

**Nr 2 juli 2017 Årgång 8**

SPF Seniorerna Björken Hindås



# **Björkbladet**

Informationsblad för SPF Seniorerna Björkens medlemmar



**Ing-Marie Milich i Hindås är en av Björkens nya medlemmar.**

**6 mars Jan Bengtsson tog oss med till Burma i ord och bild**



**15 maj Vårlunch med Kenneth Holmström som med sin enmansorkester underhöll oss omväxlande med tre olika gitarrer, klarinett och saxofon.**



Under våren gjorde vi flera utflykter i skog och mark



Fika vid Storåns dalgång i Rävlanda

På väg genom Klippans naturreservat



Fikapaus efter att ha gått  
motionsspåret. vid Härskogen

## **Ordförandeord**

Björkens höstprogram är som vanligt välmatat. En nyhet är vår kulturcirkel på Valvet på tisdagarna då vi diskuterar allt inom konst och kultur. Vi läser om olika författare, konstnärer och deras alster inom olika områden och diskuterar och planerar utflykter till intressanta resmål i närområdet men även lägre bort. En annan nyhet i programmet är höstens lunchföreläsningar på Göteborgs stadsteater där vi bokar ett begränsat antal biljetter. Först till kvarn .....

Det går fortfarande bra för Björken, vi får nya medlemmar, även yngre pensionärer såsom första sidan i Björkbladet visar. Det är bra för det måste vara en god balans mellan yngre och äldre om vi även fortsättningsvis ska vara en intressant förening för våra medlemmar.

Men det är också viktigt att föreningen är aktiv för att vi ska få en värdig service och omvårdnad när vi blir äldre. Det sker i kommunens pensionärsråd KPR där det händer mycket genom vår representant Marianne Ambjörn.

Hemsidans redaktör Göta Källerfelt ser till att Björkens hemsida alltid är aktuell. På sidan 6 i höstprogrammet kan du se hur man loggar in. Ett särtryck i färg medföljer och visar lite tydligare hur det går till när du sitter framför datorn.

Gör det gärna till en vana att titta in på vår hemsida så att du håller dig ajour med vad som händer i Björken.

Till sist några goda råd till oss alla inför hösten. Håll kroppen i rörelse, ät bra mat och var social.

## **Anders Kåbjörn**

Björkens redaktion

Ulla Tingström  
0703 -68 95 34

Mona Winberg  
0707 – 17 15 89

Anders Kåbjörn  
0301- 320 66  
0706 - 05 62 37