Haninges historia

Vi fortsätter med Haninges historia enligt nedanstående schema

Onsdagen den 19 april
 Vendelsö bygdegård
 Studiebesök

Onsdagen den 3 maj
 Haningedräkten och dess historia
 Anita och Bo Stjernström
 Tingshuset, Västerhaninge

Onsdagen den 10 maj
 Prins Carls uppfostringsinrättning på Gålö

Ledare. Henry Hall
 Tel. 070.691 11 20
 Tid. Kl. 14.00 - ca 15.30
 Lokal. Föreningslokalen, Albatrossvägen 76 n.b.

Kulturaktiviteter - våren 2017

Allsång

Att sjunga är inte bara roligt - det är också bra för hälsan. Sången gör oss friskare och mindre stressade. Att ta medicin är inte roligt, men att ha roligt det är medicin.

Ledare Siw Alderstad
 Mobil. 070-313 88 88
 Datum. Tisdagar den 25/4,
 23/5 samt 13/6
 Tid. Kl. 13.00 - ca 14.00
 Lokal Föreningslokalen,
 Albatrossvägen 76 n.b.



Gökotta

Morgonluften får skogens dofter att framträda tydligare än mitt på dagen. Fåglarnas läten blir klarare. Följ med på en skogs promenad och lyssna på göken.

Medtag matsäck. Måndagen den 29 maj Vi samlas kl. 07.00 vid Naturum, Tyresta By

Vi försöker ordna samåkning med bilar från Brandbergens centrum kl. 06.45

Tyrestavägen vid COOP kl. 06.50 samt Svartbäckens skola kl. 06.55

Välkomna! Önskar Marianne Backlund och Gunnar Hellström

Ring Gunnar Hellström och meddela om du har plats i bilen eller om du vill åka med någon och från vilken plats. Gunnar Hellström, tel. 0708 204 288

e-mail: gunnarhm@gmail.com

Resor och utflykter

Vårlunch



Den 15 maj blir det vårlunch i Haninges vackra Årsta slott. Vi far med hyrd buss från Brandbergen kl 9.00.

När vi kommer fram så blir det tid att titta oss runt lite omkring slottet. Kl.10.00 serveras det förmiddagskaffe och kaka. Sedan blir det möjlighet att gå runt på två olika promenader.

Gunnar Hellström leder den längre promenaden Fornstigen i slottets vidare omgivning en sträcka på c:a 3 km. Det är mest bra gångvägar, men det är en bit på lite mindre preparerad skogsstig kanske inte så perfekt för några av våra deltagare.

Eivor leder den kortare promenaden Fredikaslingan som är en lätt promenad i slottsparken och i slottets omgivning. Här får du en bild av Fredrika Bremer.

Efter en härlig promenad så väntar oss en lunch kl. 12.30 på slottet. Efter vi har ätit god mat och fått lite kaffe så finns det möjlighet för de som vill följa med på en guidad visning av Fredrika Bremer-våningen av Margareta Rundqvist från Årstasällskapet.

Kostnad för detta är 50 kr. som betalas av var och en innan guidningen börjar. Guidningen är på övervåningen vilket gör att det kan vara svårt för några att vara med, för det är en lång trappa att gå upp för.

De övriga som inte följer med på guidningen får njuta av naturen ute runt slottet. Kl. 15.00 så kommer bussen tillbaka och kör oss till Brandbergen.

Anmälan får göras från den 12 april kl. 10.00 till Eivor Dissing Wester mobil. 073-362 91 10 eller E-post. eivor@dissing.se Anmäl även specialkost till Eivor.

Kostnad för denna resa blir 200 kr detta sätts in på föreningens

Plusgiro 440 80 28-1 Glöm inte att skriva namn och vad ni betalar för.

Festligheter

Lilla grillfesten

Vår grillfest går av stapeln fredagen den 19 maj start kl. 17.00 på gården utanför Albatrossvägen 76. Det har blivit en populär träff, fler och fler kommer och vill vara med och festa i vänners lag. Grillen är varm vid 17.00 föreningen bidrar med senap och ketchup. De som kommer har med sig vad de vill äta, grilla och dricka.

