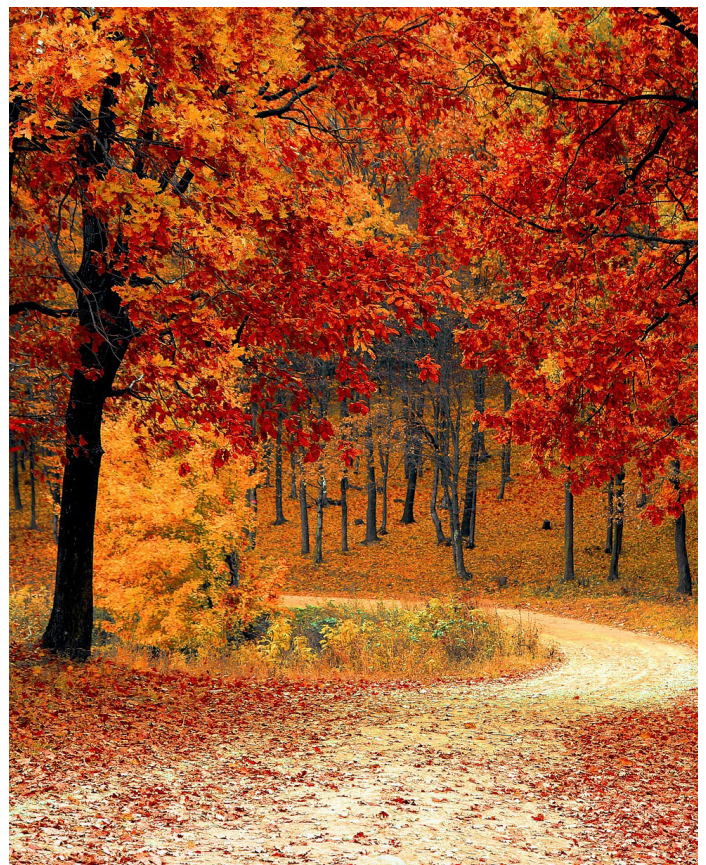


RUNSKRIFTEN

Medlemstidning för SPF Seniorerna Runstenen Västerhaninge • Nr 1 januari 2023



Ordföranden har ordet

Den första snön har kommit när vi går in i en mörk årstid. Visst lyser snön upp och gör oss lite lättare till mods. Men inte önskar vi stora mängder tung blötsnö som utmanar oss, vare sig vi är fastighetsägare eller inte. I denna tid behöver vi kanske mer än annars gemenskap och något meningsfullt att göra. Här kan vår verksamhet göra skillnad. Tänk att vi efter pandemin kunnat bedriva all vår verksamhet under 2022. Jag säger det igen, vi har en fantastisk bred verksamhet med hög kvalité som drivs av människor med engagemang och intresse. Men utan alla våra medlemmar vore vi inget.

Fast en verksamhet får aldrig bli självgod och statisk utan vi kan alltid jobba vidare med den och göra den lite bättre. Vi har goda förutsättningar med bra lokaler i Villan, en god ekonomi samt ett brett engagemang.

Jag önskar att vår verksamhet ska locka fler seniorer under året som kommer. Vi hoppas också kunna starta nya efterfrågade verksamheter.

I Runskriften nr 4 - 2022 och på vår hemsida hittar du de flesta av våra kommande aktiviteter 2023. En hel del sker senare på året och dem finner du bland annat i kommande nummer av Runskriften.

I denna tidnings almanacka presenteras många av de återkommande aktiviteterna som en påminnelse och som ett kompletterande stöd till övrig information.

Jag vill rikta ett varmt och innerligt tack till er alla för året som gått.

Till sist vill jag också önska er alla ett GOTT NYTT år.

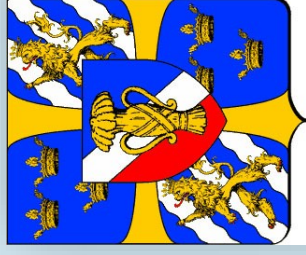
Väl mött 2023!

