

Ordföranden har ordet

"Januari börjar året, februari kommer näst. mars april har knopp i håret, maj och juni blommor mest. Juli, augusti och september rika härliga framstå men oktober och november och december äro grå.

Ytterligare ett år är nu lagt till handlingarna. Ett år då föreningen firat 50-årsjubileum med stor fest på Parkhotell där cirka 140 medlemmar deltog. Ett år med ett stort utbud av olika aktiviteter som bidragit till att vi ökat vårt medlemsantal. Ett år med, som vanligt, många engagerade funktionärer och medlemmar. Ett år som slutade med vinster för såväl SSK som Juniorkronorna. Ja, jag är ju lite hockeynörd som ni förstår. Ikväll, på det nya året, är det ju bortamatch för SSK mot Västerås och Juniorkronorna spelar VM-kvartsfinal mot Lettland. Som tur är har vi möjlighet att följa båda matcherna på TV här i Byxelkrok. Jag har naturligtvis spelat boule, bakom piren i hamnen som vanligt, två lördagar i rad. Kallt och blåsig med 25 – 30 sekundmeter i byarna senaste gången. Riktigt otäckt då jag höll på att blåsa omkull flera ggr. Skam den som ger sig men det var väldigt skönt att komma hem till kaffebordet efter denna pers.

I SPF-seniorerna Holmfast startar vi förstås med våra aktiviteter redan nästa vecka då Holmfastkören övar den 7 januari kl 10.00 i allhuset och välkomnar flera sångglada medlemmar. Styrelsen har sitt första sammanträde samma dag och tid. Första månadsträffen/mötet är den 14 januari kl 13.00. Glöm inte anmäla dig! En ny aktivitet startar också och det är bridge för nybörjare. Passa på att anmäla dig snarast.

Till sist: "Det finns sju dagar på en vecka. Ingen av dem heter Sedan". *Elbert Hubbard*

Vi ses på månadsmötet 14 januari 2026

Ebon Eriksson

Ordförande, SPF Seniorerna Holmfast

Den 11 februari är det årsmöte.

Den 10 december var vi 115 medlemmar som såg när **Rosenborgsskolans musikklasser gav oss det traditionella Luciatåget efter inledning av Holmfastkören.** Som vanligt var det mycket fint och uppskattat.

Därefter var det utdelning av presentkort från Särimmers fond på entrébiljetterna.



Holmfastkören underhåller

Årsmötet den 11 februari, börjar kl. 13:00 och inleds med ett program där Holmfastkören framför *"Holmfastkören siktar mot Stjärnorna"* och därefter följer årsmötet. Alla handlingar kommer att finnas på vår hemsida senast två veckor innan årsmötet på följande adress:

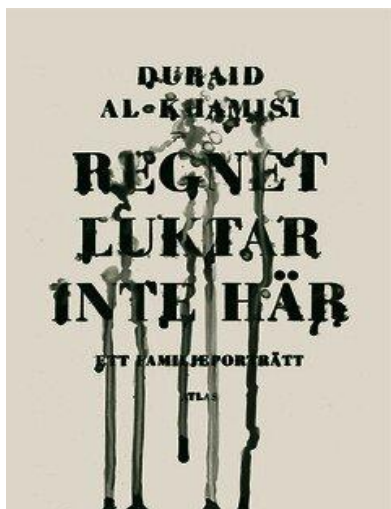
www.spf-seniorerna-holmfast-sodertalje.

Årsmötet är högsta beslutande organ i föreningen så det är viktigt att medlemmarna sluter upp och deltar aktivt. Motion till ordinarie årsmöte kan väckas av medlem. Motion ska vara styrelsen tillhanda senast fyra veckor före årsmötet. Motion ska behandlas av ordinarie årsmöte efter yttrande av styrelsen. I samband med årsmötet informerar styrelsen om verksamheten och då finns givetvis tillfälle för frågor.

OBS! Det är gratis entré och föreningen bjuder på kaffe och semla. Du måste dock anmäla dig som vanligt senast den 8 februari, så vi vet hur många semlor som ska beställas.

