

SPF
SENIORERNA

Idun
Danderyd



Medlemsblad

Nr 2 2022

A physiotherapist with long brown hair, wearing a white polo shirt, is assisting a patient with blonde hair. The patient is on a yellow mat on a grey floor, in a quadrupedal position with their left leg extended horizontally. The physiotherapist is kneeling behind the patient, supporting their back and the extended leg. In the background, there are blue and red exercise balls and a white cabinet. A green circle in the top right corner contains the text 'Frikort gäller'.

Frikort
gäller

Kiropraktik, sjukgymnastik, fysioterapi, diestet & arbetsterapi

På Aktivera Kiropraktik & Rehab arbetar vi med patienter både individuellt och i grupp. Kan du av medicinska skäl inte ta dig till mottagningen så gör vi även hembesök. Du behöver ingen remiss för att besöka oss.

**Hemrehabilitering • Hjälpmedel • Handrehabilitering
Artrosskola • Balansskola • Fallprevention**

 **Aktivera**
KIROPRAKTIK & REHAB

Mörby Kontor, Svärdvägen 7C & Bagarbyvägen 61, Sollentuna
www.aktiverarehab.se • Tel: 08-630 09 90

SPF SENIORERNA IDUN DANDERYD

Innehåll i nr 2 - Juni 2022

Ordföranden har ordet _____	4
Rapport från KPR 5 maj _____	6
Iduns undersökning om boende _____	6
Pensionärsradhusen _____	7
Genomförda arrangemang våren 2022 _____	10
Danderydsgeriatriken _____	10
Danderyds flyktingmottagande för ukrainare _____	13
Stadsvandring Norra Stadsholmen _____	16
Besök hos Claes Moser i Vaxholm _____	17
Slottsutflykten i maj _____	21
Kommande program _____	25
Frågestund _____	25
Utflykt till Arboga _____	25
Iduns golftävling _____	27
Skåne i äppeltider _____	27
Aktiv och självständig _____	28
Mats Strandberg från Radiosporten _____	28
Cornelis i våra hjärtan _____	29
Aktiviteter _____	29
Styrelse _____	30
Kommuninfo/viktiga telefonnummer _____	31
Funktionsansvariga _____	32

Redaktör: Christina Thyblad. **Ansvarig utgivare:** Gull Axén
Grafisk form: Erika Hornberger. **Omslagsfoto:** Unsplash.com.
Tryck: Stockholms Lito Grafiska AB, Danderyd.

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Gull Axén

Så har livet nästan återgått till det normala. Våren har varit kall, men när det här skrivs skiner solen och det är uppåt tjugo grader varmt. Pandemin börjar kännas som historia, men kriget i Ukraina är bekymmersamt. Maria Avellán har skrivit om hur det var att arbeta med nyanlända flyktingar i Danderyd under våren.

Vi har haft möte med alla föreningar inom SPFs Stockholmsdistrikt och diskuterade där bl.a. hur vi ska bli fler inom SPF. De flesta av föreningarna tappar medlemmar, så även Idun, det verkar vara en trend att föreningslivet inte längre är lika attraktivt som det tidigare varit. Förbundet har gjort en undersökning bland medlemmar som varit med mindre än fem år. Antalet kvinnor är mer än dubbelt så många som männen, medelåldern i Stockholmsdistriktet ligger på 79 år och en tredjedel av de nya medlemmarna är yngre än 70 år. Nästan 60 % av de svarande hade gått med i SPF efter kontakt med släkting eller vän. Man vill vara med för att ta del av aktiviteter och/eller träffa nya människor. Viktigt är också att SPF bedriver påverkan i för oss viktiga frågor på riks-, regional- och lokal nivå.

Vår lilla undersökning om nuvarande och framtida boende hörsammades tyvärr inte av så många medlemmar, bara 10 % av de som nås av e-post. Du kan läsa lite om undersökningen längre fram i tidningen. Vi fortsätter att arbeta med boendefrågor genom KPR.

Idun är engagerad i processen som pågår för att omvandla Kevvinghuset till trygghetsboende. Vi hoppas kunna bidra med aktiviteter som lockar inte bara medlemmar utan även andra seniorer. Våra resor och utflykter vänder sig dock till medlemmar i Idun och ibland till systerföreningar i NO-sektorn.

Den 18 augusti kommer vi att ha en frågestund med politikerna i Danderyd inför kommande val. Läs mer längre fram i tidningen.

Vi har planerat för aktiviteter i början på hösten, som du kan läsa om längre fram. Så här efter pandemin har vi massor av uppslag, men det tar lite tid

att få saker och ting på plats. Vi försöker genom mail och hemsida att nå ut med information så snart vi har en ny aktivitet.

Jag hoppas du tycker om att det kommer ett nyhetsbrev via mail ungefär en gång i månaden, som komplement till medlemsbladet. Informationen är kanske lite tråkig utan bilder, men budskapet är vad som står i brevet. Vi blir ju lätt översköjda av alla mail som kommer, men jag hoppas du läser de som kommer från Idun.

Hoppas nu att sommaren blir som en sommar ska vara. Skjut undan tankar om stridigheterna i världen och njut av att bo i Sverige under den ljusa årstiden.

BÄSTA MEDLEM!

Vi håller på att uppdatera våra kontaktuppgifter i vårt medlemsregister. Vänligen sänd din e-postadress och ditt eventuella mobiltelefonnummer.

Kontakta oss via e-post:

spf.idun.medlem@telia.com.

Har du tekniska frågor ring 08-755 82 90.

SPF Seniorerna Idun Danderyd

Gabriella Zaunders, medlemsansvarig



RAPPORT FRÅN KPR 5 MAJ

För första gången hölls KPRs möte i Mötestorget i Mörby C, där vi även hade åhörare utöver medlemmarna i rådet.

