

A photograph of a museum display case containing various silver and gold artifacts. The top shelf features a large chalice, a small crown, a decorative bowl, a plate, a small dish, a small bell, and a large jar. The bottom shelf displays a large chalice, a small jar, a small box, a small bowl, a small vase, a large bowl, and a large pitcher. Each item is labeled with a small tag.

Interiör från Gamla Uppsala kyrka som besökes i oktober

Sid 9

Sid 14



Kallelse till Grindslantens årsmöte 2026

När/Var: Måndagen den 2 februari kl. 13.30 i S:t Larsgården

Motioner skall vara styrelsen tillhanda senast fyra veckor före årsmötet,
dvs senast den 5 januari 2026.

Årsmöteshandlingarna hittar du på föreningens hemsida

www.spfseniorerna.se/grindslanten under fliken: *Vår förening*

Protokollet från årsmötet kommer att publiceras under februari på samma
plats som övriga årsmöteshandlingar, det kommer även att tryckas i
marsnumret av Grindslanten.

Före årsmötesförhandlingarna blir det månadsmöte där

Apoteket Hjärtat i Sollentuna Centrum medverkar

Fritt inträde för medlemmar - Välkommen!

Vi tackar våra annonsörer och ICA Norrviken för att de stödjer vår verksamhet för äldre i Sollentuna, ett stort tack till er alla



Kalendarium	4
Ordföranden har ordet	6
Sen sist	7
Resor och Studiebesök mm	9-13
Månadsmöten mm.....	15
Om SPF Seniorerna Grindslanten	17
Styrelse och funktionärer	18

Vill du träna hos Friskis & Svettis....

De finns nu även i nyöppnade fräscha lokaler i Rotsunda i f.d. 3M-huset, ett träningskort gäller både i lokalerna i Stinsen och de nya i Rotsunda.

Info: 08-35 01 02, hemsida: www.friskissvettis.se/sollentuna

...Träffpunkt Norrviken på Sjöängsvägen 21, 1 tr erbjuder Promenader, Gymna, Qigong. Info: 08-579 220 32

...eller Sollentuna Senioregymnastik...

De har ett stort antal senior-inriktade träningspass varje vecka på olika platser i kommunen. Här finns något för alla. Info:

www.sollentunasenioregymnastik.se eller ring 070-440 02 05 (telefonid vardagar kl: 14-16)

...eller spela boule... Nya spelare är välkomna till boulehallen i Stinsen plan 2, vid Friskis & Svettis. Grupp 1 Medlemmar i Tunasol - Hans Eriksson 076-184 32 08. Grupp 2 Medlemmar i Tunasol, **Grindslanten** och PRO - Bertil Uhlan 070-750 75 27, bertil.uhlan@gmail.com

... eller Bridge...

Sollentuna Bridge

- Måndagar kl 09.00 - 12.00 (ordinarie tävlingar), lokal Platåvägen 20
Kontakt Inga Kjellberg 070-733 68 06
- Mån-/onsdagar kl 13.00 - 17.00 (ordinarie tävlingar), lokal Platåvägen 20
Kontakt Bosse Lundström 070-813 69 51
- Träffpunkt Malmgården (kommunen) Torsdagar kl 12.30 - 15.30
(sällskapsspel) - kom förbi och testa, lokal Malmvägen 12 A

Kalendarium

Februari

- Måndag 02 **Årsmöte med Apoteket Hjärtat** i S:t Larsgården kl 13.30
Onsdag 04, 11, 18, 25 **Onsdagspromenad**

Mars

- Måndag 02 Månadsmöte med **Vokalensemblen Stämgauffeln** i S:t Larsgården kl 13.30
Onsdag 04, 11, 18, 25 **Onsdagspromenad**
Torsdag 12 Besök på **Brandkårmuseet**, se sida 10
Torsdag 26 Resa till Norrköping och **Arbetslivsmuseet**, se sida 11
Måndag 23 **Nummer 2 av Grindslanten** utkommer preliminärt