Anmälan gör du senast söndagen den 8 februari till spfholmfast@gmail.com eller SMS till 073-088 43 35. Varmt välkomna!

Månadens boktips – ”Regnet luktar inte här”, ett familjeporträtt av Duraid Al-Khamisi



Familj: Mor, far, Duraid 8, Rami 6, Awsam

Varför lämnade vi farmor, vårt nybyggda hus, våra butiker, vår trädgård? Familjen lämnade Bagdad i en livsfarlig färd genom länder och över hav, i en fiskebåt fullpackad

med flyktingar, lastrummet stinker av spyor, urin, avföring och döda kroppar. De är på väg från det krigshärjade Bagdad och de stiger iland på Gotlands östra kust i december 1994. Deras båt hade varit i händerna på ett aggressivt havsmonster, men de benådades.

Duraid kom till Sverige som åttaåring, han ville inte lämna Irak. Han älskade Bagdads varje sten, varje sandkorn. Alla gatuförsäljare, restauranger, konditorier, musikaffärer, rondeller, broar och trottoarer. Han älskade Tigris, elden från oljekällornas torn, som påminde om stora ljusstakar när de brann på distans, och han älskade koranrecitationerna på tv, som alltid sändes före de tecknade serierna.

I Bagdad, Irak, ett land där amerikanska bombplan med raketer ven över husen, ett land där människorna kämpade för att störta Saddam Hussein, för att få frihet och självständighet. Mellan 1980 och 1988 pågick ett blodigt krig mellan Irak och Iran. Mellan en halv och en miljon soldater dog på varje sida.

Vikingatiden på The Viking Museum!

Tyvärr fick vi för få anmälningar på den spännande resan den 11 december till historien! Vi återkommer med ett nytt förslag och hoppas på en större anslutning.



Månadens vintips – Fontanafredda Ebbio Langhe Nebbiolo, Italien.

Fontanafredda Ebbio Langhe Nebbiolo är ett elegant och välbalanserat vin med en intensiv doft av röda bär, lakrits och kryddor. Smaken är fyllig med mjuka tanniner och en lång eftersmak av mörka frukter och en hint av choklad. Detta vin passar utmärkt till rätter med rött kött eller vilt, men kan även avnjutas på egen hand. Ett perfekt val för den som vill uppleva en klassisk Nebbiolo från Piemonte.

Bärig och kryddig smak med toner av körsbär, björnbär, salmiak, läder, fat och tjära. Behaglig och elegant strävhet. Mycket väl balanserat vin med matvänlig syra. Passar utmärkt till lamm och nötkött.

Råvara 100 % Nebbiolo
Sockerhalt <0,3 g per 100 ml (< 3 g/l)
Systembolaget nr 22300
Pris 149 kr



”Kom till Berget och fika” på fredag den 9 januari kl. 11.00.



Vi samlas som vanligt på Lindbloms café på Torekällberget kl. 11.00 för att ”fika” och ha trevligt tillsammans. Temat denna gång är ”Vi minns 1982”. Vad minns du från det året, berätta för oss. Vad hände detta år – vi har kollat! I många fall väcker musiken minnen vad vi gjorde – vi spelar upp!
Ingen anmälan behövs, det är bara att komma!

Första månadsmötet 2026 är den 14 januari kl. 13.00 i Allhuset



Huvudtemat är ”Från vrak för 150 kr till Guinness Rekordbok”

Gert Ekström berättar om hur han räddade Södertäljes stolthet, Ångfartyget Ejdern. Något du inte får missa!

Därutöver blir det information om bl.a.

- Nytt om aktiviteter
- Inför årsmötet

Lotterier, kaffe och smörgås finns givetvis. Anmälan gör du som vanligt senast söndagen innan till spfholmfast@gmail.com eller SMS till 073-088 43 35. Kostnaden är 60 kr

Följ med på en guidad visning av Stockholms Stadshus den 16 januari



Fredagen den 16 januari får ni med en guidad visning, se Stadshusets festsalar och ta del av byggnadens storslagna miljö. Guiden berättar om historia, politik, arkitektur och Nobelfesten. Ni får besöka rummen och lära er mer om denna ikoniska byggnad från 1923, ritad av arkitekt Ragnar Östberg, och hur den har använts sedan dess. Stadshuset är uppbyggt av tegelstenar från Lina tegelbruk i Södertälje. I visningsrundan ingår Blå hallen, Gyllene salen, Rådssalen och Prinsens galleri.

