

# HÖSTLÖVET



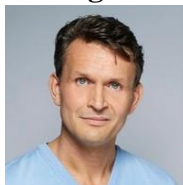
Medlemsblad för SPF Seniorerna Fruängen - Liljeholmen

Nr 318

Maj 2019

Årgång 32

## Tisdagen 7 maj



Den välkände sångaren och gitarrspelaren **Johan Wetterstrand** återkommer till oss med ett nytt spännande sångkryss där vi får testa våra kunskaper om populära sånger och artister från förr.

Pris för de tre bästa lösningarna!

## Kallelse

Föreningens medlemmar kallas till ett extra årsmöte den 21 maj kl. 13:00 i Fruängsgårdens samlingsal, Gamla Södertäljevägen 5.

## Förslag till dagordning

- 1 Årsmötets öppnande
- 2 Val av mötesfunktionärer  
*val av mötesordförande, mötessekreterare  
samt 2 justerare tillika rösträknare*
- 3 Fastställande av dagordning
- 4 Årsmötets behöriga utlysande
- 5 Fastställande av röstlängd
- 6 Behandling av slutligt bokslut och revisionsrapport från SPF Seniorerna Brännkyrka-Älvsjö inför samgåendet.
- 7 Fyllnadsval till styrelsen: 1 ordinarie ledamot och 1 suppleant.
- 8 Öppen diskussion - *beslut får ej fattas*
- 9 Avslutning

Registrering börjar **kl. 12.30**, årsmötet börjar **kl. 13:00**. Fri entré!  
Efter årsmötet bjuds kaffe med dopp och underhållning, se sid 4.

# HÖSTLÖVET nr 318 maj 2019 årgång 32

Medlemsblad för

## ***SPF Seniorerna Fruängen - Liljeholmen***

Hanna Paulis gata 13  
129 52 HÄGERSTEN  
(ingång från baksidan)

Org.nr 802014-2702  
Plusgiro 53 64 07 - 0  
Bankgiro 106 - 3791  
Swish 123 143 6864

E-post: [spffruangen@stockholmsdistriktet.se](mailto:spffruangen@stockholmsdistriktet.se)

Webbplats: [www.spfsenioreterna.se/fruangen](http://www.spfsenioreterna.se/fruangen)

Ordförande	Iréne E. Svensson	Telefon	644 19 76
Vice ordf.	Vakant	Telefon	
Kassör	Arne Lönnebring	Telefon	646 24 54
Sekreterare	Marita Pettersson	Telefon	070-633 5337
Medlemssekreterare	Birgitta Grkovic	Telefon	681 09 72
IT-ansvarig	Rigmor Olivegård Landén	Telefon	32 61 30
Redaktör Höstlövet	Gull-Britt Larsson	Telefon	18 59 51
Distributionsansvarig	Synnöve och Kalle Ryman	Telefon	97 26 98
Lokalansvarig HP 13	Synnöve Ryman	Telefon	97 26 98

**Bidrag till medlemsbladet skickas till:**

**Gull-Britt Larsson**

**Karusellvägen 10**

**126 31 HÄGERSTEN**

**e-post: [ingul41@telia.com](mailto:ingul41@telia.com)**

## **Ordförande har ordet.**

April kom med värme och sol men snart avbröts det av snöblandning och kyla. Det är ju så april ska vara säger alla som vet, men själv gillar jag bäst sol och värme. Detta kom ju också tillbaka med råge lagom till påsk

Seniorshop kom till oss och visade sommarkläder men också diverse koftor som tur var. Vi som var där fick iallafall inspiration och jag tyckte mig se att många också handlade en del. Kassen med Seniorhops adress avslöjade oss alla. Jag klarade mej med att bara komma hem med ett par långbyxor. Ännu har inte vädret tillåtit mej att använda dem, men snart...

I början av april hade också SPF Seniorerna Stockholmsdistriktet sin årsstämma, bland annat valdes en ny styrelse. Ny och ny, det vara bara 2 ledamöter som valt att kliva av och därmed valdes två nya ledamöter

in. Ordförande är fortfarande Monica Ulfhielm som omvaldes enhälligt på ett år.

