

Alunda ~ Gimo ~ Valö ~ Harg ~ Östhammar

ROSPIGGENSNYTT

NR 4 - 2024

JULFEST



Tisdag 26 november 2024, kl 15.00

Hökhuvuds bygdegård

Glögg – Julbord - Kaffe - Lotteri m.m.

Mattias, Stefan & Sören spelar och underhåller

Pris: 375 kr.

ANMÄLAN senast tisdag 19 november gärna SMS till:

Bertil 0709-22 84 47, Lars-Erik 070-437 76 08 eller

Ingegerd 0708-31 05 60.

Ta gärna med en vän

VÄLKOMNA!

I samarbete med



**Studieförbundet
Vuxenskolan**



Några ord från ordföranden i SPF-Rospiggen

Nu blir det vinter men försök vistas ute, vandra i motionsspår etc. Det kan göra det lättare om vi är friska eller kanske för att just hålla oss friska.

Medlemsvård och medlemsvärvning är viktigt särskilt när vi nu under året som gått tappat några medlemmar som inte längre finns bland oss. Här kan alla medlemmar bidra till att vi blir fler och också försöka motverka ofrivillig ensamhet. Våga fråga om medlemskap.

Rospiggsnytt hoppas vi ger dig värdefull information om vår förening. Hör gärna av dig med synpunkter. Ni som är ute på internet kan hela tiden också få aktuell information på vår hemsida. Ingegerd lägger nu ner ett förtjänstfullt arbete för att få det att fungera.

Vi har nu också adjungerat Eva Bergman till styrelsen som ny kassör.

Oron i omvärlden med Rysslands invasion av Ukraina som nu pågått i över två år ger våra årsrika medlemmar obehagliga tankar och påminnelser om vad som hände under andra världskriget. Kriget mellan Israel och Hamas som slog till 7 oktober har ökat oron i Mellanöstern där många oskyldiga dödats. Spänningarna har tyvärr ökat ännu mer. Presidentvalet i USA är inget undantag. Vi får också uppleva hur desinformation sprids - vem kan vi lita på.

Genom våra tre sektioner – Alunda – Gimo – Östhammar – finns förutsättningar för att våra medlemmar får ut mer av sitt medlemskap.

I dagarna kom senaste numret av SPF:s tidning SENIOREN. 5 dec. kommer nästa nummer. Tidningen är en fin medlemsförmån. Hör av dig om du inte får tidningen!

*Hälsningar
Bertil Alm
ordförande i SPF Seniorerna Rospiggen*



Rapport från Prova-på-Fotbollsgolf

Den 12 september hade vi prova-på-Fotbollsgolf vid Gärdebyn, Alunda. Jan Bohlin gav oss instruktioner och förklarade reglerna kring denna form av golf. Vi började med lunch på golfrestaurangen och sedan gick nio förväntansfulla deltagare ut i den särskilda 18-hålsbanan för att försöka sparka fotbollen i hålen. Inte helt lätt och några besök i bushen blev det också.



Filmvisning på Storbrunn



Fredagen den 4 oktober gick vi 30 st seniorer på filmvisning på Storbrunn i Östhammar.

Vi såg den Oscarsnominerade filmen "Den sista resan" av Filip Hammar och Fredrik Wikingsson.

En tänkvärd film om att försöka tända livsgnistan hos Filips pappa som blivit passiv och viljelös.

Resor

Res med Rospiggen, Havsörnen och Jernet i samarbete med Sundbergs Buss.

25 januari 2025 - Resa till Chinateatern och Dreamgirls

Pris: 1.495 kr per person. Anmälan senast 10 januari.

Hör av dig snarast med frågor och/eller **anmälan** till:

Kerstin Löfberg, tel 076-247 98 20, epost: kerstin_lg@hotmail.com

Läs mer på vår hemsida: www.spfseniorerna.se/rospiggen

Ny boulebana i Östhammar

Rospiggens Boulesektion i Östhammar har under flera år kämpat för att få till en boulebana nere vid Källör. Anne-Marie Karlsson har jobbat hårt för att få till sponsring och nu är banan på plats och inbjuder till spel fullt ut i vår både för våra medlemmar men även för andra.



Ny lokal i Alunda

Allianslokalen i Alunda har vi i SPF tillsammans med PRO kunnat använda i över 20 års tid. En av lokalerna för Furustugan har drabbats av mögelproblem och därför kommer förskoleverksamhet att flytta över till "våra" lokaler.

Vi har nu tillsammans med PRO gjort klart med att disponera delar av BrandPosten och att kunna återstarta verksamhet i ny lokal där vi även i fortsättningen samsas SPF och PRO.

Även ungdomsgård kommer att finnas i lokalen två kvällar i veckan.

Verksamhetsplan 2024

SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation för seniorer.

Vår förening har till uppgift att främja SPF Seniorernas mål genom att:

- informera medlemmarna i frågor som berör dem
- verka för gemenskap, trygghet och trivsel bland medlemmarna
- tillvarata medlemmarnas intressen på det lokala planet, t ex i Kommunala rådet för pensionärer och funktionsnedsatta
- aktivt verka för att ansluta personer som kan erhålla medlemskap
- i övrigt bedriva verksamhet som främjar förståelse och solidaritet mellan generationerna.