När vi är mätta så plockar vi ihop och går ner i lokalen där föreningen har dukat fram kaffe som vi bjuds på.

Glöm inte att använda utgående pengar före den 30 juni 2017

Sedel- och myntutbytet startade 2015. Den sista fasen i utbytet innebär att de äldre 100- och 500-kronorssedlarna och de äldre 1-, 2- och 5-kronorsmynten blir ogiltiga att betala med efter den 30 juni 2017.



Efter att sedlarna och mynten har blivit ogiltiga går det att sätta in dem på bankkonto under en period.

Valör	Ogiltiga efter den	Sista dag insättning bank
1-, 2- och 5-kronor	30 juni 2017	31 augusti 2017
100- och 500-kronorssedlar	30 juni 2017	30 juni 2018

Festligheter

Välkommen till Kafé 76:an!

SPF Seniorerna Vendelsö-Brandbergens kafé har öppet

**Varje* torsdag, utom* sista torsdagen varje månad.
kl. 13.30—15.30**

T.o.m den 18 maj

***Skärtorsdagen 13 april är kafét stängt**

Adress: Albatrossvägen 76 n.b.



Bilder från Nationaldagsfirandet 2016. Solen skin, vilket skapade extra trivsel i goda vänners sällskap.

Nationaldagsfirande.

Den 6 juni ska vi traditionsenligt fira nationaldag i Evabergsparken i Vendelsömalm. Det blir som tidigare en tipspromenad runt parken. När den är avslutad väntar en varm grill på era medhavda läckerheter som skall på grillen och god dryck därtill. Tillfälle att umgås samt att få lyssna på talet till vårt fosterland samt sång av vår Nationalsång. Vi startar som vanligt kl. 13.00 och räknar att hålla på c:a 2 timmar. Ingen föransmälan behövs. Det finns också möjlighet att spela boule efteråt för dem som önskar. Har Du frågor kan Du vända Dig till klubbmästaren. Eivor Dissing Wester
Mobil: 073 362 91 00 E-post: eivor@dissing.se

Festligheter

Vi firar på PUB 76:an

Allt fler dras till Pub 76:an sista onsdagen i varje månad. Våra värdinnor serverar små varma munsbitar, ost, chips och nötter. Stämningen blir snabbt glad och högljudd runt borden. Allt är naturligtvis till självkostnadspris.

Datum **26 april** och **OBS. 24 maj. Näst sista onsdagen i maj.**

Onsdagen den 31 maj åker ca. 50 personer på landskapsresan till Småland därför är datumet för maj-puben ändrad

Tips för seniorer, Minigolf

Bangolfen nedanför Brandbergen öppnar igen den 2 maj om vädergudarna tillåter.

Som tidigare erbjuder Haninge Bangolf seniorgolf varje tisdag och fredag med början första tisdagen i maj kl 09.00

Kostnad c:a 40 kr inklusive kaffe.



Bilder från sommarresan 2016



På väg genom vackra Sorunda



Till vårt första mål Tullgarns slott.



Vid Öster Marma fanns dessa glada damer på promenad.



På hemvägen åkte vi via världens ände Trosa. Fikat var gott.

Resor

Sommarresa 2017

Äldrenämnden i kommunen kommer att fördela ett bidrag för sommaren 2017 enligt följande kriterier: "Idag minskar aktiviteten i pensionärsföreningarna under sommarperioden, samtidigt som pensionärernas behov av sociala och hälsofrämjande aktiviteter består till stor del. Detta kan leda till att pensionärer kan känna sig mer ensamma under sommarperioden än under andra perioder av året Äldrenämnden vill därför stimulera till nya aktiviteter för äldre under sommarmånaderna 2017." SPF Vendelsö –Brandbergen har sökt pengar för en heldagsutflykt med buss preliminärt datum 11/7.

Vi vänder oss i första hand till dem, som inte har möjlighet att delta i föreningens resor så ofta. När vi får besked att vår förening tilldelas bidrag, kommer kontakt att tas med information om dag, resmål och pris.

