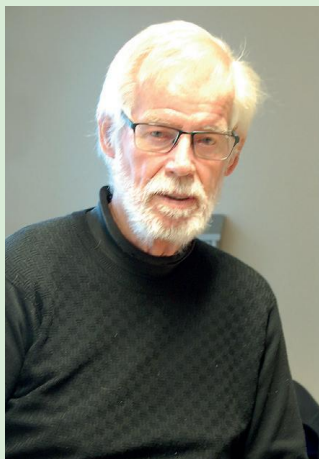


Föreningspresentation!

SPF Seniorerna Gullvivan, Vingåker

SPF Seniorerna är en av Svergies största seniororganisationer och verkar för att skapa bättre villkor för äldre och att du ska få ett aktivt och meningsfullt liv som senior. De har funnits i Sverige sedan 1939 och i Vingåker i drygt 30 år. Det är en mycket aktiv förening som blandar möten, promenader, trivselträffar, resor, kurser och studiecirklar. Mycket har legat nere eller gått på sparlåga på grund av pandemin. Men nu öppnar de upp mer och mer och förhoppningsvis kanske de snart kan ha sina möten på Humlegården.



Lars-Gunnar Karlsson, ordförande

SPF Seniorerna bedriver ett påverkansarbete – i samarbete med KPR, Kommunalt pensionärsråd, RPR Regionalt pensionärsråd – som handlar om hälsovård och trafik. Sonja Kantonen sitter med i en referensgrupp i distriktet som tittar på äldreperspektivet när det gäller hälsovård och palliativ vård. Medlemmar i SPF har gjort intervjuer på vårdcentralen och Humlegården.

På Sävstagården i Vingåker finns Anhörigcentrum, de gör insatser om det behövs och är ett av många exempel på kommunala verksamheter som SPF bevakar/informerar om och samverkar med. Anhörigstödet är en service till medborgarna och är kostnadsfritt.

På Vuxenskolan i Vingåker träffar jag ordföranden i SPF Seniorerna Gullvivan – Lars-Gunnar (Lasse) Karlsson. Den här dagen är det kurs i bridge (tredje gången av tio). För de som redan kan så spelas det bridge varje tisdag mellan klockan 13.00 och 17.30 i Folkets Park.

Under kaffepausen får jag möjlighet att ställa lite frågor till Sonja Kantonen som visade sig ha mycket kunskap om föreningen. Sonja är styrelseledamot och ansvarig för hemsidan.

Under pandemin har det varit färre fysiska aktiviteter. Men från november 2020 och fram till mars 2021 så hölls under 20 veckor olika möten via det digitala programmet Teams. I början handlade det mest om att lära sig hur programmet fungerade men sedan kunde det vara diskussioner i olika ämnen. Någon gång var det någon gäst med och en annan gång hade de biblioteksbesök. Månadsmötena har ibland hållits digitalt om de inte varit i Folkets Park eller Kyrkans Hus. SPF samarbetar även med andra organisationer och föreningar och det händer att PRO bjuder in till olika aktiviteter.

Hänt och händer under hösten

24 augusti bjöds alla kommunens pensionärer, oavsett föreningstillhörighet, till en trivseldag i Läppe. Det var information från Byalaget Läppe, PRO, SPF, SKPF (Sveriges kommuners pensionärsförbund) och Biblioteket/DigidelCenter. Det serverades lunch till självkostnadspris (99 kr) på Hjälmargården. Besök gjordes på AutoMatLivs-Läppe, den obemannade livsmedelsbutiken. Till och från denna aktivitet gick gratisbuss från Vingåkers station eller Västra Vingåkers kyrka. En uppskattad aktivitet och det kom cirka 70 deltagare.

16 september hölls månadsmötet ute på Lindberga nostalgimuseum i Österåker. Deltagarna fick en visning runt i det spännande museet.

14 oktober gick en resa till Nobel-museet i Karlskoga och vidare till Lerinutställningen i Karlstad.



Alfred Nobel i egen hög person (som vaxdocka) bevakar sitt laboratorium.



Intresserade deltagare på Lerinutställningen i Karlstad.

FAKTA

Medlemsavgift: 260 kr från 2022.

Medlemskapet ger lägre kostnad på Actic, men man får många fler rabatter i olika företag, se mer på hemsidan.

Styrelsen

Lars-Gunnar Karlsson, ordförande; Mårten Gjöterberg, vice ordförande; Gunnel Lucia Granberg Öhrming, sekreterare; Rolf Granberg, kassör.



Kaffe med smörgås smakade bra ute på Lindberga nostalgimuseum. Vid bordet syns från vänster; Marita Andersson, Elisabeth Wester, Kalle Andersson, Peter Wester, Mårten Gjöterberg och Ninni Spjut.

21 oktober, på månadsmötet underhöll Anniz från Eskilstuna med sång och musik. De spelade traditionell dragspelsmusik, gammalt och nytt, schlagers, visor, folkmusik i stämmer och allsång. Det serverades gratis kaffe med smörgås till de drygt 60 medlemmarna som kommit till parken.

26 oktober, vid trivselträffen i Kyrkans hus bjöds det på musik, film och naturligtvis kaffe med smörgås. Det informerades om projektet Säker@digitalt – ett samarbete mellan PRO, SKPF, SPF och Biblioteket/DigidelCenter – där fyra kommuner i Sörmland är piloter varav Vingåker är en av dem. Detta är ett pågående projekt.

Biblioteket/DigidelCenter är en del av projektet där Kjell Sternberg är kursledare i grunderna att använda SmartPhone. Det är både nybörjar- och fortsättningskurs. Sju parallella kurser pågår och ytterligare en nybörjarkurs startar nu. Dessutom står 12 st i kö för att börja efter nyår. Kontakta Kjell Sternberg för mer information 070-761 87 53.

17 november, på månadsmötet berättade meteorologen Helen Tornstad om sin reseskildring "Tåget till Thailand"

och om sina resor i andra länder. Och så var det information från föreningen med kaffe, smörgås och lotteri.

En stor del av SPF-medlemmarna spelar golf varje vecka och även mästerskapstävlingar, distriktsmästerskap och förbundsmästerskap. Nu när golfen ligger nere över vintern så spelar en del av dem bowling i Katrineholm.

Aktiviteter och kommande program

- Bingot – ligger för närvarande nere tills Humlegården öppnar upp för det igen – håll koll på hemsidan.
- Promenader i Bäsenberga varje onsdag kl 9.30.
- Luftgevärsskytte fredagar kl 13.30 vid Vingåkers Jakttskytteklubb.
- Studiecirkel om Stockholm, 2:a tisdagen i månaden – samarbete med Studieförbundet.
- Julbordsresa till Rejmyre Gestgifveri, fredagen den 3 december. Dessvärre hade anmälningsstiden redan gått ut då denna tidning gick till pressarna.
- 8 december bjuder Säker@digitalt in till en tredje trivselträff i Folkets Park. Då blir det julgröt och skinksmörgås samt information om digitalt som underlättar och roar i vardagen.

Ja inte behöver man vara sysslolös som pensionär, tvärtom. Vill man och orkar så finns det i stort sett hur mycket som helst att ägna sig åt.

Text: Majsan Wickert

Ledamöter:

Sonja Kantonen, Marita Andersson och Per Olsson.

Kontakt i medlemsändan

Mårten Gjöterberg, e-post martengjotterberg@gmail.com

Kontakt angående hemsidan

Sonja Kantonen, e-post sonja.m.kantonen@gmail.com

Hemsida: <https://www.spfseniorena.se/vingaker>

Facebook: SPF Seniorerna Gullvivan Vingåker