10 motioner behandlades, bl.a. två motioner som vår förening tillsammans med övriga föreningar i Söder om Söder gruppen skrivit. Den ena handlade om att införa någon typ av familjerabatt när 2 personer i samma hushåll är medlemmar. Stämman biföll motionen och kommer nu att skicka den vidare till Förbundets stadagegrupp för behandling. Den andra handlade om hur årsavgiften behandlas vid byte av förening och även den kommer att skickas vidare till förbundets stadagegrupp. För båda motionerna innebär det att de nu kommer att behandlas och sedan eventuellt komma upp vid kongressen 2020 invävda i det förslag till nya stadgar som kongressen kommer att få ta ställning till. Därefter godkändes en proposition om en höjning av avgiften till distriktet med 10 kr från 40 till 50 kr per medlem. Höjningen skall gälla fr.o.m. 2021 så till nästa år måste vi i föreningen fundera på om vi med anledning av det måste höja vår medlemsavgift men det återkommer jag till senare under året.

Den 21 maj har vi ett extra årsmöte med anledning av sammanslagningen med Brännkyrka Älvsjö och där vi förhoppningsvis kommer att välja in ytterligare 2 styrelseledamöter, en ordinarie och en suppleant, dvs. de platser som vi lämnade öppna vid vårt ordinarie årsmöte i februari.

Våren och sommaren är på väg och det märks på många sätt. En del av oss nyser och hostar och tårarna rinner medan andra bara njuter och hoppas att värmen och solen ska finnas kvar länge. Trädgårdarna blomstrar men längtar efter regn. Tyvärr ger prognoserna just nu oss inte mycket hopp i den vägen. Nu gäller det att komma ihåg värmen när regnet öser ner och temperaturen visar mer höst än vår och sommar. Tyvärr har vi ganska lätt att glömma.

Med det här vill jag önska er alla en trevlig och lagom varm sommar. Vi har ju en hel del kvar på vårt vårprogram så vi kommer förhoppningsvis att ses snart igen men tiden går fort och ibland är vi inte alla på samma ställe samtidigt. Kanske kan vi ses på Trekantens dag den 18 maj? Vi behöver frivilliga som kan ställa upp och göra reklam för vår förening och värva nya medlemmar.

Glad Sommar önskar styrelsen alla våra medlemmar, nya som gamla.

*Irène Svensson*

## Underhållning i samlingsalen Fruängsgården i maj 2019

Tisdag 7 maj Den välkände sångaren och gitarrspelaren **Johan Wetterstrand** återkommer till oss med ett nytt spännande sångkryss där vi får testa våra kunskaper om populära sånger och artister från förr. Pris för de tre bästa lösningarna!

Vi träffas **kl. 13:00** till kaffe med dopp.

Underhållningen börjar **kl. 13:30**.

**Välkommen**

Tisdag 21 maj Efter årsmötet underhåller oss **Huddinge Pensionärskör** som grundades på 1990-talet och hette i början Huddinge ABF-kör. Den består av 38 sångare som sjunger fyrstämmigt. Under ledning av Malin Jönsson väljer de sånger som de blir glada av och känner igen. Vi blir säkert lika glada av att lyssna på dem.



**Välkommen**

### Medlemsförteckning

Föreningen kommer inte att producera en medlemsförteckning som tidigare år, vissa uppgifter har varit svåra att få fram i tid för att det skulle vara någon mening att trycka den innan sommaren. Den som inte vill vara med i denna förteckning bör meddela detta, gärna via mail till föreningens e-post [spffruangen@stockholmsdistriktet.se](mailto:spffruangen@stockholmsdistriktet.se)