På svar på vår fråga fick vi statistik över hur många som beviljats plats på vård- och omsorgsboende för åren 2018-2021, dock inte uppdelat på de olika boendena. Vi fick också veta var det finns boende utanför kommunen: Täby, Sollentuna, Lidingö och Österåker.

Fler frågor från Idun: Om remisser inte hinns med att skickas ut till pensionärsorganisationerna via KPR kommer vi att få dem direkt. När det gäller krishantering hänvisades till MSB, myndigheten för skydd och beredskap.

Marie Blad, MAS, informerade om hur man hanterar palliativ vård på LOV-boenden och inom hemtjänsten.

Johanna Hornberger informerade om kommunstyrelsens beslut avseende trygghetsboende och seniorlägenheter. Kommunfullmäktige fattade sedan det slutliga beslutet den 13 maj.

Vi fick en redogörelse för flyktingmottagandet för ukrainare. Syftet med Seniorer i Centrum den 11 maj var ett avstamp för att börja umgås igen. Förtroenderåden har inte kommit igång ännu.

IDUNS UNDERSÖKNING OM BOENDE

På årsmötet i februari fick vi i uppgift att bevaka kommunens hantering av boenden för äldre. Som en del i detta genomförde vi en enkät till de av våra medlemmar som har e-post för att bilda oss en uppfattning om hur det ser ut.

I april skickade vi ut en liten enkät som handlade om hur vi bor idag och hur vi ser på vårt boende framöver. Svarsfrekvensen var inte speciellt bra, bara ca 10 % av de som fick frågorna svarade. Alla har inte svarat på alla frågor.

Av de som svarade bodde idag 40 % i villa, 40 % i bostadsrätt. 15 % bodde i senior- eller trygghetsboende och resten i hyresrätt. Vi fick inga svar från dem som bor på vård-/omsorgsboende. 61 % vill bo kvar, 35 % vill flytta till seniorboende eller trygghetsboende. Av dem som vill flytta ville den övervägande delen flytta inom 5 till 10 år, ganska få ville flytta så snart som möjligt.

Vi bad också om egna funderingar men det var bara 2 % som svarade, och av dessa framgår att man gärna vill bo i närheten av Mörby C, att man önskar fler boende för äldre i Danderyd, att det är viktigt med bra utbildning hos personal inom hemtjänst och på boenden.

Vi kommer nu, bl.a. mot bakgrund av undersökningen, via KPR fortsätta att bevaka att boendefrågorna hanteras med prioritet av kommunen.

RUSTA UPP OCH BEHÅLL PENSIONÄRS- RADHUSEN

Anita Enflo

Det är inte så förvånande att de flesta säger att de vill bo kvar i sina bostäder även på äldre dagar. Det framgår också av den enkät, som Idun skickade ut till sina medlemmar i april 2022. Svarsfrekvensen var dock låg, ca 10 % och det vore ett missbrukande av statistik att använda enkäten som en grund för ställningstagande, lika lite som att använda den kommunala pensionärbostadskön som underlag för beslut när man vet att alternativet lägenheter i radhusform av många valts bort pga otillfredsställande standard och underhåll.

Danderyd har i jämförelse med andra kommuner klarat sig relativt bra under coronapandemin. Det har säkert till stor del berott på att vi bott rätt rymligt och marknära med tillgång till egna uteplatser där vi på behörigt avstånd kunnat umgås med barn, barnbarn, vänner och bekanta. Våra vård- och omsorgsboenden har också klarat sig bra. Tack vare omsorgsfull personal och småskaligt boende.

Det finns all anledning att värna om det marknära boendet även på äldre dagar. Tillgången till en egen täppa, möjligheten att ta sitt morgonkaffe på uteplatsen, lyssna på fågelkvitter och känna grönska under sina fötter är ovärderlig den dag rörligheten blir begränsad och man inte längre orkar ut till sommarstället eller på långa promenader.

Det kan vara attraktivt för den, som bott i villa i hela sitt liv, att vilja bo högt upp i en lägenhet med hänförande utsikt över nejden, och slippa snöröjning och gräsklippning. Dock har problemen med hissar som inte fungerar visat på svårigheter för den som inte längre är så vig att ta sig ut. Det finns allt skäl att värna det marknära senior-/äldreboendet. Rusta därför snarast upp radhusen i Enebyberg och Djursholm så att de blir så attraktiva som de var planerade för.

Även om de flesta vill bo kvar i sitt boende på äldre dar, så är det inte alltid realistiskt. Det kan vara bra att få flytta in på ett vård- och omsorgsboende när hälsan tryter. Det blir lätt ensamt och kan också bli en belastning för de anhöriga. Bevara och rusta därför upp befintliga boenden och uppfyll val-löftena angående Solgården och Ginnungagap. Att avhända sig möjligheten att bygga på dessa attraktiva tomter och i stället fösa de vårdbehövande in på ett utbyggt ”patienthotell” vid Danderyds sjukhus visar på ett obehagligt sätt hur man i kommunen ser på vården av de äldre.

Det har ofta hävdats att de vårdbehövande är i så dåligt skick när de flyttar in att de bor där bara några månader till dess de dör. Men varför inte låta de sista åren bli de bästa. Och det finns de, som bor på sitt vård- och omsorgsboende i flera år. Med god vård och omsorg kan äldreboendet bli en guldkant på tillvaron.

Vi äldre har betalt för vår tillvaro i form av skatter och inbetald pension och skall inte behöva stå med hatten i hand och böna om vår tillvaro. Vi har betalat för våra barn och deras utbildning i upp till 30 år (skolor och Universitet är ju finansierade genom skattemedel) så nu är det vår tur att få njuta frukterna av vad vi lagt ut. Vi skall kunna bo kvar i Danderyd och inte belasta andra kommuner för vår tillvaro.

Vi säljer flest bostäder i Danderyds kommun*

Vi är glada att så många har valt att anlita oss och gjort oss till Danderyds mest anlitade mäklarfirma. Det hade vi inte varit utan nöjda kunder.

