

Nr 2 • augusti 2025



Ordförande har ordet



Jag och övriga i styrelsen hoppas att ni haft en bra sommar med fint väder varhelst ni tillbringat den. Vi tar nu ny sats med nya aktiviteter under andra

halvåret 2025.

Jag vill här passa på att rekommendera att du laddar ner SPF-appen för att få all information samlad på ett lätt sätt på mobiltelefonen.



Sedan du laddat ner appen väljer du under de tre strecken högst upp på skärmen "Välj förening" och skriver sedan in Vikingarna i

sökfältet så hittar du vår förening SPF Seniorerna Vikingarna Upplands-Bro. Du får sedan notiser med löpande information inte bara från vår förening utan även nyheter och erbjudanden från distriktet och riksorganisationen.

På fliken "SIDOR" når du snabbt program med våra fasta aktiviteter samt övriga aktiviteter som är vårt höst- och vårprogram. Här kan du också se reportage från tidigare genomförda aktiviteter.

Förutom våra aktiviteter för medlemmarna är det också en viktig roll för SPF att driva på för att förbättra villkoren för seniorer. Detta sker på riksnivå där vi fått en ny förbundsordförande i Maria Larsson som har en gedigen erfarenhet kring våra frågor som äldreminister under 8 år.

På regionnivå driver SPF-distriktet våra intressen i förhållande till regionen och på kommunal nivå sker påverkan bland annat genom kommunens pensionärsråd KPR.

En mer noggrann genomlysning av vad vi tagit upp lokalt på senare tid framgår av separat kapitel nedan.

Vid senaste årsmötet beslöts att styrelsen skulle bestå av 9 ledamöter. En plats blev dock vakant och styrelsen gavs möjlighet att komplettera med ytterligare person. Vi har nu fått napp och Britt-Marie Charfi, som har erfarenhet från annan seniorförening, finns numera med i styrelsen. Styrelsen består därmed av Martin Normark som ordförande, Lil-lebil Grass som kassör, Gerthy Ahlsén som medlemssekreterare, Östen Gidlund och Irene Seth som våra representerar i KPR samt Gerd Gustafsson, Mille Bernstone Eriksson, Krister Saldenius och Britt-Marie Charfi som övriga ledamöter.

Då det i stor utsträckning är styrelsen som står för de olika arrangemangen är det bra att vi är fler som delar på jobbet. Men jag vill också särskilt tacka de frivilliga som anmält sig för att hjälpa till att fixa fram och städa undan vid våra arrangemang.

Vi i styrelsen ser fram emot att vi ses i höst!

Martin Normark

Övrigt

SPF i Kommunal Pensionärsrådet KPR



SPF Vikingarna och övriga seniororganisationer i kommunen träffar kommunledningen fyra gånger per år i en gruppering som benämns det kommunala pensionärsrådet (KPR). Vid träffarna informerar kommunen om aktuella frågor som på något sätt berör oss seniorer.

Seniororganisationerna ges vid träffarna möjlighet att ställa frågor och ge förslag på förändringar/förbättringar som berör oss äldre i kommunens verksamheter. Flertalet av förslagen som SPF framfört kommer från våra medlemmar och syftar till att göra vardagen lite smidigare och tryggare.

SPF har bland annat tagit upp följande:

- Olika förbättringar inom hemtjänsten. Det har nämligen konstaterats att kommunernas kostnader för äldreomsorg inte ökar i samma takt som behoven. Orsaken anges vara att ambitionen för äldreomsorgen har minskat.
- Åtgärder för att om möjligt förhindra rån mot oss äldre och ge stöd efter rån.
- Vi vill att kommunen ska ha en skyldighet att informera om vilka försäkringar som behövs för ett fullgott försäkringsskydd när man flyttar till särskilt boende.
- När man får en rullator som hjälpmedel via sjukvården eller efter biståndsbedömning, ska tydlig information / utbildning ges om hur rullatorn används på bästa och tryggaste sättet.
- Vi har frågat kommunen vilka förebyggande åtgärder kommunen har vidtagit för att i möjligaste mån undvika att en kund hos hemtjänsten utsetts för sexuella övergrepp av en anställd
- Upplands-Brohus har skickat ut information till personer som är registrerade i deras kö för trygghetsboende. I informationen anger de att man kan mista samtliga poäng om man inte minst en gång per år aktiverar sin kö-plats samt registrerar en mejladress. SPF anser att dessa krav kan innebära att äldre kan förlora sina kö-poäng på grund av okunighet och glömska. Vi har ännu inte fått någon feedback från Upplands-Brohus.

Vi som är SPF Seniorernas representanter i KPR, Östen Gidlund och Irene Seth, är glada för era förslag till frågor eller annat som vi bör ta upp i KPR.