## Övriga evenemang under maj månad

- Må/On 6/9 maj* *Från Fiskars till Hangö. Fullbokat.*
- Tisdag 07 maj* *Seniordagen i Kungsträdgården se s. 8.*
- On/Lö 8/11 maj* *Upptäck Viinistu - en konstresa till Estland. Information s. 9.*
- Onsdag 8 maj*” **Att gestalta Doktor Glas: Krister Henriksson berättar om sitt framförande av Hjalmar Söderbergs berömda romanfigur”** Se s. 9.
- Torsdag 09 maj* *Café Opera kl. 15.00 se distriktets hemsida.*
- Lördag 11 maj* *Teaterparksfest vid Amfiteatern, Hägerstensåsen. Information s. 10.*
- Tisdag 14 maj* *Vårlunch med PRO Fruängen-Västertorp. Information s. 6.*
- Fredag 17 maj* *Våryra – Mingelafton på Hägerstensåsens Medborgarhus. Riksdalervägen 2. Se s. 16.*
- Lördag 18 maj* *Trekantens dag. Vi kommer att behöva frivilliga som kan tänkas ställa upp för att göra reklam för vår förening och värva nya medlemmar. Mer information kommer i tidningen Mitt i Liljeholmen, Gröndal, Hägersten och Älvsjö.*
- Måndag 20 maj* *Seniorshop Fruängsgården 11.00-16.00. Försäljning av sommarens kollektion till boende och besökare vid Fruängsgården. Utvalda plagg reas ut.*
- Fre/sön 24/26 maj* *Visingsö-Sofiero-Birgit Nilssonmuseet. Information sänds direkt till deltagarna.*
- Tisdag 28 maj* *Sillunch på Långbro Vårdshus. Information s.6.*



Vissa av arrangemangen drivs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan  
[www.sv.se/avdelningar/sv-stockholm](http://www.sv.se/avdelningar/sv-stockholm)

## Vårlunch med PRO Fruängen-Västertorp

Tisdag 14 maj, kl 13.00 i Fruängsgården

Underhållning med gitarrist som leder allsång.

Landgång med kaffe och kaka.

Dryck till självkostnadspris.



### Kostnad 100 kr.

Anmälan skall göras till Gunnel tfn 070 293 30 80

Inbetalning till bg 5365-2491 senast 2 maj.

### Välkomna

.....

## Silllunch på Långbro Vårdshus

28 maj kl. 14.30 OBS! tiden



Vi får hålla tummarna att det blir soligt och varmt denna dag så att vi kan sitta ute i det gröna när vi firar vårsångens avslutning. I annat fall dukas det för oss i Vårdshusets övervåning en trappa upp. (Observera att det inte finns hiss). Vi får en delikatessallrik med sill, lax, potatis och diverse tillbehör samt dessert bestående av kaka med färska bär och grädde för **195 kronor**. Lättöl, mineralvatten och kaffe ingår i priset. Vin eller starksprit kan beställas på egen bekostnad.

Anmälan görs vid tisdagsträffarna den 7 eller 21 maj eller per telefon till någon av de nedanstående inbetalning **195 kronor** till pg 53 64 07-0, bg 106-3791 eller swish 123 143 6864. Glöm inte att uppge ditt namn vid inbetalningen.

**Högst 60 personer. Först till kvarn gäller. Sista anmälnings- och inbetalningsdag är den 21 maj. Anmälan är bindande.**