Anders

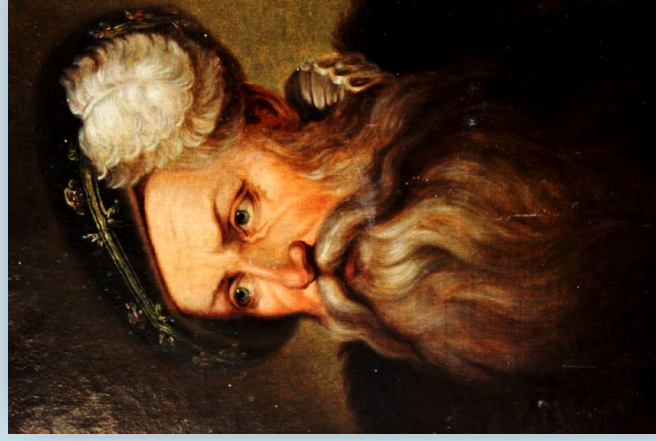




SENIORERNA RUNSTENEN Västerhaninge



Januari 2023



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Gubbröra 18.30
Stickcafé 14.00-16.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
53							1
1	2	3	4	5	6	7	8
2	9 Café	10	11 Stickcafé Gubbröra	12 Sopp- lunch	13	14	15
3	16 Café Styrelse	17	18	19 Sopp- lunch	20	21	22
4	23 Café	24 Månads- träff	25 Stickcafé Gubbröra	26 Sopp- lunch	27 Tema- kväll	28	29

Av praktiska skäl redovisas 30:e och 31:a januari på nästa sida



Februari 2023



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Gubbröra 18.30
Stickcafé 14.00-16.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
5	30 Café	31	1	2 Sopp- lunch	3	4	5
6	6 Café	7	8 Stickcafé Gubbröra	9 Sopp- lunch	10	11	12
7	13 Café	14	15	16 Sopp- lunch	17	18	19
8	20 Café	21	22 Stickcafé Gubbröra	23 Sopp- lunch	24 Tema- kväll	25	26
9	27 Café Styrelse	28 Årsmöte					



Mars 2023



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Gubbröra 18.30
Stickcafé 14.00-16.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
9			1	2 Sopp-lunch	3	4	5
10	6 Café	7	8 Stickcafé Gubbröra	9 Sopp-lunch	10	11	12
11	13 Café	14	15 Resa	16 Sopp-lunch	17	18	19
12	20 Café	21	22 Stickcafé Gubbröra	23 Sopp-lunch	24	25	26
13	27 Café Styrelse	28 Månads-träff	29	30 Sopp-lunch	31 Tema-kväll		



April 2023

Sigismundus Rex



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Gubbröra 18.30
Stickcafé 14.00-16.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
13						1	2
14	3 Café	4	5 Stickcafé Gubbröra	6 Sopp- lunch	7 Lång fredag	8	9
15	10	11	12	13 Sopp- lunch	14	15	16
16	17 Café	18	19 Stickcafé Gubbröra	20 Sopp- lunch	21	22	23
17	24 Café Styrelse	25 Månads- träff	26	27 Sopp- lunch	28 Tema- kväll	29	30



Maj 2023



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Gubbröra 18.30
Stickcafé 14.00-16.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
18	1	2	3 Stickcafé Gubbröra	4 Sopp- lunch	5	6	7
19	8 Café Fhv	9 Fhv	10 Fhv	11 Sopp- lunch Fhv	12 Fhv	13	14
20	15 Café	16 Funk- tionärs- träff	17 Stickcafé Gubbröra	18 Sopp- lunch	19	20 Villa- vård	21
21	22 Café	23	24 Resa	25 Sopp- lunch	26 Tema- kväll	27	28
22	29 Café Styrelse	30 Vår lunch	31 Stickcafé Gubbröra				

Folkhälsoveckan 8-12 maj



Juni 2023



Café 13.00-15.00
Grillkväll 17.00
Gubbröra 18.30
Stickcafé 14.00-16.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
22				1 Sopp-lunch	2	3	4
23	5 Café	6 Silltrutar-na	7	8	9 Grill-kväll	10	11
24	12 Café Styrelse	13	14	15	16	17	18
25	19 Café	20	21	22	23 Grill-kväll	24	25
26	26 Café	27	28	29	30		