Värva nya medlemmar – våga fråga

- Ett enkelt sätt att träffa nya och gamla vänner
- Delta i aktiviteter, kurser och resor
- Stöd arbetet för seniorernas villkor i samhället
- Dra nytta av centrala och lokala medlemsförmåner
- 9 nummer av medlemstidningen Seniorens (värde 499 kr/år)

Medlemsvård och värvning

Nya aktiviteter

- Lämna gärna förslag till styrelsen

Medlemsvård

- Grattiskort till jubilerarar

Utskick av RospiggsNytt

Digitalt

- Hemsida/Facebookgrupp

Annonsering

- Tidning/annonstavla



**Samla några vänner, minst 3 st,
och starta en studiecirkel.**

Kontakta: Anneli Eriksson

anneli.eriksson@sv.se 0173-218 51

Studiekatalog 2024/2025

Inspiration för SPF Seniorerna Uppsala län

Har Du e-post?

Portot blir allt dyrare. Ibland kan det vara enkelt och praktiskt att snabbt få ut information till medlemmarna. Har du e-post får du gärna skicka ett mail till bertil143alm@gmail.com

Pengar till dig och SPF?

Svensk Fastighetsförmedling

Drottninggatan 8 A

T 0173-425 40

svenskfast.se/osthammar

Funderar du på att sälja din bostad?

Just nu får du som medlem rabatt på arvodet.
3 000 kr vid försäljning av villa.
2 000 kr vid försäljning av bostadsrätt.

Samtidigt får SPF samma summa som ett bidrag från oss, när du som medlem säljer din bostad med oss på Svensk Fastighetsförmedling.

Välkommen att boka ett möte på 0173-425 40 så berättar vi mer.

 Svensk Fastighetsförmedling

Scanna QR-koden



Uppsala Stadsteater

Gå in på teaterns hemsida: www.uppsalastadsteater.se för information om program för 2024/2025.

Beställ gärna biljetter genom SPF - vi har 25% rabatt på ordinarie pris på Stadsteaterns produktioner.

Rospiggens teaterombud är: **Kerstin Sandberg**

Mailadress: 46sandberg@gmail.com Tel: 070-696 10 35

Aktivitetsprogram vintern 2024/2025

"Antikrundan", stavgång

Måndagar kl 9 i Alunda, samling Landbadet

Kontaktperson: Sture Andersson, 073-933 62 27

Promenader/Stavgång i Östhammar

Måndagar kl 10 i Östhammar, samling Sjötorget

Kontaktpersoner: Ingegerd Ernehult, 0708-31 05 60,

Anne-Marie Karlsson, 076-823 75 35

Seniorgymnastiken

Tisdagar i Alunda, Postlokalen

Ledare sökes

Qigong

Tisdagar kl 11 i Alunda, Postlokalen

Kontaktperson: Monika Hedén, Alunda, 070-632 24 23

Öppet Hus

Tisdagar kl 12 - i Alunda, Postlokalen.

Träff med fika, prat, kortspel m.m.

Bridge i Alunda/Österbybruk

Onsdagar kl 10

Jämna veckor i Alunda, Postlokalen

Udda veckor i Österbybruk, Fritidsgården

Kontaktperson: Östen Mårtensson, Alunda, 070-368 60 20

Boule

Onsdagar kl 10 i Östhammar (vintertid i Öregrunds boulehall)

Kontaktperson Östhammar: Anne-Marie Karlsson, 076-823 75 35

Ingegerd Ernehult, 0708-31 05 60

Fredagar kl 10 i Alunda (vintertid i Syding Ösby, Alunda)

Kontaktperson Alunda: Christina Berggren, 070-233 73 82

Eva Bergman, 073-991 32 56

Kortspel på Storbrunn, Östhammar

Torsdagar - 14 nov, 28 nov och 12 dec kl 13. Nya datum kommer fr o m jan.

Kontaktperson: Anne-Marie Karlsson, 076-823 75 35

Fredagsdans

Fredagar kl 15.30-17.30 i Postlokalen, Alunda. Ta med fika.

Kontaktperson: Håkon Dregelid, 076-771 01 66



SPF Seniorerna Rospiggen
c/o Bertil Alm, Skogsv. 3, 747 31 ALUNDA

SPF-Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation för seniorer.

Lokalföreningen Rospiggen

har 3 sektioner; Östhammar, Gimo och Alunda med aktiviteter som är tillgängliga för alla medlemmar.

Du är alltid välkommen till våra träffar och aktiviteter.

Kontaktuppgifter för styrelsen:

Bertil Alm, ordförande

Mobil: 0709-22 84 47

Epost: bertil143alm@gmail.com

Lars-Erik Näsström, vice ordförande

Mobil: 070-437 76 08

Epost: gimolarserik@hotmail.com

Ingegerd Ernehult, sekreterare och webbansvarig

Mobil: 0708-31 05 60

Epost: ernehult@hotmail.com

Jan Bohlin

Mobil: 070-379 40 81

Epost: janerikbohlin@gmail.com

Anne-Marie Karlsson

Mobil: 076-823 75 35

Epost: annemariebirgitta@icloud.com

Kristina Klangö

Mobil: 070-826 63 55

Epost: klangokristina@gmail.com

Finn Meldgaard

Mobil: 070-620 58 64

Epost: 42fsom@gmail.com

Adjungerad:

Eva Bergman, kassör

Mobil: 073-991 32 56

E-post: evamaria.bergman@hotmail.com

www.spfseniorerna.se www.spfseniorerna.se/rospiggen

Vi finns även på Facebook.