

Bästa SPF:are,

Vecka 36, 2017

Allra först – ett stort fång solrosor och ett stort **GRATTIS** till de duktiga boulespelande damerna som kämpade fram till en 2.a plats bland 70 deltagande lag från hela Sverige.



Stort grattis Eila, Helen och Elsa

Förra måndagen hade vi **Månadsmöte** med nästan precis 100 deltagare. Vi som var där fick en fartfylld, rolig nostalgitripp med Björn Hemstad. Han hade satt ihop ett bildspel från 50 och 60-talet med idel kända människor och händelser. Det var riktigt roligt!

I tisdags var det så premiär för **SPF vandring** på Brantbrinks fina spår. Vi var 5 glada vandrare i det vackra vädret. Med och utan stavar. Hoppas fler vill vara med. Tisdagar klockan 10.00.

Den 11 september startar Anders Magnusson en ny samtalsgrupp med och för seniorer; "Seniorgrupp, läkemedel och levnadsvanor för oss äldre". Ring Anders, 073 979 17 88

Den 11 september är det också säsongstart för SPF Lilla Café i Seniorhuset. Klockan 14.00-15.30. Det blir en stund med kaffe och gott bröd och trevligt samtal.

Den 13 september är det en resa till Avesta Art, ett mycket intressant konstprojekt i en gammal fabrik. Där finns konst för alla och mycket att göra och att titta på och uppleva. Ring Elsie Astridsdotter 08 532 522 93 för att höra om plats.

Som ni vet är det också start för många trevliga **friskvårdaktiviteter**. Tag chansen att göra något bra denna höst, boule, motionsdans, gymnastik, bowling och/eller squaredans. Läs på sidan 8 och framåt i vårt programblad.



Den 28 september har vi vår årliga funktionärlunch. Även i år gör vi en båtresa till Mariefhamn med härlig mat och dryck och tax-free-shopping. Det brukar också vara musik, dans och underhållning på båten.

För våra fantastiska funktionärer är resan kostnadsfri förstås som ett tack för allt jobb som varit.

Det finns också utrymme om man vill ha någon vän/väninna med på resan då till självkostnadspriset 240 kronor. (Eller om man vill resa med ändå) Ring Birgit Wallin för bokning 08 531 733 02.

Vill du spela **schack**? Seniorschack Stockholm tar gärna in nya medlemmar, för tävling och träning. Deras info-blad är något förvir-



Botkyrka

rande beträffande tider, så kolla in deras [hemsida](#) för mer info. De håller till på Södermalm.

Hälsningar från styrelsen genom Kia, Ingegerd och Håkan