Funderar du på att sälja? Kontakta oss redan idag så hjälper vi dig att förbereda din försäljning.

* Enligt Hemnets utbudsstatistik för 2021



Elin Gyltefors
T 070 371 57 20



Sofie Strömqvist
T 072 070 71 21



Jaqueline Söderberg



Johan Palmblad
T 070 569 18 18



Jenny Dunér
T 070 432 63 05



Johan Ekenstam
T 070 855 55 86

GENOMFÖRDA ARRANGEMANG

Danderydsgeriatriken

Anita Enflo

Den 22 mars besöktes Idun av Rakel Beckserius, verksamhetschef för Geriatriken på Danderyds sjukhus, Danderydsgeriatriken. Inför valet 2018 var den hotad och skulle flytta till Sollentuna, som då höll på att byggas ut. Efter protester från bl.a. Idun beslöts det 2018 att Danderydsgeriatriken skall vara kvar på Danderyds sjukhus (2012:2018).

Idag finns det 60 geriatriska vårdplatser dygnet runt. Inläggning sker via remiss från husläkarmottagning, ambulans, närakut, akutmottagningar och vårdavdelningar på andra kliniker. Medelvårdtiden i januari 2022 var 6,93 dygn jämfört med regionalt snitt 6,89, och har sjunkit. Meningen enligt Hälso- och sjukvårdslagen är att alla skall ha rätt till likvärdig vård oberoende av var man bor. Enligt lagens 2 § skall de som har de största behoven ges företräde till vården.

Geriatrisk sjukvård syftar till att minimera de begränsningar i aktivitetsförmåga som uppkommer till följd av sjukdom och åldrande. Fokus ligger på patientens hela situation: den medicinska, funktionella, psykologiska och sociala och bygger på ett teambaserat förhållningssätt. Specifika åldersgränser finns inte utan man utgår ifrån biologisk ålder.

Specialiteten geriatrik bygger på en femårig ST-läkarutbildning. Vid sidan om geriatrisk dygnetruntvård, som finns på alla kliniker finns det också minnesmottagning på de flesta kliniker och extra uppdrag, bl.a. specialistmottagning för komplicerad benskörhet, på ett fåtal kliniker.

Valet av geriatrisk klinik bygger i första hand på patientens eget val och brukar ofta väljas av närheten till det egna boendet. I Region Stockholm finns 15 geriatriska kliniker, varav 7 privatägda, 5 regionägda, 2 stiftelseägda och 1 region + kommunägd (Norrälje tiohundra). Beställarenhet för alla är Hälso- och sjukvårdsförvaltningen. Det kan vara en fördel att verka i närheten av ett akutsjukhus, men ur ett patientsäkerhetsperspektiv anses inte närheten till ett akutsjukhus vara viktig för de allra flesta patienter.

Dock kan närheten till sjukhus vara fördelaktig vid t.ex. dialysbehandling.

Att befolkningen blir äldre behöver inte betyda att det behövs fler vårdplatser på geriatriken. De flesta bor i eget boende, mången gång med stora vård- och omsorgsinsatser. Endast en liten del av befolkningen bor i ett vård- och omsorgsboende. På en geriatrisk vårdavdelning vårdas patienter som har ett försämrat hälsotillstånd men inte behov av akutsjukhusets resurser och är i behov av rehabilitering eller fortsatt behov av vård efter vård vid akutsjukhus. Kostnaden för en vårdplats på en geriatrisk avdelning är något lägre än för en akutvårdplats. Utgångspunkten för vårdbehovet är biologisk ålder, ingen åldersgräns finns. Vårdtiderna är i genomsnitt ca en vecka.

Inför utskrivning kontaktas i första hand respektive vårdcentral och kommunen och detta inom 24 timmar sedan patienten skrivits in på den geriatriska avdelningen. Sollentunageriatriken har fått ett pilotuppdrag som ger möjlighet att i komplicerade fall när så krävs aktivera ett utskrivningsteam med möjlighet till hembesök.

Sollentunageriatriken drivs av Capio och Danderydsgeriatriken av Danderyds sjukhus AB.

Både i slutenvård och öppenvård är det många patienter som kräver en mix av läkarkompetens, omvårdnadskompetens (sjuksköterska, undersköterska, vårdbiträde) och rehabkompetens (sjukgymnast, arbetsterapeut, ibland även logoped, dietist, kurator). Utmaningen utanför sjukhus består i att det ofta blir flera aktörer som behöver samverka väl (husläkare/distriktssköterska – omsorgspersonal i hemtjänst – rehabprofessioner inom primärvårdsrehab) och att olika patienter kan behöva antingen många, eller bara några få av dessa kompetenser. Exakt vad varje enskild patient behöver kan naturligtvis variera stort. Samordnad individuell planering (SIP) är ett viktigt redskap för att säkra att regionens och kommunens insatser täcker aktuella behov utan att överlappa varandra. Det är endast den fasta kontakten i öppenvården, på husläkarmottagningen, som har behörighet att kalla till SIP och grundprincipen är att det skall vara ett uppföljande möte i hemmet för att se till att inget faller mellan stolarna.

Vid den efterföljande diskussionen togs många frågor upp såsom ensamhet,

MONICA HALLSTRÖMS

Hörselklinik

Leg. Audionom



**När testade du din hörsel sist?
God hörsel ger livskvalitet.
Dagens hörapparater
kan hjälpa dig!**

Välkommen till min Hörselklinik på
plan 5 i Mörby Centrum.

Tidsbeställning tel: 072-261 76 00

www.horselklinik.se

Vet dina nära och kära hur du inte vill ha det på din begravning?

*Hallsénus Begravningsbyrå är ett familjeföretag
som grundades 1884. Du hittar oss på följande
platser: Täby, Vallentuna, Akersberga,
City - Odengatan och Lidingö.*

**Fyll i din önskan i Livsarkivet,
hämta det hos oss!**

Vissa vi möter vet precis hur de
vill ha sin begravning. Andra vet
hur de absolut inte vill ha det.
Vet dina anhöriga vad som är
viktigast för dig?