April

- Måndag 13 Månadsmöte **med fängelseprästen** i S:t Larsgården kl 13.30
Onsdag 01, 08, 15, 22, 29 **Onsdagspromenad**
Måndag 20 Resa till/med **Lennakatten och Thun's shopping**, se sida 12

Maj

- Måndag 04 Månadsmöte **med en författare** i S:t Larsgården kl 13.30
Onsdag 06, 13, 20, 27 **Onsdagspromenad**
Måndag 11 **Pelargonresan**, se sida 13

Vi löser dina IT-problem

Data- / IT- support av datorer, surfplattor, mobiler, skrivare, Internet, e-post mm – även försäljning.
RUT-avdrag för arbeten i hemmet.



Kalle Wannberg



XnX Data AB
Tolvmansvägen 15
192 70 Sollentuna
Tel: 08-626 71 00
info@xnndata.se
www.xnndata.se

Skapa ditt eget SPF-program

Datum	Aktivitet	Nr/ Sida	Sista dag för anmälan

Ordföranden har ordet



Tack för det gångna året! Det blev många månadsmöten, resor, promenader och studiebesök.

2025 återupptogs besöken på våra äldreboendena (12 st) även kommunens sex hemtjänstutförare besöktes.

Vid besöken var det tydligt att väntetiden för att komma till ett äldreboende är för lång då för många är i dåligt skick innan de får en placering.

I hemtjänsten är det framför allt den bristande flexibiliteten i minutsystemet som är ett problem. För både äldreboende och hemtjänsten är även språket/bristande svenska ett problem.

En utredning om kvaliteten inom äldreomsorgen i Sollentuna blev klar hösten 2025, med särskilt fokus på hemtjänsten, kan bli ett verktyg att förbättra den.

Under 2025 har seniorföreningarna i samarbete med kommunen tagit fram en katalog med de senioraktiviteter som erbjuds. Katalogen ges ut höst och vår och finns på bibliotek, vårdcentraler och träffpunkter bl.a.

Inför höstens val har föreningarna också träffat partierna i kommunfullmäktige för att påminna dem om att inte glömma bort seniorfrågorna i sina valplattformar. En sammanställning av dessa möten finns längre fram i bladet.

I december publicerades Hemtjänstindex för 2025. Resultatet har tidigare inte varit särskilt positivt för Sollentuna, du kan läsa om utfallet 2025 på sidan 14.

I detta nummer presenterar vi tre resor och ett studiebesök, vi hoppas att något av detta ska intressera dig! Avslutningsvis hoppas jag också att du har möjlighet att komma på Grindslantens årsmöte den 2 februari. Där får du veta hur det går för föreningen och kan vara med och påverka vad som ska hända framöver.

Göran Ahlberg/Ordförande

Medlemsavgiften för 2026

Medlemsavgiften är 350 kr. De som har e-faktura får sin avi i sin internetbank. De som inte har e-faktura men däremot ett konto hos Kivra får sin avi i Kivra. Övriga får sin avi med vanlig post. Det är viktigt att OCR-numret kommer med vid betalning, medlemsavgiften skall betalas till SPF:s bankgiro 505–1743, ej Grindslantens PG.

OBS! Om ett hushåll får två räkningar från förbundet måste varje räkning betalas var för sig.

Avgiften för vänmedlemmar för 2026 är oförändrad 50 kr/år. Betalinfo kommer att skickas ut via e-post under januari 2026.

Månadsmötet den 6 oktober

Vissångarna Astrid Waleij och Nils As-sarson från Olle Adolphson sällskapet sjöng och berättade om Olle Adolphsons liv och verk. Många populära visor blev det, som tex Trubbel, Det gåtfulla folket och Mitt eget land.



Resan till Bror Hjorths hus och rundtur i Uppsala den 21 oktober

46 personer följde med på denna resa med Björcks resor, Tunasolar och Grindslantar. Efter upphämtning vid Aniaraplatsen & Norrvikens station bar det av till ett första fikastopp vid Odinsborg, där även vår guide tillstötte. Efter intagen macka och kaffe/te, tog vi en guidad runda vid Gamla Uppsala högar. Vi tittade även in i Gamla Uppsala kyrka, där vi möttes av orgelmusik och sång. Gamla Uppsala var tidigare platsen för Uppsala, nuvarande Uppsala hette Östra Aros, men övertog sedermera namnet Uppsala. Vi åntrade åter bussen för färden till det nuvarande Uppsala, där vi såg en hel del av universitetsvärldens byggnader samt Uppsala slott och Linneum med sin trädgård från bussen.