Hjälp till att värva nya medlemmar – få belöning



Vi blir gärna fler medlemmar och det bästa sättet att få nya medlemmar sägs vara mun till mun-metoden,

dvs. att du som redan är medlem påverkar släktingar, vänner eller andra bekanta som kan vara intresserade av att få tillgång till de förmåner vi har, alltifrån försäkring till aktiviteter på både kommun- distrikts- och riksnivå. Du som värvar en ny medlem får två trisslotter och den du värvat får en lott.

Gör så här: När den nye medlemmen gör sin ansökan kontakter du medlemssekreteraren via telefon 076-776 60 08 eller mejl till **gerthy.ahlsen@telia.com** och berättar vem medlemmen är och vem du är som har värvat. När vi ser att det nya medlemskapet har registrerats hos förbundet skickar vi lotterna till dig och till den nye medlemmen.

Bjud in till "Prova på-aktivitet"



Har du någon bekant som är intresserad av att delta i någon aktivitet, men ännu inte bestämt sig för att bli medlem? Du kan nu bjuda in en icke-medlem till en aktivitet så hen får prova att delta i gemenskapen och kanske blir intresserad av att sedan ta steget fullt ut och bli medlem.

Hemsida och facebook-grupp



Detaljerade och dagsaktuella uppgifter om våra aktiviteter hittar du på vår hemsida **spf.se/vikingarnaupplandsbro**.



Besök också gärna vår Facebook-grupp SPF Seniorerna – Vikingarna Upplands-Bro.

Ge oss din mejladress och ditt mobilnummer om vi inte har det



Har du fått medlemsbladet i frankerat kuvert betyder det att vi inte har någon mejladress registrerad för dig.

Om du har en mejladress ber vi dig meddela Gerthy Ahlsén på tel. 076-776 60 08, eller mejla till **gerthy.ahlsen@telia.com**, så kan du få mer löpande och snabbare information. Får vi ditt mobilnummer kan vi också ge information via SMS.

Kontaktlista (fr.o.m. 19 februari 2025)

Styrelse

Ordförande	Martin Normark	070-529 49 03	martin.normark1@gmail.com
Vice ordförande	Östen Gidlund	076-982 26 17	ostgid@gmail.com
Sekreterare och medlemssekreterare	Gerthy Ahlsén	076-776 60 08	gerthy.ahlsen@telia.com
Kassör	Lillebil Grass	070-480 49 58	lillebil.grass@gccryom.se
Ledamot	Irène Seth	070-858 35 30	irene.seth@almare.se
Ledamot	Gerd Gustafsson	070-731 40 55	gerd.gus@telia.com
Ledamot	Marie-Louise Bernstone Eriksson	070-576 22 75	Milleberiksson@gmail.com
Ledamot	Krister Saldenius	0738-15 19 70	ksaldenius@gmail.com
Ledamot	Britt-Marie Charfi	076-840 50 71	brittcharfi@gmail.com

Revisorer

Revisor, ordinarie	Birgitta Wörn	070-528 37 50	birgitta.warn@live.se
Revisor, ordinarie	Mats Högborg	070-770 96 39	boatlife.nu@gmail.com
Revisor, suppleant	Leif Söderlund	070-870 41 02	soderlund.leif@gmail.com

Valberedare

Valberedare, sammank.	Tina Teljstedt	072-888 23 73	tina.teljstedt84@gmail.com
Valberedare, ordinarie	Vakant		
Valberedare, suppleant	Vakant		

KPR

KPR-ledamot	Östen Gidlund	076-982 26 17	ostgid@gmail.com
KPR-ersättare	Irène Seth	070-858 35 30	irene.seth@almare.se

Funktionärer

Programkommitté	Styrelsen		
Webbredaktör	Torbjörn Ahlsén	070-245 27 42	torbjorn.ahlsen@telia.com
Gratulationsansvarig	Gerthy Ahlsén	076-776 60 08	gerthy.ahlsen@telia.com
Bouleledare	Hans Dahlberg	0736-87 61 22	hans.dahlberg44@gmail.com
Bridgeledare 1	Anders Eklöf	070-315 24 22	anderseklof@icloud.com
Bridgeledare 2	Johan Seth	070-842 19 82	johan.seth@almare.se
Reseombud	Tommy Lindberg	073-960 75 75	tommylindberg@gmail.com
Läsecirkelledare	Marianne Stigle	073-730 31 45	mariannestigle@gmail.com
Målargrupp	Krister Saldenius	0738-15 19 70	ksaldenius@gmail.com
Trafiksäkerhetsombud	Staffan Jogmar	070-298 10 37	staffan.jogmar@telia.com