

Ordföranden har ordet!

När Du läser detta Medlemsblad är det en vecka kvar till årsmötet. Styrelsen har jobbat hårt med att sammanställa Årsmöteshandlingarna. Nu kan vi inte göra mer än att vänta på vad Du som medlem tycker. Det jag som ordförande kan konstatera är att samtliga ledare och förtroendevalda har gjort ett digert arbete inom sina respektive ansvarsområden och verksamheter och därmed känner jag mig trygg i att vi genomfört bra och uppskattade aktiviteter. Vi har dessutom ökat antalet medlemmar i föreningen vilket nu är i nivå med det vi hade innan pandemin, vilket är mycket glädjande.

Den senaste tiden har det tillkommit två nya aktiviteter, nämligen en kortspelsgrupp för Canasta och GåFotboll. Hur äldrefrågorna bedrivs centralt i Förbundet får vi tillfälle att höra på årsmötet genom besök av Peter Sikström, Generalsekreterare i Förbundet.

Avslutningsvis är det min förhoppning att vi under våren kommer i hamn med skapandet av ett Kommunalt Pensionärsråd (KPR). Det innebär att vi tillsammans med PRO på ett bättre sätt kan bedriva lokalt och regionalt påverkansarbete.



Här (maj 2023) skriver Karl-Erik Johansson, PRO och jag från SPF under ansökan till Nykvarns kommun.

Väl mött på årsmötet den 12 februari.

Björn Janhagen, Ordförande
Gemenskap, trivsel och engagemang

Vi hälsar nya medlemmar välkomna

Ulla Wiles Per Gustavsson
Tommy Larsson Ann-Mari Becker
Leif Grönlund Anne-Marie Grönlund

Kommande månadsträffar

Dessa måndagar har bokats för kommande månadsträffar.

- **12 februari (årsmöte)** - 9 september
- 11 mars - 14 oktober
- 8 april - 11 november
- 13 maj - 9 december

Månadsträff och Årsmöte den 12 februari kl 13.00 i Sländan

Handlingar till årsmötet kommer att finnas tillgängliga på hemsidan och i Sländan.

Peter Sikström, generalsekreterare i SPF Seniorerna kommer och besöker oss. Hur äldrefrågorna bedrivs centralt i Förbundet får vi tillfälle att höra av Peter



Vi får en genomgång av SPF appen. Hur man laddar ner och installerar den. Hur den fungerar som en hjälp att få information från förbund, distrikt och föreningen i Nykvarn direkt i din telefon, utan att du behöver leta dig fram på hemsidan till informationen.

Vinsterna i vinlotteriet är utvalda av Ulf Nyström. Du kan betala lotterna med Swish via QR-kod vid lotteribordet eller kontant.

Anmäl dig så snart du kan, helst senast torsdag så vi kan planera för fika och semla till alla. Anmäl dig via knappen på hemsidan eller om du inte kan det får du anmäla dig genom att SMS:a eller ringa till Weine telefon 076-823 58 15.
Detta möte är gratis för alla medlemmar.

Trivselkvällar.

Flera trivselkvällar kommer i mars.

Nostalgiafton

Lördag den 17 februari på Sländan. Kväll med mat, musik och dans.

Kl 18:00 öppnar vi upp Sländan. Mat med tillbehör tar alla med sig efter behov. Glöm inte att ta med kaffetermos.

Hans Rytterströms Trio, Eskilstuna, spelar upp till första dans ca kl 19 och vi dansar kvällens sista dans vid 23-tiden.

ANMÄLAN senast 7 februari genom att Swisha 150 kr/person till

Birgitta Andersson 0707 – 969 678,

Pubkvällar på Terrassen

Vi som vill kan träffas på restaurang Terrassen för lite pubkväll. Där finns öl, vin, läsk, pizza och även annan mat. Vi umgås och du betalar själv det du beställer.

OBS! Ingen anmälan, bara kom dit vid 16-tiden.

15 februari, 14 mars, 18 april, 16 maj, 13 juni.

Besök på Tingsrätten, Södertälje, 20 februari

Hur går det till på en rättegång? Vi besöker Tingsrätten i Södertälje tisdagen den 20 februari. Vi kan lyssna på tre olika förhandlingar, samtliga i sal 1.