Vi fortsatte mot Uppsala-domen som vi vandrade runt i en stund, med Gustav Wasas grav och allt annat som finns där. Efter det var det dags för lunch. eftersom det var tisdag blev det fläsk & löksås, vilket smakade bra! Mätta och belåtna for vi till resans höjdpunkt visningen av Bror Hjorths hus. Där möttes vi av konstnärens alster som var en kaskad av färger och former och fick en redogörelse för hans liv och hur hans konst utvecklats. Bror var ursprungligen utbildad bildhuggare, vilket vi såg många exempel på. Vi fick även se många originalmålningar som blivit kvar efter Brors död, det var intressant att se hur hans måleri utvecklats från naivism till de färgstarka målningar med grova konturer/detaljer som han är mest känd för. Till höger kan du se några av Brors verk.

Yvonne Örkander och vår duktiga chaufför möjliggjorde dagens uppskattade upplevelser för oss alla.



Månadsmötet den 3 november

Detta månadsmöte veks åt information från kommunens Digitala Coach/ Fixartjänst *Karin Daar*, som berättade om sitt stöd till dej som har problem med din mobil/dator/TV och vad du kan få hjälp med i hemmet för att säkra det mot fallolyckor mm. Kontaktuppgifterna till Karin hittar du på näst sista sidan i detta blad.

Vi fick även en redogörelse om projektet Hjärnhoppet av *Liberta Mehmedi* som är Sollentuna kommuns projektledare. Hjärnhoppet är ett livsstilsprogram som bygger på Finger-modellen för personer som är 65 år eller äldre och bor i Sollentuna. Programmet bygger på forskning och hjälper till att minska risken för minnesproblem. Bland annat genom träning, kost och föreläsningar. En större pilotstudie startar under hösten 2025, på sikt planeras Hjärnhoppet bli ett medel för att hålla oss friska längre.

Jullunchen på Tre Valv den 25 november

25 personer hade turen att välja att äta Julbord på restaurang Tre Valv i Gamla stan, det var ett riktigt bra Julbord till attraktivt pris. Ett stort tack till *Cristina Björkman* och *Yvonne Örlander* som valde det till oss!



Möte i kommunala pensionärsrådet (KPR) den 3 december

Från dagordningen:

- Information om slutrapporten om att höja kvaliteten inom äldreomsorgen.
- Brukarundersökningen för hemtjänst och särskilt boende 2025.
- Information från ordföranden
- Sammanträdestider för pensionärsrådet 2026
- Svar på remiss av motion väckt av Bo Ehlin (SD) angående fler boulebanor i Sollentuna
- Övriga frågor pensionärsrådet 2025

Månadsmötet den 8 december med Lucia

Klass 6 från Sollentuna Musikklasser lussade för en stor publik. Efter Luciatåget provade vi på lite Jul-allsang under ledning av *Christina Billing* som kompade på flygeln. Kaffe-, Lotteri-grupperna tackades för sina insatser under året som gått varefter de traditionsenliga 10 chokladaskarna lottades ut.



Resor och Studiebesök mm

Grindslantens villkor för resor och studiebesök

Våra resor och studiebesök är öppna för alla SPF:are i Sollentuna och våra grannkommuner. Medföljande icke medlem betalar 100 kr mer vid dagsresor och 300 kr vid längre resor.