**Välkommen!**

Gunvor Gunell  
08-88 37 51

och

Iréne Svensson  
08-644 19 76

## Jubilarer som vi gratulerar maj - augusti

100 år fyller

*Lonny Hildring*

den 27 maj

90 år fyller

*Margareta Lund*

den 9 maj

90 år fyller

*Britt Attevall*

den 19 maj

90 år fyller

*Ingrid Larsson*

den 24 maj

90 år fyller

*Maj-Britt Rönnblad*

den 7 juni

90 år fyller

*Uno Persson*

den 21 juni

90 år fyller

*Maie Österlund*

den 22 juni

90 år fyller

*Holger Kraft*

den 25 juni

90 år fyller

*Carl-Olof Sandberg*

den 2 juli

90 år fyller

*Stig Brandt*

den 13 juli

90 år fyller

*Tore Bolin*

den 31 juli

90 år fyller

*Ann-Mari Löfberg*

den 4 augusti

80 år fyller

*Evy Sjöberg*

den 11 maj

80 år fyller

*Sten Amberg*

den 12 maj

80 år fyller

*Mona Davidsson*

den 27 maj

80 år fyller

*Willemo Nilsson*

den 1 juni

80 år fyller

*Bertil Pettersson*

den 8 juni

80 år fyller

*Sonja Åhlberg*

den 15 juni

80 år fyller

*Astrid Bergelv*

den 22 juni

80 år fyller

*Kjell Lindblad*

den 24 juli

80 år fyller

*Margareta Magnusson*

den 24 juli

80 år fyller

*Lage Andersson*

den 1 augusti

80 år fyller

*Monika Göthberg*

den 20 augusti

80 år fyller

*Cate Andretzky*

den 22 augusti

80 år fyller

*Kerstin Mehle*

den 26 augusti

80 år fyller

*Åke Gustafsson*

den 29 augusti



<i>70 år fyller</i>	<i>Kerstin Ström</i>	<i>den 20 maj</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Doris Markusson</i>	<i>den 28 maj</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Ewa Bondegard</i>	<i>den 1 juni</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Ulla-Britt Kronberg</i>	<i>den 3 juni</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Eddie Bergqvist</i>	<i>den 20 juni</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Pia Johansson Nilsson</i>	<i>den 14 juli</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Peter Norrbohm</i>	<i>den 18 juli</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Agneta Rydenbäck</i>	<i>den 22 juli</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Eva Ahlgren Lönnqvist</i>	<i>den 12 augusti</i>
<i>70 år fyller</i>	<i>Eva Källman</i>	<i>den 18 augusti</i>

### *Nya medlemmar som vi hälsar välkomna*



Mary-Ann Ekberg  
Joan Sandström  
Anette Fröberg  
Lilian Tötterman  
Ita Schwartz  
Eva Åhlin  
Stella Edgren  
Berndt Biglert  
Aina Zadig  
Leif Zadig  
Gunnar Fredrikson  
Gunila Langius  
Rein Tarmet  
Margareta Olander  
Bo Olander  
Britt-Mari Werling



## Seniordagen i Kungsträdgården 7 maj 10.00-17.00



Det bjuds på en stor utställning med massor av utställare, allt från researrangörer, hjälpmedel, produkter för föreningar. Under dagen pågår även spännande föreläsningar. Ett husband finns på plats så det är bara att bjuda upp till dans ifall man känner för det. Det finns lättare träningspass att prova på. Mer information på Stockholmsdistriktets hemsida.

.....

**8 maj kl. 18:00** Fri entré! Stadsbiblioteket, Sveav. 73.

### **”Att gestalta Doktor Glas: Krister Henriksson berättar om sitt framförande av Hjalmar Söderbergs berömda romanfigur”**

Det är 150 år sedan Hjalmar Söderberg föddes! Doktor Glas - författarens mest berömda verk - dramatiserades 1986 av Allan Edwall. Denna dramatisering har Krister Henriksson sedan 2006 framfört i ett nästan oräkneligt antal bejublade teaterföreställningar i Sverige, England och Finland.

Moderator: Nils O. Sjöstrand. I samarbete med Söderbergsällskapet.

.....

### **Information till Viinistu resenärerna 8-11 maj.**

**8 maj**

**15:30** Samling i Värtaterminalen där biljetter och program delas ut.

Glöm inte pass.

Kontakta mig gärna via mail [ingul41@telia.com](mailto:ingul41@telia.com) om ni vill ha programmet tidigare. Gull-Britt tel: 070-778 59 51

.....

### **Onsdagen den 15/5 kl. 14-16 ordnar Fruängsgården träff för Seniorer som sätter guldkant i vardagen!**

Fruängsgården är väldigt måna om att gäster och boende får stimulans och variation i aktiviteter, som kan förgylla vardagen samt ge glädje och gemenskap. Därför vill vi ansvariga vid Fruängsgården nu öka vårt samarbete med seniorer som vill bidra med detta välbefinnande.

Har du idéer som att ha högläsning, syjunta, träslojd, fikastunder med samtal om gamla tider, lösa korsord eller gillar att spela sällskapsspel?

Du är varmt välkommen till en idé- och informationsträff

Vi bjuder på fika och nygräddade våfflor.

OBS! Du binder inte upp dig på något sätt och du är självklart välkommen med egna idéer och förslag!

## **Parkfest lördag 11 maj klockan 12.00 -16.00**

- Prata med oss från Stockholms stad och lämna dina förslag på hur grönområdet kring Teaterparken dvs. Amfiteatern, Hägerstensåsen kan utvecklas.
- Midsommargårdens sticklings- och bokswop – kom och byt böcker och sticklingar.
- Fika.

13.00-16.00: Ansiktsmålning – bli proffsmålad till fjäril, katt, spindelmannen eller ja nästan vad du vill.

13.00: ”Upp med händerna” – smakprov ur Kulturskolans elevers föreställning.

13.30: Historisk promenad i och kring Teaterparken (start vid Midsommargården på Telefonplan, slut vid amfiteatern). Guide: Anna el Yafi från Midsommargården.