Fyll i dina önskemål i vår folder
Livsarkivet. Du kan hämta det
hos oss, vi hjälper dig gärna med
dina funderingar och frågor.

Varmt välkommen!

HALLSÉNIUS BEGRAVNINGSBYRÅ

Biblioteksgången 2

183 70 Täby

Tel: 08-544 732 80

www.klarahill.se/taby



HALLSÉNIUS

BEGRAVNINGSBYRÅ

palliativ vård, brist på personal, etisk stress hos personalen på grund av strama besparingar och hur det påverkar patienten. Frågor, som är väl värda att fundera över. Vi återkommer i frågan och tackar Rakel Beckserius för ett intressant och professionellt väl underbyggt föredrag.

Danderyds flyktingmottagande för ukrainare

Maria Avellán

Danderyd kunde ställa iordning 100 sängplatser för ett tillfälligt boende för de Ukrainska flyktingarna. Lokalen som togs till anspråk blev Norrängsgårdens gymnastiksal. Detta skedde mycket snabbt och det var då FRG (Frivillig Resurs Grupp) kallades in. Jag var en av dom.

Helgen 12-13 mars började iordningställandet av boendet. Röda Korset gick ut med förfrågningar till allmänheten om att skänka saker. Sängar, barnvagnar, barnsängar, leksaker, kläder, sängkläder, ja allt man behöver om man inte hunnit få med sig något. Snart var det kö utanför Norrängsgården med människor som ville skänka det som efterfrågades!

Kommunens civilsamhällssamordnare Linnea Sveide gjorde ett fantastiskt arbete med att sammanföra alla volontärer och andra frivilliga som ville skänka saker. Hon var hela tiden spindeln i nätet.

Bara under denna helg kom det in över 100 sängar av olika kvalitéer. En möbelfirma i Djursholm skänkte tre splitter nya sängar samt en hel soffgrupp. En hel del resårsängar typ gästsäng fick vi in och de kunde senare användas för barn. Kanske inte så roligt att sova i en sådan säng flera nätter i rad. Folk handlade nya lakan, nya underkläder och det kom in hur mycket hygienartiklar som helst! Det var fantastiskt att se hur Danderydsborna ställde upp, vilket man även gjorde 2015 då Syrier och Afghaner kom. Då hade vi ett boende på den nedlagda förskolan Pärlan i Djursholm.

Boendet skulle stå klart att användas från 14 mars. Elisabeth Kihl anställdes som platschef vilket hon även varit på Pärlan 2015.

Det dröjde ytterligare en vecka innan Migrationsverket ringde och sa att

nu skickar vi en buss med 58 personer. De kom mitt i natten med buss från Karlskrona dit färjan från Polen anläppt.

Som volontär blev mitt uppdrag att finnas till hands. Försöka fråga om de ville något, behövde något osv. Jag fick lära mig att använda Googles översättsapp och det fungerade hyfsat. Kunde inte bli några längre konversationer på det viset men en viss kontakt fick vi ändå med varandra.

Vi var två från FRG som jobbade 8 timmarspass. 8-16 eller 16-24 eller nattpass 24-8. Vi hämtade frukosten åt dom som levererades från Eleverket intill. Vi gick med dom till Vasaskolan där dom fick lunch och middag serverad. En ganska lång promenad för de äldre som hade svårt att gå, men det gick bra!

90% av de som kom var kvinnor. Många barn, det yngsta som jag såg var bara fyra månader och de äldsta tonåringar. Många har tre barn. Det är tydligen normen i Ukraina att ha tre barn och ha en mamma och en pappa. Några äldre främst kvinnor som följt med sina döttrar och barnbarn. Några äldre män över 65 och även några yngre som kunnat följa med antingen för att de var familjeförsörjare för fler än tre barn eller hade någon skavank som gjort att de inte godtagits av armén.

Det som förvånade mig var att det även kom husdjur! Under den tid som jag var där fanns två små hundar och fyra katter. Tydligt väller det in husdjur från Ukraina. I Nynäshamn finns volontärveterinärer och djursjukvårdare på plats. Dit anländer också färjor från Polen. De har eller snarare ska ha kollats av veterinär i Polen och ha med sig intyg därifrån att de främst är rabiesvacinerade då rabies är vanligt förekommande i Ukraina.

Katter i Ukraina har man inomhus. Man släpper inte ut dom som vi gör. Det finns förstås undantag. Har man en bondgård har man lagårdskatt förstås. Alla som kom nu var från Kiev eller områden intill. Några kom från andra större städer i östra Ukraina. Ingen kom från landsbygden. På Norrängsgården fick katterna sitta inne i sina burar hela tiden. Jag tyckte så synd om dem, men de klagade inte. De hade kattlåda bredvid sängen där matte sov. Hundarna däremot kunde springa lite fritt när de kände sig trygga. Det gick förvånansvärt bra.

Efter ca 10 dagar fick de första 28 ett nytt boende i Flen där de skulle få möjlighet till bättre boende. Jag vet inte exakt vad det blev men ev. hotell där de familjevis kunde få ett hotellrum med egen toalett. Mycket är ännu oklart från Migrationsverket. Idag gäller 1 års uppehållstillstånd och arbetstillstånd. Det flyttade även ut familjer som på något vis ordnat med eget boende och arbete. Många är driftiga och löser sin situation mycket bra.

När det flyttade ut personer blev det vår uppgift att bädda rent till nya gäster. Plötsligt stod jag där med uppgiften att bädda 28 sängar! Först tänkte jag hur ska jag orka det som gammal pensionär? Men det var enkelt. Jag mobiliserade några damer som blev jätteglada att få hjälpa till. Så mycket enklare att bädda en säng om man är två! Överhuvudtaget hade de en mycket positiv attityd att vilja hjälpa till och inte vilja ligga till last. Det är också ett sätt att skingra dystra tankar.