- **Boka och invänta bekräftelse före betalning!**
- **OBS! Hör av dig om du anmält dig men inte har fått någon bekräftelse på den inom fem dagar!**

Inbetalning till Grindslantens Plusgiro: 73 72 10-5 senast på sista angiven betalningsdag om inget annat anges. Vid avbokning efter sista anmälningdatum återbetalas inte inbetalt belopp. När bokning sker via mail: boka.grindslanten@gmail.com är vi tacksamma för uppgifter om namn, tfn-nr och var du/ni vill stiga på bussen samt eventuella matallergier. Eller ring för **Resor måndag till fredag 10-18:** Yvonne Örkander 070-53 52 074, Christina Björkman 070-9226237 eller Marta Ahlberg 0736-420 446 och **Studiebesök:** Bernt Andersson 076-10 24 140.

För övriga resor gäller varje researrangörs avboknings-/boknings-/betalningsvillkor.

Observera särskilt reglerna kring avbokning, vanligt är att resan ej återbetalas om avbokning sker för sent. Kontrollera även avbokningsskyddet i din hemförsäkring, vissa bolag ersätter ej kostnaden för kortare resor.



BLOMS BLOMMOR

Sollentuna Centrum
08-35 07 40
info@blomsblommor.se



Röde hanens brandstationsmuseum

**Torsdag
12 Mars**

Besök på Röde hanens brandstationsmuseum



Vi följer upp förra årets besök på Attunda brandstation med denna guidade visning av världens äldsta bevarade brandstation, som varit i drift sedan 1876! Katarina brandstation fick 1876 flytta in i lokaler vid Tjärhovsgatan, i västra delen av den Sifvertska kasernen i kvarteret Sturen minsta. Där förlades brand-kårens huvudstyrka under brandlöjtnantens ledning. Förutom själva brandstationen förevisas föremål från brandkårens äldsta tid i slutet av 1800 talet. Max 20 personer, först till kvarn!

Pris

100 kr inklusive kaffe och bulle.

Anmälan

Senast den **12 februari** till:
boka.grindslanten@gmail.com
eller Bernt Andersson måndag-fredag kl 10-18 på telefon 076-102 41 40.



Betalning

Boka och invänta bekräftelse innan betalning!
Senast den 26 februari till Grindslantens pg 73 72 10-5

Hitta dit

Tag pendeltåget till Odenplan, fortsatt sedan med tunnelbanan grön linje till Medborgarplatsen, utgång Götgatan/Folkungagatan/Medborgarplatsen. Därifrån är det ca 5 minuters promenad till Katarina brandstation som ligger i hörnet Katarina västra kyrkogata / **Tjärhovsgatan 9-11** på Södermalm.

OBS! Brant trappa till nedre delen av museet. Hiss finns ej

Samling

Utanför brandstationen kl. **12.50**, visningen börjar kl 13.00

Arbetslivsmuseum och Löfstad slott

Torsdag 26 Mars	Resa till Arbetsmuseum i Norrköping och Löfstad slott Vi inleder besöket på Arbetets museum i Norrköping med smörgås som serveras på Café Espresso House. Vi får en introduktion och kan sedan utforska museet på egen hand. Här skildras människors arbetsliv och vardag förr och nu, genom minnen och berättelser snarare än föremål. Utställningarna fokuserar på arbete, vardagsliv, industrisamhällets kulturarv och det mångkulturella samhället. Efter besöket åker vi vidare till Löfstad slott, cirka en mil från Norrköping, och börjar med lunch på Löfstad Vårdshus. Slottet rymmer över 400 konstverk, bland annat målningar och tapeter från 1600-talet. Den sista ägarinnan, grevinnan Emilie Piper, tillbringade större delen av sitt liv på slottet och ägnade sig åt måleri, teckning och fotografering. När hon dog 1926 testamenterade hon slottet till Riddarhuset och Östergötlands museum, som öppnade det för allmänheten 1942. Här får vi en kort guidad visning av paradvåningen. Åter Sollentuna ca 18.30-18.45
Pris	1125 kr per person I priset ingår: bussresa, förmiddagskaffe med smörgås, besök och information om Arbetets museum, lunch och en kortare guidad visning av Löfstads slott.
Betalning	För denna resa kommer resehandlingar och betalningsinformation direkt från arrangören Resekompaniet via mail. Saknas mail tillkommer 25 kr i faktureringsavgift om utskicket sker via post. Ingen betalning görs denna gång till Grindslantens postgironummer.
Anmälan	Senast 17 februari till: boka.grindslanten@gmail.com eller Marta Ahlberg måndag-fredag kl 10-18 på telefon 073-642 04 46. Vid anmälan ange: Namn, Telefonnr, Mailadress, Adress samt VAR du stiger på bussen (Nvk/Aniaraplatsen).
Avresa	Kl. 08.30 Avresa från Norrviken, korsningen Kistavägen/Norrviksleden. Samling 10 minuter före bussens avgång Kl. 08.45 Avresa från Sollentuna, bussfickan vid Aniaraplatsen. Samling 10 minuter före bussens avgång