13.00 Narkotikabrott

14.00 Penningtvåtbrott

14.30 Våld mot tjänsteman

Före besöket måste vi genomgå en säkerhetskontroll (ha så lite som möjligt i fickor och ev väskor). Om allt klaffar får vi också en kortare introduktion om arbetet på Tingsrätten. Max 45 personer tillåts i salen.

Var och en tar sig till Södertälje på egen hand. Besöket kostar ingenting.

Samling 12.30 vid Tingsrätten.

Obs! Kort anmälningstid. Anmäl senast den 15 februari. Anmälan sker på hemsidan via anmälningssknappen.

Om du har frågor, kontakta Bernt 0727302770

Vita Hästen på Folkoperan!

I vår kommer den välkända operetten Hotell Vita Hästen att spelas på Folkoperan i Stockholm och vi har bokat biljetter till en eftermiddagsföreställning söndagen den 28 april. I den här uppsättningen samsas flera folkkära skådespelare med de professionella sångarna i en (enligt regissören) "tramsig operett med härliga sångnummer".

Operetten skrevs 1930 och handlingen utspelas på ett värdshus i de österrikiska alperna där stämningen balanserar på gränsen mellan desperat munterhet och

total katastrof. "Jag ser stora likheter med den tid vi lever i idag", säger regissören Staffan Valdemar Holm. Vi åker buss till och från Nykvarn och om vi blir 50 personer är priset 750 kr/person. Anmäl dig så snart som möjligt. Anmälan blir bindande först den 12 mars och därefter kommer faktura att skickas ut från Björcks.

Anmälan via hemsidan. Vi behöver som vanligt namn, adress, mejladress och telefon samt namn på ev medresenär.

Frågor besvaras av Margareta, tel.0706-987198.

Sedlar och amerikanare 21 mars

Torsdagen den 21 mars gör vi en geografiskt kort men innehållsrik dagsresa till Tumba. Bussen avgår från Sandtorp kl 9.15 och vi plockar upp resenärer längs busslingan. Dagens första besök blir på Tumba Bruksmuseum, där vi får höra om tillverkningen av sedlar, som (i Riksbankens regi) pågick där i nästan 250 år. Sedan cirka fem år sker tillverkningen utanför landets gränser.

Vi åker vidare till Hågelby Hus, där lunchen väntar (varmrätt, bröd och kaffe ingår).

Därefter kör bussen oss till World of Classics - Sveriges största museum med amerikanska bilar. Museet är inrymt i en gammal industrilokal och har ett hundratal iordninggjorda och körklara "amerikanare" från 1940-, 50- och 60-talen. Här finns också mängder av föremål (jukeboxar, varuautomater, neonskyltar etc), som kan ge en riktig nostalgitripp.

Vid 16-tiden vänder vi kosan hemåt igen.

Om vi blir 30 deltagare kostar denna innehållsrika dag 885 kr/person. (Och blir vi 40 resenärer sjunker priset med en 100-lapp!) Anmälan görs som vanligt på hemsidan och sista anmälningsdag är 20 februari. Frågor? Ring Margareta, tel.0706-987198.

Res med oss till Irland

Även i år har resegruppen arrangerat en utlandsresa, denna gång till Irland. Resan arrangeras i samarbete med Björcks buss och omfattar tiden 4-10 september. Programmet till resan finns på hemsidan, där du även gör din anmälan. Vi åker buss till och från Arlanda och flyger med direktflyg till Dublin. Frukost och middag ingår alla dagar på Irland. Priset för resan är 17.650 kr för inkvartering i dubbelrum (tillägg för enkelrum är 4.200 kr) och är beräknat på 35 deltagare. Om vi inte blir tillräckligt många från Nykvarn kommer vi att bjuda in andra SPF-föreningar. Därför är det viktigt att du som är intresserad av att följa med på resan anmäler ditt intresse så snart som möjligt. Du behöver inte betala någonting förrän 15 juni och fram till dess kan resan avbokas utan kostnad.

Eventuella frågor besvaras av Margareta på tel.0706-987198.

Båtresa på Göta kanal och i Sankt Annas skärgård.