Jag beundrar verkligen dessa Ukrainare som tvingats fly sitt land och se så många dödas och hus som bombats och klara av en ofta lång bussresa med några uppehåll i Polen. En del hade varit på ett stort uppsamlingsläger utanför Warszawa några nätter. Där fanns 4.000 sängplatser i en mässhall.

Trots allt umbärande behåller de lugnet och humöret. Inget bråk, värdigt uppträdande och barnen är också väluppfostrade och leker tillsammans trots att de inte känner varandra. Inte ens dom bråkar med varandra. Tonåringarna hittar varandra och spelar kort på kvällarna, tar lite promenader och inget stök alls. Flera är också aktiva på dagarna och åker in till Stockholm, går på museum eller bara promenerar omkring. Det är ju människor som är delvis resvana och har sett flera delar av Europa förut. På det sättet skiljer de sig mycket från flyktinggruppen från Mellanöstern som levt i ett annat århundrade, med helt andra vanor.

Jag är stolt FRG volontär som fått vara med om denna insats och som berikat mig och min syn på mina medmänniskor. Nu är mitt uppdrag slut. Kommunen har kunnat anställa ukrainsktalande personal som hjälper till. En vårdcentral har ställt upp med en psykolog 1 timme i veckan på grupp-samtal för dem som vill delta.

Jag gick med i FRG då jag blev pensionär 2015 och har haft några andra

uppdrag. Det har gett mig nya erfarenheter och nya vänner. Är du intresserad av FRG så ta gärna kontakt via www.danderyd@civil2.se. Vi kommer att ha en utbildning till hösten. Du får lära dig lite om krishantering, krisberedskap och första hjälpen. Kursen innehåller 36 timmar förlagda på lite olika dagar.

Stadsvandring Norra Stadsholmen

Mariann Widlund

Tisdagen den 26/4 träffades vi, 12 deltagare, på Riddarhustorget för att gå en stadsvandring i Gamla Stans norra del med guiden Linnéa Sallay. Linnéa började med att berätta om Riddarhusets tillkomst 1674 på den, för tiden, absolut finaste adressen. Intill hade vi sedan det magnifika Bondeska Palatset som blev färdigt året innan och där numera Högsta Domstolen är inrymd. Intill statyn av Lars Johan Hierta fick vi en resumé av hans livs gärningar. Att han betytt mycket för svenskt näringsliv och för den fria pressens grundande var det nog flera som kände till men att det var tack vare honom som husagan kom att avskaffas var det nog inte lika många som visste.

Vi tittade på huset där Fredman bodde på fjärde våningen då han fortfarande var hovurmakare och en skötsam man. Sedermera hamnade han i "rännstenen" och fick flera av Bellmans epistlar uppkallade efter sig. Många vackra och intressanta fasader beundrades samtidigt som vi fick ta del av deras historia. Linnéa gjorde sitt bästa för att vi skulle få stå i solen, denna vackra men något kyliga dag, medan hon berättade om Gamla Stans tillblivelse och förändring genom tiderna.

Vi avslutade med lunch på restaurang Kaffegillet där vi satt i ett källarvalv som en gång varit anslutet till Storkyrkans valv. Linnéa, som också är operasångerska, underhöll till kaffet med sång och musik i flera olika kostymer. En trevlig och mycket lärorik dag.

Besök hos konstexperten och konstsamlaren Claes Moser i Vaxholm den 25 april



I underbart vårväder fick vi en fantastisk intressant och personlig föreläsning av Claes Moser i hans privata hem Villa Akleja. Han berättade om sina tappra försök att få köpa Villa Akleja där hans favoritkonstnär J.A.G. Acke bott med sin familj tidigt 1900-tal. Här har alla våra nationalkonstnärer varit på kalas, Bruno Liljefors, svärfar Zacharias Topelius, Anders Zorn, Verner von Heidenstam, Albert Engström, Prins Eugen och många fler.

Villan är kulturmärkt sedan 1980-talet. Börje Salming, ishockeyspelare, köpte villan och renoverade upp den, då den i princip var ett ruckel. Han sålde dock vidare till en annan familj 2004 och först 2014 fick Claes Moser möjlighet att köpa villan med sin hustru Sanna Evers, även hon konstexpert och smyckesdesigner.

Det var inte lätt för Moser att kunna köpa villan men han kunde finansiera det genom att sälja sitt älskade sommarställe på Ljusterö. Nu har han en fantastisk konstsamling i sitt hus med över 200 verk. Ett 60-tal är av Acke men han har även Bruno Liljefors, Richard Bergh och andra kända nordiska konstnärer från tiden runt sekelskiftet 1800/1900-tal.

Claes pappa ville att sonen skulle bli civilekonom och tvingade in honom på Handelshögskolan! Claes gjorde sitt bästa för att misslyckas med ekonomistudierna och till slut tog det slut och han kunde ägna sig åt sitt stora konstintresse. Vi känner honom också som en av de mest förekommande antikexperterna i TV:s Antikrundan.

Välkommen till en riktig inredningsbutik

Besök vår unika butik som är fylld med snygga möbler, mattor, lampor, tyger och inspiration.

Inredningsuppdrag

Vi ger dig hela inredningsförslag med möblering, tygval samt färgsättning eller fungerar som bollplank för dina idéer.

Egen syateljé och tusentals tyger

Vi har ett av Sveriges största tygrum med ett urval från världens alla tyghus. Det stora tygsortimentet gör att du kan få din alldeles egna unika möbel eller måttsydda gardiner.