Ansvarig för Sommarresan är Eivor Dissing Wester tel.08-777 72 81, mobil 073-362 91 10, E-post: eivor@dissing.se

Åland och Finland 11-15 augusti 2017, förhandsinformation

Så här är planen för denna rundresa :

Vi startar tidig morgon fredag den 11 augusti från Brandbergen C och kommer tillbaka förmiddag tisdag den 15 augusti.

Brandbergen, Grisslehamn, Fasta Åland, Kökar, Korpo, Åbo, Hangö, Helsingfors, Borgå, Lovisa , Helsingfors till Stockholm och Brandbergen.

Natur och kultur och historia.

Övernattning i Helsingfors , men på den här resan tar vi bussen till andra resmål som Åbo, Hangö, Borgå och Lovisa. Innan dess har vi upplevt Ålands skärgård via lokala färjelinjer.

Det finns plats till 40 resenärer. Priset är inte klart ännu.

Åke Sundberg arrangerar resan åt oss och vi får vänta med priset till dess hans kontakter blir klara.

Anmälningar tidigast från och med 11 april efter månadsmötet, när vi har fått mer information. Då behövs namn, adress, telefon, gärna e-postadress och födelsenummer (båtresa) och vem du vill dela rum/hytt med. (På ett av hotellen finns endast 2 enkelrum) /Reseombudet

Friskvård

Tävlingsbridge i par

Tävlingsbridgen spelas på **måndagar** med 24-26 spelare varje gång. Man spelar parvis, två par per bord. Tävlingstiden varierar beroende på antalet spelare och antalet bricker. Några nya par är välkomna antingen för att spela regelbundet eller som reserver när någon ordinarie spelare fått förhinder.

Hör av er i god tid till Kjell eller Ulla-Britt.

Tävlingsbridgen har en egen hemsida: www.bridgen.narkhammar.se

Ledare Kjell Narkhammar
Ulla-Britt Nordström
Tel. 08-777 47 10
E-post: kjell@narkhammar.se

Dag/tid måndagar 10.00 - ca. 14.00
23 januari - 8 maj 2017
Lokal Föreningslokalen
Albatrossvägen 76 n.b.

Boule

Ett glatt gäng spelar Boule på Evabergsparkens Boulebana tisdagar, torsdagar och lördagar mellan kl. 10-12. Banan ligger i korsningen av Evertsbergsvägen och Mariebergsvägen. Närmaste busshållplats: Tyrestavägen. Gångavstånd 150-200 M. Om du är intresserad av att vara med och spela så är du hjärtligt välkommen. Om du känner dig som nybörjare så gör det inte ett skvatt. Vi är allihop amatörer som spelar hellre än bra. Det enda som krävs är att du har ett glatt humör. Reglerna är enkla och man lär sig dem på 5 minuter.

Vid dåligt väder kan aktiviteten ställas in. Frågor besvaras av:

Arne Strandborg tel. 08-777 81 13, mob. 070-412 06 69
Bernt Austrell tel. 08-777 33 86, mob. 070-265 58 35.
Hans Ström tel. 08-745 27 54



Tjejträffar

Välkommen till en stund med prat, kaffe och kanske lite handarbete. Vi träffas mellan 16 och 18 varannan tisdag. Ingen föransmälan behövs, det är bara att dyka upp i vår föreningslokal. Undrar du över något kan du ringa Ulrika Ljunglöf, tel. 08-745 52 26.

Datum: 4 och 18 april
2 och 16 maj

Stavgång

Vandringarna utgår alltid från brevlådan i Svartbäckens by, mitt emot scoutstugan, **varje onsdag kl 09.30. Vi går hela året!** Även om du aldrig tidigare gått med stavar, får du den information som du behöver och får aldrig gå ensam. Det finns alltid någon som går tillsammans med dig i den takt som passar just dig!

Du behöver inte anmäla dig kom bara, med eller utan stavar. Vandringen går till Tyresta by där vi fikar och har litet social samvaro innan vi går tillbaka. Varmt välkommen!

Kristina Fröidh-Andersson mob. 070-294 03 72
E-post: kristinafandersson@gmail.com

Bowling

Vill du vara med och spela? Alla är välkomna, både nybörjare och mer erfarna.

Vi håller till i Bowlinghallen Brandbergens C

Torsdagar klockan 13 - 14.