14.00: Historisk promenad i och kring Teaterparken (start vid amfiteatern, slut vid Midsommargården på Telefonplan). Guide: Anna el Yafi från Midsommargården.

14.30 ”Var är vargen? En annan Rödluvan” - Marionetteaterns tolkning av Bröderna Grimms klassiska saga.

15.00 Barndisco med DJ Sam8 – dansa loss när Hägerstens yngste dj-stjärna lilar hits.

---

### **Fixartjänsten i Hägersten-Liljeholmen och Älvsjö**

Du som har fyllt 75 år kan få hjälp med enklare vardagssysslor, tunga lyft, klättra på stegar för att byta glödlampor, byta gardiner etc. Tjänsten är kostnadsfri, men materialet får du bekosta själv, kan utnyttjas även om du har hemtjänst. Syftet är att förhindra fallskador. Högst 6 timmar per år och hushåll. **Tel: 08-508 23 664 mellan 8.00-10.00.**

### **Telefonnummer som är bra att ha till hands**

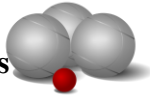
**112 ambulans, polis**

**1177 Vårdguiden, sjuksköterska, mediciner, tidsbeställning**

**114 14 direkt till polisen, ej akuta ärenden.**

## Sommaraktiviteter

### Sommarboule – utomhus



Nu drar det ihop sig med boulespel utomhus. Platsen är som tidigare bollplanen nedanför höghuset Kata Dalströms gata 10.

Vi spelar som vanligt på onsdagar mellan klockan 10.00 - 13.00.

Det blir inget spel om det regnar eller blåser kallt och är under plus 10 grader C.

Ta med egna bouleklot och något varmt att dricka.

Frågor: kontakta Lisa Borgström, telefon 08- 88 15 98

### Välkomna



### Sommarbridge

Även i år blir det sommarbridge på Hanna Paulis gata 13.

Vi startar tisdagen den 25 juni.

Anmälan till Gunnel, mobil 070-200 44 04 senast den 19 juni.

Vi som ansvarar för bridgen är Lola Carlsson och Gunnel Andersson

### Välkomna

### Lunchkryssning

Det finns flera möjligheter att lunchkryssa i Stockholms innerskärgård. Under en 2,5-3 timmars guidning, samtidigt som du äter en god lunch till ett facilt pris. Vi ordnar två kryssningar med M/S Östanå den 4 juli och 1 augusti. Intresseanmälan till Gull-Britt Larsson, 070-778 59 51 eller Iréne Svensson, 070-350 37 98. Begränsat deltagarantal. Mera information om tid och kostnad fås vid anmälan.

### Spårvagnsfika

Ta gärna cafévagnen till Skansen eller någon annan trevlig attraktion på Djurgården. Du kan beställa kaffe, te, choklad, läsk eller mineralvatten med valfritt nybakat bröd utöver din resa. Numera kan du även betala med betal- eller kreditkort.

Resan kostar 20 kr för pensionärer, OBS! SL-kort gälller inte. Kaffe/the kostar 20 kr, valfritt fikabröd kostar 25 kr, smörgås kostar 35 kr.

Läs mer på [www.djurgardslinjen.se/cafevagnen](http://www.djurgardslinjen.se/cafevagnen)

## Utflykter och resor under sommaren/hösten 2019

### Tre unika kryssningar med Cinderella till Visby 30/6, 2/7 och 4/7. Specialpris för Seniorer 2 315:-

Ta Cinderella till Visby för en oförglömlig start på sommaren!  
Kryssningsavgångarna är skräddarsydda för att kunna kombineras med politikerveckan i Almedalen, men även för dig som bara vill upptäcka Visby och Gotland för en dag. Avresa dag 1 kl 17.00, ankomst Visby dag 2 kl 09.30, hemresa kl 20.45, åter i Stockholm dag 3 kl 14.30.  
För bokning och information kontakta Björcks Resor och uppge kod ”SENIORVISBY”, tel: 08-550 192 15 alt. [info@bjorcks.se](mailto:info@bjorcks.se)

---

### Närkes pärlor – Örebro och Wadköping

**13-15 augusti, 3 dagar**

**4 495 kr**

Om du vill ha mer information, se PROFruängen-Västertorps hemsida, sök på resor.