Hitta mer information och din närmaste återförsäljare på vår hemsida www.englishon.se

Öppettider

Mån - Fre 11-18

Lördag 11-16

Söndag 11-15

Adress

Englesson & Company
Danderydsvägen 69, Djursholm
+46 8 755 56 60
mobelbutiken@englesson.com

Englesson
MÖBEL



& Company
BUTIKEN

Konstnären Acke dog i brusten kroppspulsåder i huset 1924. Claes drabbades av ett liknande tillstånd 2021 i samma hus! Kusligt sammanhang. Claes klarade sig på håret och är nu fullt frisk igen.

En rolig historia som Claes berättade handlade om att när han som ung student köpte en osignerad tavla i en konsthandel för att han tyckte om den, se bild. Han fick en utskällning av sin far när han kom hem med den. Fadern var konstkännare. Man köper inget osignerat konstverk sa han! Dessutom hade Claes köpt den för sitt studielån! 265:- kostade den. Studielånet ska gå till litteratur ansåg fadern. Senare kunde Claes forska fram att det var en målning av Acke föreställande hans son Faust som barn! Plötsligt ökade den markant i värde och Claes steg i faderns anseende!

Vi fick också en föreläsning av hustrun Sanna om den danska konstnären Marie Krøyer som levde ett komplicerat liv med Hugo Alfvén och slutade måla, la undan alla sina verk på en vind. Först efter hennes död blev dom uppmärksammade och hon fick ett postumt erkännande som en av de stora Skagenmålarna.

Sanna vill lyfta fram denna kvinna som hade ett dåligt självförtroende och kunde inte hävda sig bland de stora manliga Skagenmålarna. Sanna vill framhäva att Marie Krøyer var en mycket skicklig konstnär som är värd all uppmärksamhet. I Villa Akleja finns en samling av Marias tavlor som Claes Moser lyckats köpa in av en slump. Nu ska den samlingen till Skagen museet på en utställning i sommar.

Vi bjöds också på kaffe, smörgås och kaka och kunde sitta ute i deras vackra trädgård med utsikt över Vaxholms fjärden i glittrande solsken! Trädgården var ursprungligen anlagd av Bergianska trädgården med ett flertal exotiska träd utöver fantastiska gamla fina ekar. Nu var inte paret Moser särskilt trädgårdsintresserade. De har försökt få SVT att göra ett trädgårdsprogram om trädgården så den kan bli bättre anlagd! Kanske vi får se ett sådant TV-program framöver!

Slottsutflykten i maj

Gull Axén

En solig vårdag i början på maj gjorde vi en fantastisk utflykt till två av våra vackra slott i närheten av Stockholm. 26 medlemmar från Idun hade sällskap av 12 medlemmar från SPF-föreningen på Lidingö.

Första stoppet var Ekolsund, där vi började med en kopp kaffe i värdshuset som är inrymt i ett gammalt stenhus. I Källaren hade man inrett de gamla tegelvalven från 1200-talet till en bar med vinkällare, flygel och sköna fåtöljer, men vi drack kaffe en trappa upp där väggarna var både grov-huggna timmerplankor och fint målade tapeter.



Efter kaffet vandrade vi upp till slottet mellan blommande vitsippsbackar och möttes av slottsfrun Elin i tidsenlig klädsel som sedan guidade oss igenom det vackra 1700-talsslottet. Hon berättade livfullt om slottets historia och visade bl.a. det vackra fågelrummet och drottningens sängkammare där drottningen kunde titta på sin make Gustaf III på ett porträtt mellan fönstren mitt emot sängen som stod mellan ett par vackra Mariebergskakelugnar. Gustav III fick slottet som dopgåva och använde det som sommarresiden, men sålde det i samband med att han byggde upp Haga.



Det består av två "flyglar" med en excedra (halvrund byggnad) däremellan. Slottet är privatägt och den nuvarande ägaren heter Raija Olin, som lagt ner mycket tid och omsorg att återställa det till sin forna prakt. Det finns också ett arboretum med över 400 olika trädsorter. Ett fantastiskt slott som används till både bröllop och filminspelningar.

Sedan gick färden vidare till Skokloster, där vi började med lunch i det som var det gamla grovköket. Det var Carl Gustav Wrangel som lät uppföra det på 1600-talet och det är ett stort slott och mycket välbevarat. Vi gick igenom paradvåningen med den praktfulla matsalen som var dukad med en





steckt svan med utbredda vingar och huvud och hals kvar som om den fortfarande var levande. På bordet stod också en skål gjord av socker full med marsipanfrukter. Över bordet hängde en glaskrona tillverkad i Stockholm och som hängt där sedan den hängdes upp på 1600-talet på en krok som ser ut som en eldsflamma ur en drakes mun från det rikt utsmyckade taket i stuckatur. Vi var också upp på den översta våningen där det finns en enorm vapensamling sedan Wrangels tid, orörd sedan dess. Sist var vi också uppe i vad som skulle blivit Riddarsalen men som aldrig blev färdig, en byggarbetsplats från 1600-talet. Slottet ägs numera av staten och är museum men har efter Wrangel ägts av bl.a. ätten Brahe under flera hundra år. Det finns mycket sevärt i slottet som absolut var värt besöket.

Sedan bjöds vi på konsert av vår reseledare och guide, Linnéa Sallay, som förutom att vara guide och reseledare också är operasångerska och violinist. Konserten framfördes i kyrkan bredvid Skokloster, som är en klosterkyrka byggd på 1200-talet, när det fanns ett kloster med nunnor som tillhörde cistercienserna.

På hemvägen stannade vi till vid Stenladan vid Steninge slott, där det smakade bra med en kopp kaffe. Under Mickes fina körning av bussen kom vi så hem till Danderyd igen efter en fin dag med mycket historia och vackra upplevelser.



Vår erfarenhet och kunskap är din trygghet

Varje människa är unik.
Låt det synas i ert sista avsked.
Vi på Danderyds Begravningsbyrå hjälper
till i alla steg att utforma en vacker
begravning, precis som ni vill ha den.

Välkommen in så berättar vi mer.