Start torsdagen den 12 januari - 27 april

Ansvarig: Gösta Ekman, tel. 073-03 00 598
E-post: gosta.b.ekman@gmail.com

Om tävlingsbridgen för par i Vendelsö - Brandbergen

Av Kjell Närkhammar och Ulla-Britt Nordström

När föreningen hade flyttat in i nya lokaler på Albatrossvägen 76 i Vendelsö, tyckte några medlemmar att det nu fanns utrymme för att spela bridge i föreningens regi. Det här var på våren 2008. En kurs i ämnet hade genomförts under hösten 2007 med en kursledare från SPF i Västerhaninge. Men någon ytterligare bridgeaktivitet var inte planerad. Det bridgespel som då fanns att tillgå för medlemmar i SPF var sällskapsbridgen på Parkvägen i Handen. I Brandbergen pågick visserligen tävlingsspel för par några timmar i veckan men det arrangemanget hade ingen direkt anknytning till SPF Vendelsö - Brandbergen och omfattade bara några få bord, d v s åtta - tio spelare.

Skillnaden mellan sällskapsbridge och tävlingsbridge är väsentlig när det gäller tillbehören. För sällskapsbridge behövs bara en kortlek, en penna och ett papper. När det gäller tävlingsspel behövs däremot följande: ett särskilt bord, fyra budlådor till varje bord, en tydlig siffra som visar vad bordet har för nummer, minst 32 hårdplastbrickor med lika många kortlekar och etiketter med nr och väderstreck, guidekort för det antal bord som kan bli aktuellt och slutligen ett stort antal protokoll. Se nedan, bord med filt samt nämnda tillbehör från höger till vänster.



Ett spelbord för tävlingsbridge



Från tävlingsbridgen vårterminen 2009

Tisdagen den 16 september 2008 genomförde vi den första tävlingen. Då deltog 20 spelare. Speltiden kom sedan att ändras till måndagar med start klockan 10.00.

Själva tävlingen brukar vara klar omkring klockan 14.00. Sedan återstår att räkna ut resultatet. Protokollen samlas in och tas med hem. Kjell kontrollerar att de är korrekt ifyllda. Han räknar därefter ut hur många poäng varje spelare har uppnått och noterar det på protokollen. När det är gjort, gör han en sammanställning av varje spelares resultat. Med ledning av den sammanställningen för Ulla-Britt in uppgifterna i ett Excelark. Först därefter kan man läsa av det slutliga resultatet och också se om det har skett några felaktigheter i uträkningen. Sammanställningen skickar sedan Ulla-Britt ut till alla deltagare via mail. Den och samtliga protokoll anslås därefter på bridgens anslagstavla i förenings-lokalen. Spelarna kan sålunda i efterhand kontrollera att vi har räknat rätt.

Fortsättning på sidan 20

Information från kommunens Pensionärsråd (KPR)

Om bridgen. Fortsättning från sida 19

Efter ungefär halva speltiden tar vi en paus och inmundigar en av Ulla-Britt komponerad buffé. I den ingår alltid olika sorters bröd, smör, ost, leverpastej, köttbullar och ett köttpålägg. Det kan vara kassler, skinka eller korv av något slag. Det finns också nästan alltid inlagd gurka, tomater och isbergssallad. Två eller tre gånger per säsong serveras också ett halvt ägg med ansjovis eller kaviar. I bland finns också potatissallad eller rödbetssallad och två sorters ostar. Som måltidsdryck serveras antingen lingondricka eller svart vinbärdrinka. Buffén avslutas med te eller kaffe och en liten kaka. Överbliven mat förpackar Ulla-Britt och ställer på disken till den som så önskar. Vi gör inköpen till bridgen i huvudsak på Lidl.

Styrelsens beslut 2008 att satsa på tävlingsbridge har visat sig vara ett mycket klokt beslut. Tävlingen har nu pågått varje måndag i cirka fyra timmar under såväl vår- som höstsäsong i nio år. Antalet spelare har varierat mellan 20 och 24. Som mest har vi varit 26 och några gånger i början på säsongerna har vi bara varit 16. Den investering föreningen en gång gjorde har betalat sig bra. Vi betalar varje termin en avgift som hyra för lokalen.