Är nu bekräftat till 30 maj. Mer info senare

SPF-appen

SPF-appen

En annan stor förändring som vi gör är att vi ansluter föreningen till något som heter SPF-appen (SPF Seniorerna) och som finns på Play Butik och App Store att ladda ner.

Det är en app som du kan installera på din telefon eller surfplatta. Med den appen kan du få ett pling i telefonen/plattan när det har kommit nå nyhet på hemsidan. Du kan då gå in i appen och där ser du direkt senaste nyheterna som enkla rader och klickar du på en av raderna så kommer du direkt till den sida där du kan läsa om nyheten. Hemsidans nyheter kommer till din telefon och du slipper själv gå in och kolla om något nytt har hänt.

Om du byter E-postadress eller telefonnummer

Var vänlig informera Åke Karlsson på 070-552 46 47 eller via mail till akek.nykvvarn@gmail.com

IT-säkerhet

Klicka på länken nedan till en guide om nätbedrägerier i samarbete med SPF och Mysafety.

https://www.mysafety.se/sites/default/files/Guide_Natbedragerier_mySafety_Forsakringar.pdf

Återkommande aktiviteter

Bingo på Träffen kl 10.00

Tisdag ojämfna veckor
Träffen, 08-554 900 93

Boule Lillehallen i Södertäle från och med oktober

Onsdagar kl 09.00
Kontaktpersoner
Christer Feldt, 070-6022998
Ingemar Wall, 070-566 98 87
Gun Roos, 070-6421767

Bowling i Bollhallen kl 10.00

Måndagar
Kontaktperson
Solveig Turner, 070-673 76 55

Golfgruppen

Kontaktpersoner
Ronald Skoog ronald.skoog@tyfonmail.se
Mobil: 070-551 60 49
Lefte Karlsson leffe.karlsson@telia.com
Mobil: 070-510 69 78
Ulf Nyström ulfr.nystrom@gmail.com
Mobil: 070-894 04 33

Kortspel på Träffen kl 12.00

Onsdagar ojämfna veckor

Canasta

Vi är i dagsläget 15 damer och kan gärna bli några fler - herrar också. Vi välkomnar såväl nybörjare som "etablerade" kortoxar. Vi träffas på Träffen onsdagarna 28 februari, 27 mars, 24 april, 19 juni kl 11.45 och spelar 2 till 3 timmar. Flera datum kan tillkomma.
Kontaktperson är Kerstin Pettersson 070 1881582.

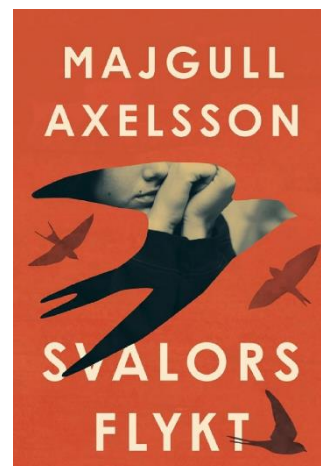
Läsecirkel på Träffen kl 10 - 12

Vi träffas på torsdagar för nya läsupplevelser och diskussioner.
8 februari 7 mars 4 april 2 maj

Månadens bok:

Svalors flykt av Majgull Axelsson.

" Boken handlar om två kvinnor, psykologen Christel och hennes nya patient, Molly Andersson, som har växt upp i ett stökigt hem. Molly anser att Molly är ett hundnamn och vill kallas Zadie Moonbeam. En tjej med kämpaglöd. Christel kämpar med Parkinsons sjukdom som hon helt förnekar. Började det med Elake herr P, Bitska fröken Z eller Kyliga fru C? "
Ethel Andersson, 070-226 25 94



Singelgruppen

Vi träffas på Frivilligcentralen 20 feb, 19 mars, 16 april och 21 maj.
Samtliga tillfällen klockan 14.00
Cheno Ecer Söderman, 073 -700 16 47

Sångfåglarna SPF/PRO på Träffen kl 14.00

Onsdagar jämfna veckor
Kontaktperson
Ingegerd Vesterlund, 070-376 92 28

Bågskytte

Välkommen till Nykvarns Bågskytteklubb

Holländarvägen 4.