En dag med Lennakatten

Måndag 20 April	Resa till/med Lennakatten och Thun's shopping Strax utanför Uppsala ligger idylliska Länna Bruk. I en lokal med anor från 1760-talet kom och gick arbetare i 200 år. Den gamla masugnen och sågverket har nu blivit ett vineri, destilleri och bryggeri. Företaget har en egen vingård i Lep-tokaryá vid Olympusbergets sluttningar i Grekland och gör förutom vin även gin, rom och öl. År 1760 öppnade ett nytt järnbruk i den lilla orten Länna. Järnproduktionen gick bra, men man hade problem med att få råvaror till bruket. Därför beslutade man sig för att bygga en ny järnväg mellan Uppsala och Länna. 1876 öppnade Uppsala-Lenna Jernväg för trafik. Veterantåget Lennakatten, en välkänd syn i Uppsala, tar oss ut på den vackra landsbygden och ankommer en timme senare till Länna Bruk. Kl. 11.00 Lennakatten avgår från Uppsala, station östra Kl. 12.30 Lunch serveras på Länna bruks restaurang Kl. 13.30 Visning av Länna dryckeshandel Därefter tar vi oss till Thun's för shopping och möjlighet till eftermiddagsfika, innan bussen tar oss hem. Vi beräknas vara åter i Sollentuna ca kl. 17.30.
Pris	1525:- per person. I priset ingår bussresa, lunch inkl. sallad, dryck, kaffe och kaka, besök och visningar enl. programmet
Betalning	För denna resa kommer resehandlingar och betalningsinformation direkt från arrangören Resekompaniet via mail. Saknas mail tillkommer 25 kr i fakturaavgift om utskicket sker via post. Ingen betalning görs denna gång till Grindslantens postgironummer.
Anmälan	Senast den 17 mars till: boka.grindslanten@gmail.com eller Yvonne Örkander måndag-fredag kl 10-18 på telefon 070-535 20 74. VID ANMÄLAN ANGE: Namn, Telefonnr, Mailadress samt Var du stiger på (Nvk/Aniaraplatsen)
Avresa	Kl. 09.30 Avresa från Norrviken , korsningen Kistavägen/Norrviksleden. Samling 10 minuter före bussens avgång. Kl. 09.45 Avresa från Sollentuna , bussfickan vid Aniaraplatsen. Samling 10 minuter före bussens avgång.

Pelargonresa med smått och gott

Måndag
11 Maj

Pelargonresa med smått och gott



Risken för minusgrader är minimal och nu är det hög tid att plantera och sätta ut sommarens blommor! Intresset för pelargonier ökar från år till år och efterfrågan på lite ovanliga sorter blir allt större. I växthusen vid Prästgårdens trädgård finns mer än 300 olika sorters pelargonier, så här finns alla möjligheter att hitta något utöver det vanliga!

Förutom alla pelargonier finns här också flera hundra sorters sommarblommor, perenner, fröer och krukor så här finns något för alla! Under dagen besöker vi också Åsby kött- och vilthandel vid ÅsbySkantzen och vi stannar också till vid Vallby Friluftsmuseum i Västerås.

Pris

895:- per person. I priset ingår Bussresa, Busskaffe med bulle, Besök vid Prästgårdens Trädgård, Åsby kött och vilt-handel och Vallby Friluftsmuseum. Lunch inkl. bordsvatten och kaffe på Westerqvarn.