Information och anmälan [eva.sjoholm@outlook.com](mailto:eva.sjoholm@outlook.com) 070-320 87 77.

Betalningsuppgifter fås vid anmälan. (Anmälan är bindande)

---

### Båtutflykt till Birka – Vikingastaden

**Onsdag 21 Augusti 9.30 – åter ca 16.**



Från Klara Mälarstrand tar vi sjövägen med Strömmakanalbolagets båt till Birka – Vikingastaden.

Efter en naturskön Mälarkryssning är vi framme i Birka, som sägs vara Sveriges första stad och blomstrade på 700-talet, för att mystiskt avfolkas tvåhundra år senare. Till Birka kom köpmän, hantverkare och varor från alla möjliga delar av världen. Marinarkeologer har utforskat Birka på senare tid och vi får en spännande guidad tur som tydligt målar upp en del av historien som utspelats i Birka.

Pris: **560 kr** som betalas senast den 31 juli till **pg:448007-5**

I resan ingår båtresa t/r, entré till museet, guidad visning och dagens lunch i samband med hemresan ombord på båten.

**Anmälan till Ann Falk 08-97 26 62**

## Anvisningar för resor med SPF Seniorerna Fruängen-Liljeholmen

1. Samtliga **endagsresor** betalas in på SPF Seniorerna Fruängen-Liljeholmens Plusgirokonto 53 64 07-0.
2. **Flerdagsresor** betalas enligt respektive researrangörs policy.
2. Våra resor sker med etablerade reseföretag. Avbokning görs enligt researrangörens regler.
3. I priset ingår endast de måltider och entréer som finns angivna i reseprogrammet.
4. Från och med 2004 måste du som resenär använda säkerhetsbälte under bussfärd. Vid en poliskontroll blir du som passagerare bötfälld vid ej påsatt bälte – inte föraren.
5. För din säkerhet måste du meddela, då du anmäler dig, om du är allergisk och/eller överkänslig mot något.
6. Du måste även meddela, då du anmäler dig, om du har problem att röra dig/använder rullator/rullstol. Vet vi i förväg om dina problem försöker vi ordna en lösning eller avråder dig att följa med.
7. Samtliga medlemmar omfattas av SPF Seniorernas mötesförsäkring vid olycksfall i samband med aktiviteter anordnade av förening, distrikt eller förbund. Mötesförsäkringen gäller även vid oavlönat arbete som utförs på uppdrag av SPF Seniorerna. Mötesförsäkringen betalas av förbundet och behöver inte tecknas av den enskilde medlemmen utan ingår i medlemsavgiften.
8. Frågor angående resorna kan göras till reseansvarig på månadsmöten eller till angiven person på informationsbladet.
9. Om du tycker resan var bra, berätta det för dina SPF-vänner. Är du missnöjd berätta för oss så att vi kan bli bättre eller ge oss förslag på nya resor.

SPF Seniorerna Fruängen-Liljeholmens reseansvariga.

### **Bokcirkel** (grön)

Intresset för bokcirkeln har varit stort och kan därför inte ta emot fler deltagare. Om fortsatt intresse finns och någon kan tänka sig ställa upp som cirkelledare, har vi möjlighet att starta ytterligare en bokcirkel till hösten. Anmäl därför ditt intresse till någon av oss i styrelsen eller skicka ett mail till [spffruangen@stockholmsdistriktet.se](mailto:spffruangen@stockholmsdistriktet.se)



## **Bland pomeranshus och pestskråp**

**18 september** gör vi en trädgårdshistorisk endagsutflykt till norra Uppland där vi besöker bl.a Lövstabruk, Forsmark och Österbybruk. Mera information kommer i Höstlövet 319.

**I oktober och november gör vi teaterkryssningar** till Svenska teatern i Åbo för att se Kalevala-eposet. Information om detta kommer också i Höstlövet 319.