Mer att läsa finns på deras hemsida: <http://www.bridgen.narkhammar.se>

Information från Kommunens Pensionärsråd (KPR)

Äldrenämndens ordförande Annett Haaf informerar

Årsredovisningen är positiv och budgeten är i balans och visar ett positivt resultat.

Vinkbuss – Närtrafikbusslinjen 981, med sträckning Handen – Brandbergen, en ringlinje. Pensionärsföreningarna har erbjudits tillfälle att lämna önskemål och synpunkter på Vinkbussen till Mirja Thårlin, Kommunstyrelseförvaltningen i Haninge, senast 15 mars 2017. Därför gavs information om detta erbjudande på vårt månadsmöte 14 mars och medlemmarna fick lämna synpunkter. Dessa har sammanställts av styrelsen i en skrivelse som skickats till M Thårlin, som vidarebefordrar synpunkterna till Trafikförvaltningen i Stockholms län. Följande önskemål lämnades: Eftersom busslinje 825 dragits in önskar SPF Seniorerna Vendelsö-Brandbergen att ringlinje 981 utökas och stannar vid följande platser: Sågen, Hagagården/Vendelsö Vårdcentral *Högprioriterat!* Djurgårdsplan, Vendelsöalm, Albatrossen och Svartbäcken.

Mötesplats Jordbro, invigdes 27 februari och syftet med den träffpunkten är att främja integration och möten över generationsgränserna. Målsättningen är att skapa gemensamma aktiviteter. Det finns redan 15 olika aktörer i Jordbro kultur- och föreningsplats (före detta Jordbromalmskolan) och de välkomnar träffpunkten. **Fortsättning på nästa sida.**

Information från kommunens Pensionärsråd (KPR)

Äldreförvaltningens chef Ewa Kardell informerar

Äldreplanen som är aktuell nu togs fram 2010. Ny äldreplan för 2019 - 2026, ska arbetas fram under 2017 – 2018 och tanken är att börja om från början.

Äldreombud är en fråga som tidigare tagits upp av SPF seniorerna. Då framfördes önskan att kommunen inrättar en tjänst som äldreombudsman, med kompetens att vägleda, informera och ge stöd i juridiska, ekonomiska och andra äldrefrågor av allvarlig art, till personer 65+ och anhöriga. Ewa Kardell har föreslagit att en arbetsgrupp ska tillsättas för att få fram ett förslag till utformning av äldreombud. Arbetsgruppen bör bestå av två pensionärer från varje pensionärsorganisation samt tjänstemän från äldreförvaltningen, två pensionärer från Framtidsgrupperna samt eventuellt någon representant från äldrenämnden. Ewa Kardell framför "att det går att ha ett pilotprojekt. Man måste våga tänka nytt och få fram olika schatteringar från pensionärerna. Allt handlar om en bättre äldreomsorg." Äldreombud kommer att vara en återkommande fråga i KPR.

Jämförelseguiden på Haninge kommuns hemsida visar **nyckeltal** för olika insatser inom flera förvaltningar. Det finns möjlighet att jämföra nyckeltal mellan kommunala och privata aktörer samt från andra kommuner. Äldreförvaltningens nyckeltal är hämtade ur officiell statistik. Framtidsgrupperna har deltagit i arbetet med att titta på vilka nyckeltal som kan vara intressanta att jämföra. Nyckeltalen kan förändras. I Jämförelseguiden/omsorg och stöd är det hemtjänst samt vård- och omsorgsboende som är aktuellt från äldreförvaltningens verksamheter. Äldreförvaltningen ligger bra till i de nyckeltal som redovisas. Det gäller framför allt hemtjänsten, där man gått från 17 personer till 10 personer som besöker en kund. Kontinuiteten ska hållas enligt Ewa K.

Haninge Föreningsråd, information från ordförande Agneta Rolhamre. Föreningsrådets uppdrag är att vara en part gentemot kommunen och att vara en bro mellan föreningar för ett starkare föreningsliv under mottot "Vi utvecklar Haninge tillsammans". Det viktigaste arbetet för föreningsrådet är att ha nära dialog med föreningarna, att framföra föreningarnas synpunkter till politiker och tjänstemän, att ha regelbundna frukostmöten, att erbjuda intressanta föreläsningar, att vara en remissinstans i kommunens olika förvaltningar. Rådet ska föra alla föreningars talan. Vår förening har numera medlemskap i Föreningsrådet.