Betalning

För denna resa kommer resehandlingar och betalningsinformation direkt från arrangören Björcks Resor via mail. Saknas mail tillkommer 25 kr i faktureringsavgift om utskicket sker via post. **Ingen betalning görs denna gång till Grindslantens postgironummer.**

Anmälan

Senast den 27 mars till: **boka.grindslanten@gmail.com** eller Christina Björkman telefonnummer 070-922 62 37, måndag-fredag kl. 10-18. VID ANMÄLAN ANGE: Namn, Adress, Telefonnummer, Mailadress samt VAR du stiger på (Nvk eller Aniaraplatsen).

Avresa

Kl. 08.00 Avresa från **Sollentuna**, bussfickan vid Aniaraplatsen. Samling 10 minuter före bussens avgång.

Kl. 08.15 Avresa från **Norrviken**, korsningen Kistavägen/Norrviksleden. Samling 10 minuter före bussens avgång.

Hemtjänstindex 2025

Hemtjänstindex som är ett initiativ från SPF Seniorerna visar hur väl en kommun levererar hemtjänst ur seniorers perspektiv och omfattar hela processen från behov till utförande. Sollentuna har klättrat några placeringar i både län och land sedan 2024, men har tappat inom Information och Utförande, Biståndshandläggningen ligger fortsatt lågt trots en liten uppgång. Nedan kan du ta del av utfallet i Stockholms län. Mer om Hemtjänstindex hittar du hemsidan på: hemtjanstindex.se

Hemtjänst-index 2025			Poäng	Placering i Sverige			
Placering i Sth län	Placering i Sverige	Kommun	Hemtjänst-index 2025	Information	Biståndshandläggning	Utförande	Stöd och utveckling
1	9	Nacka	79,7	2	32	162	66
2	26	Huddinge	78,1	23	28	256	41
3	31	Solna	77,3	69	17	223	50
4	39	Stockholm	76,6	59	13	214	114
5	42	Järfälla	76,2	68	24	227	64
6	47	Norrtälje	75,6	19	171	147	58
7	53	Danderyd	74,6	114	78	148	51
8	55	Vaxholm	74,2	76	169	17	102
9	59	Ekerö	73,8	125	90	43	96
10	77	Botkyrka	72,7	30	52	275	125
11	78	Sundbyberg	72,6	139	70	222	61
12	80	Tyresö	72,5	132	56	224	98
13	81	Sigtuna	72,5	48	191	269	28
14	87	Sollentuna	72,1	61	233	217	63
15	102	Upplands Väsby	71,4	22	134	284	74
16	107	Täby	71,2	58	224	184	119
17	112	Lidingö	71	149	48	236	145
18	120	Vallentuna	70,7	86	162	151	137
19	124	Österåker	70,5	78	227	169	126
20	137	Södertälje	69,6	53	110	281	109
21	144	Haninge	69,1	117	88	262	120
22	157	Värmdö	68,3	126	89	274	107
23	172	Upplands-Bro	67,8	106	286	279	57
24	192	Nynäshamn	66,9	158	273	260	90
25	232	Salem	63,5	120	188	72	280
26	251	Nykvarn	62,3	194	62	154	279
Genomsnitt Stockholms län			72,0	86	120	202	102
Hemtjänst-index 2024							
20	108	Sollentuna	68,4	40	259	188	90

Månadsmöten mm

Grindslantens månadsmöten i S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka, om inte annan plats anges, är öppna för alla SPF-medlemmar i Sollentuna. Förutom underhållning eller föredrag serveras fika, du kan även köpa lotter med fina priser, allt detta för 50 kr. S:t Larsgården ligger på Prästgårdsvägen 4, bredvid Sollentuna kyrka.

Gratis bilparkering 3 timmar, buss 520 stannar vid hpl Sollentuna kyrka

Måndagen den 2 februari kl. 13.30 i S:t Larsgården

Apoteket Hjärtat i Sollentuna centrum kommer och tar upp något som angår många av oss - läkemedel för äldre. Det finns många aspekter att ta upp som tex:

Att kroppen bryter ner läkemedel långsammare

Ökad känslighet för många läkemedel

Polyfarmaci – många mediciner samtidigt

Ökad fallrisk

Biverkningar ser ofta annorlunda ut
mm

Så missa inte den genomgången.