Guidningen börjar kl. 10.00 och vi åker från Södertälje Centrum i god tid kl 08:28.

Guidningen kostar 130 kr och betalning görs med Swish på plats till Mats Ingemansson.

Det är begränsat antal deltagare så ”först till kvarn” gäller. Stadshuset behöver besked i god tid, så **sista anmälningssdag är 7 januari**. OBS, anmälan är bindande!

Anmälan gör du till Mats Ingemansson via e-post matsingemansson@gmail.com eller SMS 070-62 41 508.

Onsdagen den 28 januari är det dags för årets första gemensamma lunch!

Den 17 december var det ett drygt 30-tal som samlades i Mångfaldens hus för att smaka på deras jultallrik Ett populärt utflyktsmål.

Nu blir det en kortare utflykt till det nya hotellet The Docks, onsdagen den 28 januari där vi besöker restaurangen Jackies som de flesta inte hunnit besöka.



Här är varje rätt lagad med en bistro's själ. Menyerna blandar välkända klassiker med moderna twistar, skapade för att för att avnjutas och få vardagen att kännas lite mysigare,



Vi samlas kl. 13.00 och den här gången får alla ta sig dit själva. Det blir alltså ingen resa från Centralens parkering.

Anmäl dig till Anders Larsson, tel. 070-759 72 40, alt larsson440@hotmail.com, eller Mona Spångmyr, tel. 070-999 47 94, alt. monspa47@gmail.com. **senast den 21 januari.**

Ny omgång 2026 - Vattengymnastik på fredagar kl. 13.00 – 14.00 i Allhuset



Nu är det dags för ännu en omgång av den populära vattengympan. Vårens grupp omfattar 10 omgångar och vi startar den 30 januari och slutar den 10 april. Undantag är långfredagen den 3 april. Vi gympar mellan 13.00 – 14.00. Antalet platser är begränsat. Priset är 1 000 kr och betalas till Holmfasts plusgiro nr 51 30 13-3.

Aktivitetsansvarig ledare är som tidigare Liisa Tallqvist, 070-204 83 30. info@liisakroppsjal.se. **Anmälan** till Leif Wretander, tel. 076-265 25 07 alt. wretander.leif@gmail.com.

Nybörjarkursen i bridge börjar i januari

Nu är Gun Westman redo att starta den efterlängtnade kursen i bridge. Med början onsdagen den 14 januari kl. 11.30 januari träffas vi i Ovalen, Allhuset och planen är att kursen ska omfatta 15 onsdagar. Av de som visade förhandsintresse har flertalet redan anmält sig. Alla som är intresserade ombeds att kontakta Gun Westman snarast på tel. 070-246 21 47 eller gun.westman47@gmail.com för anmälan. Du kan även kontakta Ewa Ahlén på tel. 070-373 52 32.

Avgiften är 1 100 kr, och Gun Westman anger hur betalning skall ske.

English Conversation fortsätter i januari

Samtliga som deltog under hösten vill fortsätta även 2026. Vi träffas som vanligt på tisdagar i Ovalen, Allhuset kl. 13.00 under preliminärt 10 veckor med början den 20 januari. Det finns plats för fler deltagare och vi konverserar på engelska efter bästa förmåga och har trevligt tillsammans.

Avgiften är preliminärt 600 kr men beror på antalet deltagare, dock blir den ”överkomlig”. Betalas till Holmfasts plusgiro nr 51 30 13-3.

Kontakta gärna Mike Wiles, tel. 070-650 70 50, alt wilesmike64@gmail.com eller Lars Thuresson, tel. 073-985 09 82 alt. lasse.thuresson45@gmail.com.

Medlemsnytt – imponerande tillväxt!