Veteran och nybörjarträning tisd och torsd kl 15.00

Vi håller med utrustning och instruktörer. Alla varmt välkomna.

Kontaktperson Eino Long tel 0704852315

Snickeri

Är Du intresserad av att snickra någon gång i månaden? Jag har fixat en jättefin lokal centralt här i Nykvarn där vi kan hålla till.

Var god hör av Dig till mig tfn 070 485 2315 så berättar jag mer om hur vi disponerar lokalen och hur ofta vi kan träffas.

Eino Long

Gåfotboll

Gåfotbollen har nu kommit igång.

Vi kör måndagar i Furuborghallen med start kl. 10.00.

Efterlysning

Det har kommit fram önskemål att hitta intresserade personer som kan vara med att starta upp en kortspelsgrupp för Bridge och Dart. Därför denna efterlysning av intresserade för att spela Bridge och Dart.

Hör av dig till Björn Janhagen.

bjorn.janhagen@gmail.com eller ring 070 346 0085

Diabetes typ 2

Som ordförande träffar jag många människor i vår förening och det tycker jag bara är trevligt och berikande. Frågorna skiftar beroende på vem man pratar med. Denna gång har jag fått en fråga från en medlem om det finns intresse att skapa en grupp som lever med diabetes typ 2 som på olika sätt kan hjälpa varandra genom samtal och varför inte träffas för dietmatlagning.

Om Du skulle vara intresserad av vad jag beskriver ovan är Du välkommen att mejla ditt namn till

följande adress: nykvarn@spfseniorerna.se. Jag vidarebefordrar därefter ditt svar till den som tagit initiativ till eventuellt skapande av en samtalsgrupp eller liknande.

Björn Janhagen

Ordförande

Parkering i centrum

Den 1 februari tar Aimo Park över parkeringsövervakningen i centrum.

Samtidigt ändras tiden för fri parkering, från 3 timmar till 1 timme.

Betalning av tilläggstid görs via Aimos app eller EasyPark.

Föreningsförmåner

Nykvarns blommor

Du har 10% rabatt hos Nykvarns blommor, Gammeltorpsvägen 2, mot uppvisande av medlemskort.

Nykvarn SMART Club (Gym)

Till SPF-medlemmar erbjuder vi nu 20% på alla våra medlemskap för en större flexibilitet. Skälbyvägen 12, förbi Dollarstore ca 200 m, i byggnaden Borgen på höger sida av vägen. Ni använder koden "SMART-Senior" vid köp av medlemskap så dras 20% av kostnaden bort. Länk till vår nya hemsida och alla medlemskap är: www.nykvarnsmartclub.se

Reducerat pris på biljetter till SSK:s hemmamatcher

Vi, i SPF Nykvarn, kommer som förra året att få ett reducerat pris på biljetter till alla SSK:s hemmamatcher förutom derbymatcherna mot Djurgården och AIK samt Brynäs. Du, som medlem i SPF Nykvarn, kommer kunna välja om Du bara vill köpa biljett eller om Du köper biljett och får möjlighet att till rabatterat pris äta i Calle Abers restaurang. Mat måste bokas tillsammans med biljettbokningen.

Detta gäller:

Biljettpris långsida 150:-/biljett (ordinarie pris 255:-)

Buffé Calle Abers 150:-/person (ordinarie pris 179:-)

Calle Abers hamburgare 150:-/person (ordinarie pris 189:-. Övriga a lá carte rätter ordinarie pris.

Senast 3 dagar innan match kontaktar Du mig så anmäler jag gruppen "SPF Nykvarn" och meddelar antal biljetter och antal mat till Calle Abers

Leif Karlsson 0705 – 106 978

leffe.karlsson@telia.com

Innebandy – fribiljetter

Söndagen den 11 februari kl. 17.00 möter Nykvarns Innebandyförning Thorengruppen SK. Till denna match har SPF Seniorerna Nykvarn fått 100 fribiljetter.

Anmälan skickas senast den 4 februari till följande mejladress: nykvarn@spfseniorerna.se. Först till kvarn!

Matchen spelas i Furuborghallen, en fantastisk fin arena i Nykvarn.