Efteråt följer årsmötet för 2026, där du kan se hur det går för föreningen och påverka dess framtid!

Måndagen den 2 mars kl. 13.30 i S:t Larsgården

Vokalensemblen Stämga-feln gästar oss vid detta månadsmöte och bjuder oss på fyrstämmig aca-pellasång, det får du inte missa!



Träffar med Sollentunas politiker inför valet 2026

Efter inspiration från en artikel i Seniorens beslutade äldrerådet att träffa de partier som sitter i kommunfullmäktige för att lyfta våra viktigaste frågor inför valet 2026. En grupp på fyra personer – en från varje seniorförening – bildades och vi bokade snabbt tider med politikerna, där vi fokuserade på tre områden: seniorbostäder, digitaliseringens påverkan på äldre och minutstyrningen inom hemtjänsten.

Samtalen med politikerna var positiva och vi upplevde att våra synpunkter togs på allvar. Vi hoppas nu att detta avspeglas i partiernas valprogram.

I bostadsfrågan lyfte vi behovet av en särskild kö för seniorlägenheter hos Sollentunahem, tydligare information på hemsidan och möjligheten att delta i diskussioner om den nya bostadsförsörjningsplanen som är på gång.

När det gäller digitalisering betonade vi att kommunen måste säkerställa stöd för äldre genom digital coach, utbildning och möjlighet att ställa frågor – samtidigt som analoga alternativ måste finnas kvar. Vi önskade även att den digitala coachens tjänst utökas till heltid och att fixartjänsten behålls. Samverkan med seniororganisationerna är central.

Vi berättade om de besök en grupp inom äldrerådet gjort hos de hemtjänstföretag som kommunen har avtal med. Det viktigaste resultatet av dessa är ett önskemål till våra politiker att minuthetsen inom hemtjänsten försvinner. Den enskilde måste få möjlighet att tillsammans med hemtjänstföretaget komma överens om hur den ramtid man beviljats i biståndsbedömningen ska hanteras.

Vi berörde också kort de besök som påbörjats vid särskilda boenden. Det har varit givande besök där äldrerådets representanter blivit väl bemötta. Eftersom besöken pågår finns ännu inga specifika frågeställningar inför framtiden.



Vid 1980-talets början hade Tunasol, den första SPF-föreningen i Sollentuna, fått så många medlemmar att lokalfrågan blev besvärlig. Tunasol beslöt då starta en ny förening för den norra kommundelen och måndagen den 21 maj 1984 höll Grindslantens sitt första månadsmöte i Sollentunagården, kyrkans dåvarande församlingshem, senare ersatt av S:t Larsgården. Man antog namnet Grindslantens inspirerad av att samlingsalen pryddes av en reproduktion av August Malmströms berömda oljemålning, tillkommen 1885 i Rotebro, där konstnären var sommarboende.

SPF Seniorerna Grindslantens Sollentuna

Postadress: c/o Göran Ahlberg, Moränvägen 18, 192 67 Sollentuna

E-postadress: spfgrindslantens@gmail.com

Hemsida: www.spfseniorerna.se/grindslantens

Swish: 123 086 3225 PlusGiro: 73 72 10-5 Orgnr: 8024104229

Medlemsavgift 2025: Medlem 330 kr, vänmedlem 50/50 kr

Ansvarig utgivare för medlemstidning och hemsida: Göran Ahlberg

Vårt ändamål:

Grindslantens har till uppgift att främja SPF Seniorernas mål genom att

- informera medlemmarna i frågor som berör dem
- verka för gemenskap, trygghet och trivsel bland medlemmarna
- tillvarata medlemmarnas intressen på det lokala planet, t ex i KPR
- aktivt verka för att ansluta personer som enligt stadgarna kan erhålla medlemskap
- verka för förståelse och solidaritet mellan generationerna.