Golfvägen 4, Danderyd | T-bana Mörby Centrum
08-755 71 43 | www.danderydsbegravningsbyra.se



Lotta Rensfeldt

ERBJUDANDE!

20%

på hela vårt ordinarie sortiment till
SPF-medlemmar. Varmt välkomna!



Mörby C • Tel: 08-755 10 38 • www.lundbladsherrmode.se
Vardagar 10.00-19.00 • Lördag 10.00-16.00 • Söndag 12.00-16.00

KOMMANDE PROGRAM

Frågestund med politiker

Den 18 augusti bjuder SPF Idun Danderyd tillsammans med lokalavdelningen av PRO in representanter från de politiska partier som är representerade i Danderyd till en frågestund. Vi kommer att ställa frågor som är angelägna för oss seniorer. Vi kommer att vara i Mötestorget i Mörby C kl 13.00-15.00. Våra frågor:

1. Vilka satsningar för oss äldre kommer ert parti att driva under nästa mandatperiod?
2. Idag är det över tjugo år sen det byggdes ett vård- och omsorgsboende i Danderyd och trettio år sen det byggdes ett seniorboende. Kommunen har för närvarande inget eget korttidsboende/ avlastningsboende. Vad vill ert parti göra åt detta?
3. På vilket sätt tycker ni att kommunen ska stödja pensionärsorganisationerna under nästa mandatperiod för det viktiga arbete de utför? Hur arbetar ert parti för fler möteslokaler för seniorer i Danderyd?
4. Ensamhet är för många ett stort problem. Vilka förbättringar/insatser är ditt parti beredd att medverka i, för att motverka ensamheten för seniorerna i Danderyd?
5. Vad kan ert parti göra för att förbättra trafiksituationen för seniorer? Många seniorer upplever otrygghet p.g.a. cyklisterna, elsparkcyklar, dålig snöröjning på vintern etc.

Utflykt till Arboga

Välkommen på en gruppresan till medeltidsstaden Arboga. Arboga är en inspirerande plats med en fantastisk historia som känns levande än i dag, inte minst i den välbevarade stadskärnan som är klassad som riksintresse. Vi besöker bryggerimuseum, bl.a. Sveriges enda bevarade träbyggnad och gör en historisk stadsvandring med guide. Vi äter lunch på restaurang



FRID

BEGRAVNING



Vi är ditt stöd inför, under och efter begravningen.

Omtanke ● Värme ● Värdighet

Jour hela dygnet - 08-755 87 00

VENDEVÄGEN 11 - DJURSHOLM
FRIDBEGRAVNING.SE

Ågården och får vårt eftermiddagskaffe på Cafe centrum som ligger på stora torget. Innan hemfärden får vi också lite egen tid.

Resan går den 6 september från Danderyds kyrka kl. 9.00 hemkomst ca 18.00. Pris 500 kr/ person för medlem,

600 kr för gäst. Anmälan senast 1 augusti till spf.idun@gmail.com eller tel 08 755 82 90. Betalning till bg 5314-8979.



Idungolfen

Idungolfen spelas traditionellt även i år på Djursholm GKs 9-hålsbana. I år blir det den 7 september. Ni som varit med tidigare kommer att få en inbjudan som vanligt. För er som är intresserade av att vara med skicka ett mail till: lars.reuter@telia.com.

Välkomna till en rolig golfträff och hösttävling!

//Lars Reuter



Skåne i äppeltider 30 september, bussresa 3 dagar

Tillsammans med våra systerföreningar i Nordostgruppen har vi en resa till Österlen som är så starkt förknippat med äpplen, fantastiska vyer över böljande landskap och havet som aldrig är långt borta. Turen till Österlen går av stapeln en vecka efter avtäckningen av äppeltavlan – då är den fortfarande lika vacker, men vi slipper trängas. Äppeltavlan är ett storslaget konstverk som har skapats av 35 000 äpplen.



Vill du veta mera så hör av dig till spf.idun@gmail.com, så skickar vi mer information. Senaste dag för anmälan 30 juni.

Aktiv och självständig

För att kunna vara så aktiv och självständig man själv önskar hela livet är det mycket viktigt att tänka till innan en olycka händer. Man tror inte att det ska hända en själv men plötsligt kan det ske ändå- man råkar ut för ett fall som kan vara början till att man inte längre kan leva som man själv önskar. Följden kan bli att man blir beroende av andra samt blir begränsad i vad man klarar av.

Anna Skaring och Sofia Biderholt från Säker Senior kommer till oss tisdagen den 4 oktober kl 14.00 och berättar för oss hur man ska göra. Kostnad 100 kr för medlem, 130 kr för gäst. Anmälan och betalning senast 30 september till spf.idun@gmail.com bankgiro 5314-8979.

Mats Strandberg, radiosportens smattrande ordkulspruta

Kom och lyssna på Mats, sportjournalist, komiker och imitator. Han kommer till oss tisdagen den 11 oktober. Kostnad 100 kr för medlemmar, 130 kr för gäster. Anmälan och betalning senast 7 oktober till spf.idun@gmail.com, bankgiro 5314-8979.

Cornelis i våra hjärtan

Guldornen ur Cornelis Vreeswijks visskatt och den dramatiska berättelsen om en av vår tids största poeter och mest folkära artister. Detta framförs av visartisten Mikael Edfelt - berättare, vistolkar och sångare, som med sin totala hängivenhet i sångerna och berättelsen, ger publiken en oförglömlig livshistoria och musikupplevelse!

Tisdagen den 25 oktober kl 14.30
Kevinge Vårdshus Edsviksvägen
1A. Pris för medlem 200 kr, 230 för
gäst. Anmälan och betalning senast
18 oktober till spf.idun@gmail.com, bg 5314-8979.



AKTIVITETER

Bridge

Torsdagar Edsviksvägen 1A kl. 13.00. Kontakt Åsa Orrgård.