Vår utveckling med aktiviteter anpassade både för nuvarande, men framför allt ”nya” seniorer har fått ett påtagligt positivt mottagande som återspeglar sig på tillväxten av medlemsantalet. Vid utgången 2025 uppgick antalet medlemmar till 739, en ökning med 27 från årsskiftet. Vi har fått 93 nya medlemmar jämfört med 56 under hela 2024. I budgeten för 2025 var kalkylen 50 nya.

Antalet vänmedlemmar uppgår nu till 89 mot 83 vid årets ingång. Nu hälsar vi december månads nya ordinarie medlemmar välkomna och de är;

- Inga-Lill Englund
- Christina Norrbom
- Göran Johansson
- Gun & Roger Fivelstedt
- Annelie Karlsson
- Eva-Lis Lundqvist
- Peter Johansson
- Anncharlotte Spjut
- Åsa Åberg
- Sture Turstedt

Holmfasthockeyn – stötta SSK och boka biljetter!

Nu har 2025 gjort sitt och SSK kämpar vidare. Avslutade i alla fall 2025 på allra bästa sätt med 2 segrar mot topp-6 lag. Förkrossande 6-2 mot AIK på Hovet och i årets sista match 3-2 hemma mot Oskarshamn.

2026 inleds mot ytterligare ett topp-6 lag, Bofors på bortaplan. Gick inte så bra sist (jag var på plats), utan det blev ytterligare en förlust. Idag är SSK ett helt annat lag och har för fjärde gången vunnit 2 matcher i rad. Låt oss hoppas att det kan bli 3 matcher! Den nya målvakten från Finland, Niclas Westerholm, har gjort det riktigt bra de 2 matcher han har stått i Härenstams frånvaro som för övrigt gör det strålande i junior-VM.

Bokning av matcher, mat hos Calle Aber eller har frågor, gör du genom att mejla mig på holmfasthockeyn@gmail.com. Du kan även bjuda in andra ”seniorer”, närstående eller bekanta, Ange alltid antal biljetter och mat.

Matcherna i januari är:

Onsdag 7 jan, Björklöven
Onsdag 14 jan, Mora
Söndag 18 jan,
Oskarshamn
Onsdag 21 jan, Västerås
Onsdag 28 jan, Mora



Ni måste boka senast 3 dagar innan match.

Jättetacksam om ni i ämnesraden skriver vilken match och datum det gäller. Tack!

Jag önskar både er alla och SSK en riktigt god fortsättning på 2026.

Holmfasthockeyn

gm Kjell Sedin

Samlingspunkt på tisdagar



Varje tisdag kl. 15.00 kan de som önskar träffas på Ritz för "Senioreernas After Work" och har trevligt tillsammans. Ca 16.00 bjuder Ritz på kallskuret antipasti.

Säsongsavslutning - bowling och boule

Det här är två aktiviteter som expanderar och blivit alltmer populära. Båda hade trevliga säsongsavslutningar med tävling och gott att äta. Bowlingen hade gemensam lunch i Bollhallen och boulen dukade upp ett eget julbord signerat av coachen Bengt. Pristagarna i tävlingen framgår nedan.

Vi startar omgående efter nyår och fler är välkomna, det finns plats!



Lunchande bowlare



Pristagare boule

Missa inte våra aktiviteter 2026.

Nu startar en ny säsong och det finns plats för fler deltagare. Tyvärr har vi fått en ökad hyreskostnad och tvingas därför höja vissa avgifter. Här kommer faktauppgifter för samtliga aktiviteter som startar i början av 2026. Det tryckta och kompletta programhäftet skickas ut i februari efter årsmötet.

Här är de aktiviteter som startar början 2026. För mer information hänvisas till aktivitetsansvarig.

Akvarellmålning

Ansvarig Ing-Marie Jedeman, 073-589 83 80, ing-marie.jedeman@telia.com.

Period: 2026: 12 februari – 16 april

Plats: Allhuset

Tid: torsdagar kl. 10.00 – 12.00

Avgift: 200 kr för perioden Tag med material.

Bridge - nybörjarkurs

Ansvarig Gun Westman, 070-246 21 47, gun.westman47@gmail.com.