Juli

2023



Café 13.00-15.00
Grillkväll 17.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
26						1	2
27	3 Café	4	5 Senior-lunch	6	7 Grill-kväll	8	9
28	10 Café	11	12	13	14	15	16
29	17 Café	18	19	20	21 Grill-kväll	22	23
30	24 Café	25	26	27	28	29	30



Augusti 2023

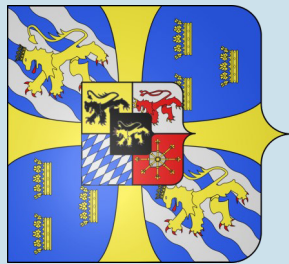


Café 13.00-15.00
Grillkväll 17.00
Månadsträff 13.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
31	31 Café	1	2	3	4	5	6
32	7 Café	8	9	10	11 Grill- kväll	12	13
33	14 Café	15	16	17	18	19	20
34	21 Café	22	23 Resa	24	25 Grill- kväll	26 Höst- marknad	27
35	28 Café Styrelse	29 Månads- träff	30	31			
36							



September 2023



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Grillkväll 17.00
Stickcafé 14.00-16.00
Gubbröra 18.30

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
35					1 Grill- kväll	2	3
36	4 Café	5 Senior- resa	6 Stickcafé Gubbröra	7 Sopp- lunch	8	9	10
37	11 Café	12 Planerings- Styrelsen	13 dagar Styrelsen	14 Sopp- lunch	15 Grill- kväll	16 Villavård	17
38	18 Café	19	20 Stickcafé Gubbröra	21 Sopp- lunch	22	23	24
39	25 Café Styrelse	26 Månads- träff	27	28 Sopp- lunch	29 Tema- kväll	30	



Oktober 2023

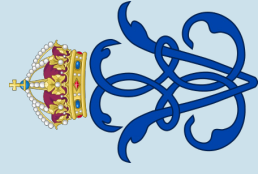


Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Stickcafé 14.00-16.00
Gubbröra 18.30

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
39							1
40	2 Café	3	4 Stickcafé Gubbröra	5 Sopp- lunch	6	7	8
41	9 Café	10	11 Resa	12 Sopp- lunch	13	14	15
42	16 Café	17	18 Stickcafé Gubbröra	19 Sopp- lunch	20	21	22
43	23 Café Styrelse	24 Månads- träff	25	26 Sopp- lunch	27 Tema- kväll	28	29



November 2023



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Månadsträff 13.00
Temakväll 18.00
Stickcafé 14.00-16.00
Gubbröra 18.30

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
44	30 Café	31	1 Stickcafé Gubbröra	2 Sopp- lunch	3	4	5
45	6 Café	7	8	9 Sopp- lunch	10	11	12
46	13 Café	14	15 Stickcafé Gubbröra	16 Sopp- lunch	17	18	19
47	20 Café	21	22	23 Sopp- lunch	24 Tema- kväll	25	26
48	27 Café Styrelse	28 Månads- träff	29 Stickcafé Gubbröra	30 Sopp- lunch			



December 2023



Café 13.00-15.00
Sopplunch 11.30-14.00
Stickcafé 14.00-16.00
Gubbröra 18.30
Julmarknad 15.00

V	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
48					1	2	3
49	4 Café	5 Julbord Rosella	6	7 Sopp- lunch	8	9	10
50	11 Café Styrelse	12 Jullunch	13 Stickcafé Gubbröra	14 Sopp- lunch	15 Jul- marknad	16	17
51	18 Café	19	20	21	22	23	24
52	25	26	27	28	29	30	31 Nyårs- firande



SPF Seniorerna Runstenen 2023

Adress: SPF Runstenen, Stationsvägen 30, 137 38 Västerhaninge.

E-post: spfrunstenen@telia.com

Hemsida: www.spfseniorerna.se/runstenen

Föreningsnummer: 010-879 • Organisationsnummer: 812401 - 0987

Plusgiro: 13 62 10 - 2 • Swish: 123 537 0580



Tidplan för utgivning Runskriften 2023

	Inlämning av material till redaktionsrådet senast	Distribution av tidningen , vecka
Nr 2 Runskriften	3 mars 2023	12
Nr 3 Runskriften	4 augusti 2023	34
Nr 4 Runskriften	3 november 2023	47

på mejladress anders.ohlander@outlook.com och janzon.1718@gmail.com