



Fru ordförande har ordet 22 oktober 2025

Ojoj...vilket himla långt brev jag skrev förra gången....så kan vi inte ha det!

Nu har vi redan hamnat i slutet av oktober och jag har just ändrat min målsättning från att skriva ett brev per kvartal till tre brev år 2025, men så är det här i livet, det händer något nästan hela tiden.

Äntligen kom jag till skott med att få ihop en träff för alla nya medlemmar under året! Jag är glad för det antal som kom även om jag hoppades på fler, men det är livet igen...Tack ni som kom det var fint att få träffa er och få ett ansikte bakom namnen. Hjärtligt välkomna till SPF Seniorerna Havsörnen!!

Efter den otroligt varma och härliga sommaren startade vi upp vår månadsträff som brukligt med kräftor/räkor. Det var en riktigt rolig träff med lite bubbel innan och en tipspromenad innan vi satte oss till bords. Det som var **nytt och bäst** var att vi hade **bordsplacering**...något som inte funnits på många år. Men nu var det dags och det blev väldigt uppskattat! **Tack Anita C** som fixade och donade, det kommer att bli fler gånger!! Själv tyckte jag att våra "kräftiga" dekorationer förhöjde kräftkänslan och stämningen... visst gillade ni det också?

NU är det bara SURSTRÖMMINGEN som saknas!! Jag hoppas att vi ska kunna ha en träff för alla de som älskar surströmming. Återkommer med förfrågan om intresse finns, tror vi är många därute som längtar!

PUB träffarna lockar, kan det bero på att det är enkelt att gå till PUBen... Träffa andra, det sociala är en viktig bit för oss alla. Det blir en schön stämning, god mat och dryck, mycket prat, frågeQuiz med lite tävlingsinriktning, för vinnande lag finns "smaskiga" priser.

Ikväll/i höst var första och enda PUB kvällen i Östhammar på Tullhuset i vårt samarbete med Rospiggen. Det kom nästan 60 personer det var så roligt! De flesta var naturligt från Östhammar, en del från Gimo och andra närområden, vi var också ett gäng från Öregrund som tyckte det var kul "att få hänga i grannbyn". Vi hoppas på fler samarbeten mellan Rospiggen och Havsörnen och fler PUB träffar!

Vecka 39, Beredskapsveckan, årligt återkommande, i år närmare bestämt 22 september, var välbesökt och informativt. Marcus med en assistent från kommunen, tre stycken från FRG (Frivilliga Resurs Gruppen) samt en person från Röda Korset. Funderar på om vi till nästa år ska servera "beredskapsmat" typ frystorkat, havregrynsgröt eller en av mina favoriter makrill i tomatsås...undrar om det skulle komma några medlemmar då? Det skulle i alla fall bli ett väldigt billigt möte!!

Så har vi för första gången haft **vernissage med bakgrundsmusik** på vår månadsträff den 20 oktober kl. 14.00. Nästan 50 personer inklusive konstnär och musiker, inte dåligt minsann! Det var en härlig tillställning med fin bakgrundsmusik av Jörgen och Guy. Roine som ställt upp säkert 15st alster utmed väggarna, en del stora originalmålningar på 100x120cm samt inramade tryck i mindre storlekar. Ett intressant föredrag om Roines liv som målare i gruvorna, han har besökt i stort sett alla gruvor i Sverige från norr till söder, några i Belgien och Frankrike. En målare i arbetsmiljö, som skissat arbetarna i gruvorterna med fara för sitt eget liv och därefter målat dem. Han hade också målat flera kvinnoporträtt av starka kvinnor han mött under sina resor. Ibland räcker inte tiden till för allt man vill höra/se, men helt klart har han haft ett intressant liv som spänt över flera decennier och är "still going strong"!

I november blir det en lunchträff den 17:e i Öregrund, sedan har **vi julbordet 8 december** med Eckerölinjen igen...har hört att det är flera som ser framemot det! Hoppas på lugnt vatten... Håller tummarna för att vi får en lika fin och stämningsfull **Lucia** som förra året i Societetshuset, väldigt uppskattat och tillsammans var vi över 100 personer. Flest personer någonsin under hela förra året, räknat på alla våra träffar, tillsammans var vi över 100 personer.... nämnde jag att det inkluderade både MåBraKören och Luciatåget??