Mer information på föreningsrådets hemsida; <http://haninge-foreningsrad.se>.

Läs mer på Haninge kommuns hemsida; www.haninge.se/omsorg&stod/aldre, eller telefon äldre direkt 08-606 76 00.

Till sist önskar vi er alla en skön vår!

Kristina Löttiger-Carlsson, Birgitta Brynnel och Elisabeth Lindmark

Strulande datasystem

Som de flesta av er säkert lagt märke till eller hört talas om så har förbundet bytt de dataprogram som vi jobbar med i föreningarna och distrikten. Programvarorna det är fråga om är dels programmet som vi sköter medlemsregistret med och dels programmet vi använder för att redigera och underhålla föreningens webbplats. Tyvärr så blev programbytet ett riktigt stort misslyckande och i skrivande stund, efter drygt 3,5 månaders användning, har knappt några förbättringar skett. Det riktigt stora problemet är den nya programvaran "MiRiaM" som är tänkt att hantera medlemsregistret och där också e-posthanteringen ingår.

Beslutet om programbytet togs så långt tillbaks som 2014 på förbundskongressen. Det var för övrigt på samma kongress man också fattade beslut om namnbyte och central uppbörd av medlemsavgifterna. Från början var det tänkt att bytet skulle ske vid årsskiftet 2015/2016 men sköts fram nästan ett år till den 1 december 2016. Samtidigt bytte man också dataleverantör/konsult från Föreningssupport till Softronic. För att göra en lång historia kort så kan man säga att det inte är mycket som fungerat tillfredsställande fr o m 1 december 2016 då de nya programmen togs i bruk.

Hur är då situationen i vår förening?

Vår webbplats, www.spfvendelso-brandbergen.org, börjar vi få ordning på men fortfarande saknas en del information och förbättringar återstår att genomföra. På nya webbplatsen finns inte möjligheten att ha inloggning för vissa sidor som vi hade förut där vi loggade in med "fyrverkeri". Däremot finns det något som heter "Mina sidor" och klickar man där så kommer man till en inloggningssida där man loggar in med personnumret som användare och postnumret som lösenord. Den enda gång man behöver logga in på "Mina sidor" är om man vill ändra personliga uppgifter som adress, telefon, e-postadress, inloggningsuppgifter m m. Hör gärna av er till undertecknad om ni har frågor och/eller önskemål om webbplatsen/hemsidan.

Som ni säkert upptäckt har vi inte kunnat skicka e-post till er under en tid. I skrivande stund (16/3) har vi löst detta genom att vi köper tjänsten, till att börja med under tre månader, från vår tidigare leverantör Föreningssupport till ett bra pris. Vi har möjlighet att förnya med tre månader om så behövs. E-post är ett billigt och snabbt informationssätt när det fungerar som det ska, så det upplever vi som ett måste.

När det gäller medlemsregistret vet vi inte hur förbundet kommer att agera. De flesta föreningar och något distrikt kräver att man går tillbaks till det tidigare systemet men från förbundet är det kompakt tystnad i den frågan. Kanske med viss förståelse efter att man plöjt ner ett antal miljoner i ett nytt system som tyvärr inte fungerar. I vår förening kommer vi att göra vårt bästa för att du som medlem ska märka så litet som möjligt av det uppstådda strulet. Om så behövs så får vi hitta alternativa lösningar.