## **Preliminärt program för höstens aktiviteter.**

Tisdag 3 september Skärgårdspojckarna

*Tisdag 10 september Vin och Spritmuseet*

Tisdag 17 september Kalevala-sällskapet föreläsning och musik

*Onsdag 18 september Bland Pomeranshus och pestskråp. Bussresa*

Tisdag 1 oktober Eva Karin Gyllenberg: Stockholm på trekvart

Tisdag 15 oktober Rumperts spelar och vi firar våra jubilarer

V. 42 Bussresa till Tumba sedelbruk och bilmuseum

Tisdag 22 oktober Vasamuseet

*Ons-fre 23/25 oktober Teaterkryssning*

Tisdag 5 november Åsa Stenberg håller föredrag om psykisk ohälsa

*Ons-fre 13-15 november Teaterkryssning*

*Tisdag 19 november Scenkonsternas museum*

Fredag 22 november PUB-afton

Tisdag 3 dec Leif Gidlöf

**Torsdag 12 december** Luciafirande och avslutning

I december planerar vi julbordsresa och jullunch.

SPF Seniorerna Brännkyrka Älvsjö har bokcirkel och bridge, tyvärr finns för närvarande inga uppgifter.


## Verksamheter varje helgfri dag 2019

**Bridge** **måndagar kl. 09:30 – 13:00.** HPG 13\*.  
Våravslutning 27/5, höststart 2/9  
Ansv: Birgitta Pihlgren tel. 070-650 44 60  
Närvarouppgift till Gunnel Andersson tel. 070-200 44 04

**Bridge** **onsdagar 09:30 – 13:00.** HPG 13\*.  
Våravslutning 22/5, höststart 4/9  
Kontakta: Lars Åsberg tel. 08-88 41 23

**Sommarbridge se sidan 9.**


**Gymnastik** **onsdagar kl. 09:30 – 10:30**  
Vi finns i Västertorpshallens lilla motionsrum en trappa ner.  
Nya deltagare är varmt välkomna. Ingen föranmälning  
behövs, det är bara att komma. Har du frågor? Ring ledaren  
Lilian Bjelton, tfn 070-396 16 38.

**Boule** **onsdagar kl. 10.00 – 12.00**  
  
I Prins Bertils Boulehall, Djurgården.  
Ansv: Elisabet Sidh, tel. 070-939 53 77

**Sommarboule – utomhus. Se information sidan 9.**

**Bordtennis** **torsdagar kl. 9.30 – 10.30.** Vi finns i Västertorpshallens lilla  
motionsrum en trappa ner. Nya spelare är mycket välkomna.  
Föranmälning behövs inte, det är bara att komma. Har du  
frågor? Ring ledaren Göran Mörk, tfn 070-333 35 45.

**Vandringar** Samling vid T-banan Fruängen torsdagar **kl. 09.20..** Ansv:  
Ulla Löfving, tel. 08-97 50 38 eller 076-215 82 66.

**Bokcirkel** Denna cirkel  (röd) är fulltalig. Se information s.13.  
Ansv. Åsa Stenberg tel. 070-232 39 31.

**Målargrupp** Träff onsdagarna kl. 14.00. Vi träffas på Café Koppen.  
Ansv: Gunvor Gunell, tel. 08-88 37 51 eller 070-668 34 75

\*HPG13 betyder föreningens lokal på Hanna Paulis gata 13.

***Manuskript till septembernumret senast 16 augusti 2019***  
***Hämtning och distribution av septembernumret den 26 augusti 2019***



# VÅRYRA - MINGELAFTON PÅ HÄGERSTENSÅSENS MEDBORGARHUS



**Fredag 17 maj kl 17.00 - 19.00**

**Varmt välkomna att mingla med nya vänner från  
Brännkyrka Älvsjö och Fruängen-Liljeholmen**

**Hitta till** Hägerstensåsens Medborgarhus, Baldersalen, Riksdalervägen 2  
Buss 147 från Liljeholmen till Hökmossen, hållplats Sedelvägen. Alternativ T-  
bana 14 från Fruängen till Hägerstensåsen, sitt långt fram i tåget, utgång Sedel-  
vägen eller T-bana 14 från Liljeholmen till Hägerstensåsen, sitt långt bak i tåget,  
utgång Sedelvägen.

För att veta hur mycket vi ska inhandla anmäl **senast den 12 maj** till Christina  
Björklund 073-905 48 07 eller [spf.brannkyrka@gmail.com](mailto:spf.brannkyrka@gmail.com)

Begränsat deltagarantal. Inträde 50 kr inkluderar 1 glas vin eller annan valfri  
dryck med tilltugg. Ytterligare glas av valfri dryck 20 kr.