Vi kommer att ha vår tredje **verksamhetskonferens torsdag den 13 november i Societetshuset**, Öregrund då vi hoppas många intresserade medlemmar kommer, som vill veta mer, tillföra ytterligare idéer och kanske, kanske.... vilja engagera sig! Hurra! Kallelse/inbjudan har precis skickats ut till samtliga medlemmar.

Rörelseträningen på tisdagar med Ingalill är toppen!! Jag är själv med och det är väldigt bra anpassat för oss seniorer, var och en gör efter sin egen förmåga, lyssna på kroppen! Tycker ändå det borde finnas fler som vill röra på sig, vi är nu mellan 10-15 personer. **Var är ni allihopa?? Vi behöver er...!** Det vore toppen om ytterligare 10 personer vill komma och ansluta sig till gänget på tisdagarna! Välkomna!

Vi försökte oss på "Pysseldagar" i vår lokal på onsdagar (en gång i månaden) men det har inte fungerat så bra som vi trodde, kanske det är för sällan, kanske onsdagar inte är så bra dag eller så blir det för mycket med allt annat, vi lägger det på is ett tag.... Ni får gärna tycka till, kom gärna med förslag!!

Det är roligt att se och märka hur fler och fler ansluter till olika aktiviteter. Som **vandringarna** som Mats startade förra året, så skönt att komma ut i naturen. Det har blivit ett återkommande gäng men också fler som ansluter eftersom. "Friluftsdagen" den 3 oktober var mer välbesökt i år. För första gången hade orienteringsklubben Rohden gjort iordning några korta banor till oss samt hade vi vår kunnige L-G Bråvander som lagt fram olika löv/barr från ca 15 olika träd, där vi skulle gissa vilka träden var. Det var verkligen inte det lättaste!

14 november blir det 5-kamps dag i Boulehallen, affischer sitter uppe, kom bara kom! Roligt om det blir fler som vill "leka lite", finfina priser!

Vår "IT-snobbe" (hahaha...) jag menar Dan Möller, ska försöka att ha ett par web-träffar i vår lokal innan jul. Dan återkommer om det per utskick. Dan ska vi ta väl hand om för han gör ett fantastiskt jobb! Jag har lovat att inte störa honom på hans semester framöver.... Hoppas jag kan hålla det! Dan spelar också boule och är den som startat upp Havsörnens nummerspel där andra föreningar i kommunen bjuds in (1 g/månad), han är sammankallande i en nystartad boulegrupp. Alla kan spela boule så fler boulespelare välkomnas, gärna som vill hjälpa till med både det ena och det andra!

Den enda resan som är kvar i år är julbordet med Eckerölinjen. I februari 2026 blir det en "Trasselresa" till Stockholm, exakt datum får vi veta lite senare av Anita C. Reseplaneringen sker som vanligt med Sundbergs buss tillsammans med andra SPF föreningar i kommunen. Däremot har de båtresor som anordnats i vår nära skärgård skett i Havsörnens regi. Anita C delade ut en enkät till de medlemmar som närvarade vid en av våra träffar, just för att få respons på de resor som anordnas. Det var flera som drömde om att få tillbaka "Hemliga resan"... Övernattningar önskades ca 2ggr/år, dagsturer 3-4 ggr/år. Men... Det var inte en enda kotte som önskade att få resa till Italien, Grekland, Japan eller ens Norge/Finland/Danmark??

Kanhända att jag missat något som jag borde berättat om...men då får vi ta de en annan gång.

Det lyckades! **Bara** 3 sidor denna gång... Ha det så bra allihopa och lev livet så gott ni kan! Som vi alla vet går det inte i repris. Önskar er alla - Happy Halloween, God Jul, Gott Nytt 2026! Välkommen årsmötet i februari 2026!

Vid pennan – Anita Karlsson med K – ordförande i SPF Seniorerna Havsörnen