Period: 2026: 14 januari - 22 april (15 ggr)

Plats: Allhuset, Ovalen

Tid: onsdagar kl. 11.30 – 15.00

Avgift: 1100 kr

Boule

Ansvarig Bengt Arvidsson, 072-150 20 17, bengt.arvidsson73@gmail.com

Period: 2026: 15 januari – 21 maj

Plats: Lillehallen (vid Bollhallen)

Tid: torsdagar kl. 10.00 – 13.00

Avgift: 60 kr inomhus, 20 kr utomhus

Bowling

Ansvarig Mona Spångmyr, 070-999 47 94, monspa47@gmail.com.

Period: 2026: 12 januari – 25 maj

Plats: Bollhallen

Tid: måndagar kl. 10.00 - 12.00

Avgift: 100 kr för 4 serier, klot och skor

English Conversation

Ansvarig Mike Wiles, 070-566 33 32, wilesmike64@gmail.com.

Period: 2026: 20 januari – 14 mars (10 ggr)

Plats: Allhuset, Ovalen

Tid: tisdagar kl. 12.30 – 14.30

Avgift: Prel. 600 kr

Anmäl även till: Lars Thuresson 073-985 09 82

Holmfastkören

Ansvarig Anders Kvist, körens dirigent,
Tel. 070-6815 2 89, anders.kvist42@gmail.com.

Period: 2026: 7 januari – 20 maj

Plats: Allhuset

Tid: onsdagar kl. 10.00 – 12.00

Avgift: 500 kr per termin

Vattengymnastik

Ansvarig Liisa Tallqvist, 070-204 83 30,
info@liisakroppsjal.se.

Period: 2026: 30 januari – 10 april (10 ggr)

Plats: Bassängen i Allhuset

Tid: fredagar kl. 13.00 – 14.00

Avgift: 1000 kr (10 gånger)

Anmälan: Leif Wretander, 076-265 25 07,
wretander.leif@gmail.com.

Linedance

Ansvarig Kerstin Wallén, 076-721 57 67,
kerstinwallen10@gmail.com.

Period: 2026: 20 januari – 9 april.

Plats: Allhuset

Tid: tisdagar kl. 10:00 -11:30

Avgift: 400 kr för perioden

Linedance - fortsättningskurs

Ansvarig: Robert Müller
070-740 10 15, muller.r@telia.com.

Period: 2026: 20 januari – 9 april

Plats: Allhuset

Tid: tisdagar kl. 10.00 – 11.30

Avgift: 400 kr för perioden

Litteratursirkel

Kontaktperson: Gunvor Börjesson,
070-230 44 84, gunvor.borjesson@icloud.com.

Datum: 16 jan, 13 feb, 13 mars, 10 apr, 8 maj

Plats: Allhuset

Tid: fredagar kl. 14.00 – 15.30

Avgift: 100 kr för perioden

Övrigt: Kostnad för litteratur tillkommer.

Gymnastik/Seniorträning

Ansvarig Mait Nilsson, 070-280 29 62,
mait.nilsson@hotmail.com.

Ann-Sofie Askerlöf, 070-231 97 56,
annsofie.askerlof@gmail.com.

Ledare: Liisa Tallqvist, 070-204 83 30
info@liisakroppsjal.se.

Period: 2026: 26 januari – 27 april

Plats: Allhuset

Tid: måndagar kl. 09.00 – 09.45

Avgift: 700 kr för perioden

GYNNA GÄRNA VÅRA SPONSORER

här är några - fler kommer

*När det ofattbara ändå sker
- då finns vi till för er*



Nykvarn - Turinge - Taxinge Begravningsbyrå
Begravningskonsulterna
Bondegatan 4, Södertälje, 08-550 300 80
Järna Begravningsbyrå, Tuna Industriväg 9, Järna. Tidsbokning 08-551 700 40
begravningskonsulterna.se



Blomsteraffären i Pershagen
Nyköpingsvägen 75, 151 39 Södertälje, Tel. 08-550 310 70
Öppet: Mån – Fre 10:00 – 18:00 Lör 10:00-14:00

Interflora  Välkomna!