Per-Erik Mattsson, IT- ansvarig. mattsson.per-erik@telia.com

Kalendarium för våren/sommaren 2017

Månad	Veckodag	Datum	Klockan	Aktivitet
April	Måndag	3/4, 10/4, 24/4	10.00 - 14.00	Tävlingsbridgen
	Måndag	10/4, 24/4	Se sidan 9.	Kulturpromenader
	Tisdag	4/4,	10.00 - 14.00	Styrelsemöte
	Tisdag	4/4, 18/4	16.00 - 18.00	Tjejträff
	Tisdag	4/4, 11/4, 18/4, 25/4	10.00 - 12.00	Boule
	Tisdag	11/4,	12.30 - 15.00	Månadsmöte
	Tisdag	18/4,	13.00 - 14.00	Tisdagsföreläsning
	Tisdag	25/4,	13.00 - 14.00	Allsång
	Onsdag	5/4, 12/4, 19/4, 26/4	09.30 - 11.30	Stavgång
	Onsdag	19/4,	14.00 - 15.30	Haninge historia
	Onsdag	26/4,	17.00 - 19.00	Pubkväll
	Torsdag	6/4, 20/4, 27/4	13.00 - 14.00	Bowling
	Torsdag	6/4, 20/4, 27/4	13.30 - 15.30	Torsdagskafé, Kafé 76:an
	Torsdag	6/4, 13/4, 20/4, 27,4	10.00 - 12.00	Boule
	Torsdag	20/4, 27,4	10.00 - 12.15	Datasäkerhet
	Torsdag	20/4,	18.00	Trädgårdsgruppen
	Maj	Lördag	8/4, 15/4, 22/4, 29/4	10.00 - 12.00
Måndag		8/5,	10.00 - 14.00	Tävlingsbridge
Måndag		8/5, 15/5, 22/5	Se sidan 9.	Kulturpromenader
Måndag		15/5,	Se sidan 9 och 13	Vårlunch / kulturpromenad
Måndag		29/5,	07.00	Gökotta
Tisdag		2/5,	10.00 - 14.00	Styrelsemöte
Tisdag		2/5, 16/5	16.00 - 18.00	Tjejträff
Tisdag		2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5	10.00 - 12.00	Boule
Tisdag		9/5,	12.30 - 15.00	Månadsmöte
Tisdag		16/5,	13.00 - 14.00	Tisdagsföreläsning
Tisdag		23/5,	13.00 - 14.00	Allsång
Onsdag		3/5, 10/5, 17/5, 24/5, 31/5	09.30 - 11.30	Stavgång
Onsdag		3/5, 10/5	14.00 - 15.30	Haninge historia
Onsdag		24/5 OBS! datum	17.00 - 19.00	Pubkväll
Torsdag		4/5, 11/5, 18/5	10.00 - 12.15	Datasäkerhet
Torsdag		4/5, 11/5, 18/5	13.30 - 15.30	Torsdagskafé, Kafé 76:an
Torsdag		4/5, 11/5, 18/5	10.00 - 12.00	Boule
Fredagen	19/5,	17.00 - 19.00	Lilla grillfesten	
	Lördagen	27/5,	11.00 - 15.00	Trädgårdsgruppen
	Tisdagen	6/6,	13.00 - 15.00	Nationaldagsfirande
Juni	Tisdag	13/6,	13.00 - 14.00	Allsång
	Onsdagen	21/6,	18.30	Trädgårdsgruppen
Juli	Tisdagen	11/7,	Se sidan 17	Sommarresan

Boule

Spelas Under Hela som marren

Se sidan 18

Följande företag i vårt närområde ger förmåner till våra medlemmar, mot uppvisande av medlemskort för SPF

Brandbergens Glasögon

10 % Rabatt på kompletta glasögon*

Synundersökning ingår.

NYHET! Nu finner du även LINSER hos oss.

**Gäller ej paketprissortiment*

Tel. 08-777 25 40

Brandbergens Centrum

Brandbergen Tandvård AB,

Brandbergen Tandvård AB ger 10 % rabatt på den totala patientkostnaden.

15% rabatt över 55 år

Det som ingår är; allmän tandvård, tex. lagning, borttagning av tandsten, undersökning, estetisk tandvård, tex. tandsmycken, blekning, inplantat, kronor och bryggor etc. Tel. 08-741 14 88. Lodjurets gata 226.

Brandbergens låshörna AB

10 % på nyckelkopiering och låsmaterial.

Tel: 777 11 11

Office Depot, Träffgatan 2

Ger 10% på papper, pärmar, skrivmaterial, bläckpatroner etc. Tel 741 31 70

Bio
Cosmopolite
Hela Hanninges biograf

VÄLKOMNA!

www.biocosmopolite.se