Styrelse, kommittéer och funktionärer i Grindslanten

Ordförande: Göran Ahlberg, tfn 070-612 04 85 s.goran.ahlberg@gmail.com

Vice ordförande: Mia Kinnunen, tfn 070-556 48 07 miakinnunen@icloud.com

Sekreterare: Anders Westling, tfn 070-317 26 58 anders.o.westling@hotmail.com

Kassör: Marta Ahlberg, tfn 073-642 04 46 marta_ahlberg@hotmail.com,

Medlemssekreterare: Kjell Bensing, tfn 070-650 07 71 kjell.bensing@gmail.com

Samhällskommittén: Sammankallande: Mia Kinnunen (repr. i Kommunala pensionärsrådet KPR och Äldrerådet), Camilla Bohm Coleman (Äldrerådet och ersättare i KPR), tfn 076-070 20 16 ecamillabcoleman@gmail.com och Göran Ahlberg (Äldrerådet)

Programkommittén: Marta Ahlberg (sammankallande), tfn 073-642 04 46, Bernt Andersson, tfn 076-102 41 40 boka.grindslanten@gmail.com, Yvonne Örkander (reseombud), tfn 070-535 20 74 boka.grindslanten@gmail.com och Christina Björkman (reseombud), tfn 070-922 62 37 boka.grindslanten@gmail.com

Redaktionskommittén: Göran Ahlberg (webmaster & stf red medlemstidningen), Bernt Andersson (annonser), vakant (red medlemstidningen)

Promenadgrupp: Ann-Cathrine Svensson, tfn 070-62512 16 och Ulla Brodin, tfn 070-847 06 02

Friskvård: Göran Larbo, tfn 070-417 85 60

Lotteriansvariga: Mia Kinnunen och Ewy Sandström, tfn 073-556 86 52

Valberedningen: Sonia Wallin (sammankallande), Karin Holmgren och Bo Kinnunen (suppleant)

Revisorer: Uno Berglund (sammankallande), tfn 070-811 16 63, Elisabeth Bergendal Stenberg, tfn 072-710 66 55 och Siv Ekman (suppleant), tfn 073-384 10 13

Distributionsansvarig: Göran Ahlberg och Inger Holmborn

Vårdskap månadsmöten: Yvonne Örkander, tfn 070-535 20 74

Kaffgruppen: Ann-Cathrine Svensson, Mona Ackerheim, tfn 070-553 80 96, Inger Holmborn, tfn 070-759 04 27 och Ulla Brodin, tfn 070-847 06 02

Få hjälp med din mobil eller Fixartjänsten hemma?

Kontakt

 08-579 22036
kl. 10-11 vardagar

 fixartjanst@sollentuna.se
digitalcoach@sollentuna.se



NORRVIKEN OPTIK

Varmt välkommen till din personliga optiker i Norrviken, Sollentuna! Norrviken Optik drivs av dedikerade och erfarna legitimerade optiker Unni La Fleur Rosengren och Gaida Kareem. Här erbjuds du ett handplockat sortiment av glasögonbågar, från budget till premium. Vi erbjuder glas från [ledande](#) glasleverantörer och avsätter ordentligt med tid i undersökningsrummet. Allt för att hitta den snyggaste och bästa lösningen för dig och din syn. **Seniorer 65+ får**

20% rabatt på hela glasögon,

ej tidsbegränsat erbjudande!

Öppettider: Vardagar 09:00 - 17:00

Kontakta oss: 08-42 00 15 30

www.norrvikenoptik.se

Adress: Kyrkvägen 1G, Sollentuna



Nästa nummer av medlemsbladet utkommer preliminärt vecka 2026-13
Saknar du något nummer av Grindslanten, hittar du det på hemsidan under *Vår förening*

Tryckt hos Sollentuna Offset & Digitaltryck

**Vi vägleder dig genom din
bostadsaffär så du kan känna dig
trygg och få bäst betalt!**



Vi vet redan vilka som är intresserade av din bostad. Har du tankar på att sälja är du välkommen att kontakta oss för ett kostnadsfritt och förutsättningslöst möte. Välkommen att ringa oss på 0707720720.