Onsdagar i Enebyberg (Träffpunkt Enebyberg) Man spelar kl 10.30 till c:a 15.00 med lunch emellan. Kontakt Matts Groop 070-675 65 33.

Nybörjarkurser erbjuds av Norrorts Bridge i Täby. Kontakt Leif Tärnström 0722-523 549, leif.tarnstrom@gmail.com.

Boule i Enebyberg

Nytt från hösten 2021. Nu kan man spela boule i Enebyberg. Onsdagar kl 14.00 när vädret tillåter. Kontakt Maria Avellán.

Seniormötesplats

En seniormötesplats har öppnats i Mörby C. Den är öppen på måndagar kl 14.00. Man kan få hjälp från kommunen i vissa frågor och få en kopp kaffe.

Golf

Huvudsakligen Idungolfen i september. Kontakt Lars Reuter.

Promenader

Torsdagar kl 10.00, olika startpunkter. Kontakt Gull Axén.

STYRELSE

Ordförande

Gull Axén	gull.axen@telia.com	070-472 91 71
-----------	--	---------------

Vice ordförande

Torsten Sjögren	sjogren.torsten@telia.com	070-627 24 45
-----------------	--	---------------

Kassör

Mats Nilsson	mats.nilsson@hudlakargruppen.se	070-890 03 96
--------------	--	---------------

Sekreterare

Ingrid Erneman	ierneman51@gmail.com	070-864 06 25
----------------	--	---------------

Medlemssekreterare

Gabriella Zaunders	spf.idun.medlem@telia.com	070-752 30 36
--------------------	--	---------------

Programansvarig

Maria Avellán	avema@telia.com	073-618 67 43
---------------	--	---------------

Viktiga telefonnummer för dig som är äldre i Danderyd

Socialförvaltningens växel	08-568 910 00
Anhörigkonsulent/Demenssamordnare	568 911 19
Anhörigkonsulent	568 919 26
Avgifter äldreomsorgen	568 911 22
Biståndshandläggare	568 910 00
Bostadsanpassningsbidrag	568 911 25
Fixare	568 911 37
Färdtjänstansökan/Riksfärdtjänst	568 911 35
SeniorDirekt	568 910 00
Samordnare Civilsamhälle (Volontärer)	568 919 83

Arbetsterapeuter:

Aktivera Rehab	630 09 90
Danderyds Rehab	587 543 57
MåBra Hälsa	544 992 90

Röda Korset	753 47 14
-------------	-----------

Seniorträffar:

Idala Seniorträff, Stocksund	85 90 60
Mörbygårdens vänner	755 24 48
Träffpunkten Seniorer, Enebyberg	568 919 28
Aktivitetssamordnare Kevingehuset	568 911 74



Ledamöter

Anita Enflo	anita.enflo@gmail.com	070-521 48 24
Yvonne Falk	y.falk@telia.com	070-261 45 20
Owe Svantegård	owe.svantegard@gmail.com	073-755 41 07

FUNKTIONSANSVARIGA

Redaktör & annonsansvarig

Christina Thyblad	christina.thyblad@telia.com	073-021 61 54
-------------------	-----------------------------	---------------

Webbansvarig

Ingrid Erneman	ierneman51@gmail.com	070-864 06 25
----------------	----------------------	---------------

KPR-ledamöter

Gull Axén, <i>ord</i>	gull.axen@telia.com	070-472 91 71
Gabriella Zaunders, <i>ord</i>	spf.idun.medlem@telia.com	070-752 30 36
Owe Svantegård, <i>suppl</i>	owe.svantegard@gmail.com	073-755 41 07
Ingrid Erneman, <i>suppl</i>	ierneman51@gmail.com	070-864 06 25

Representant i Sjukvårdsgruppen

Anita Enflo, <i>sammank</i>	anita.enflo@gmail.com	070-521 48 24
-----------------------------	-----------------------	---------------

Programgrupp

Maria Avellán, Yvonne Falk, Gull Axén

Redaktionsgrupp

Christina Thyblad, Gull Axén, Torsten Sjögren, Owe Svantegård

Bridge

Åsa Orrgård	asa.orrgard@outlook.com	076-633 20 72
-------------	-------------------------	---------------

Golf

Lars Reuter	lars.reuter@telia.com	070-764 49 70
-------------	-----------------------	---------------

Boule

Maria Avellán avema@telia.com 073-618 67 43

Promenader

Gull Axén gull.axen@telia.com 070-472 91 71

Rättsombud

Tom Thyblad tom.thyblad@telia.com 070-300 98 65

Revisorer

Marie Gadd, *ord* marie.lc.gadd@gmail.com 070-554 81 87

Else Söderberg, *ord* else.soderberg@gmail.com 070-779 88 76

Ann-Charlotte Sillén, *suppl* annch.sillen@gmail.com 08-755 41 92

Ingrid Forsberg, *suppl* ingrid.bvl.forsberg@gmail.com 070-734 53 91

Valberedning

Tom Thyblad, *sammank* tom.thyblad@telia.com 070-300 98 65

Vera Håkansson hakansson52@hotmail.com 076-050 77 01

Erik Rossander erik.rossander@telia.com 070-887 75 03

Åsa Orrgård asa.orrgard@outlook.com 076-633 20 72

ÄLDRETELEFONEN 
020-22 22 33

Vår stödtelefon riktar sig till äldre som mår psykiskt dåligt. Välkommen att ringa när du vill prata om dina problem. Äldretelefonen är öppen kl 10.00–15.00 alla vardagar.

SPF SENIORERNA IDUN

Kansli	Edsviksvägen 1 A 182 57 Danderyd 08-755 82 90
E-post	spf.idun@telia.com
Medlemsärenden	spf.idun.medlem@telia.com
Anmälningar, program	spf.idun@gmail.com
Medlemsavgift	265 kr/år 2022, 285 kr/år 2023 Betalas efter erhållen faktura, inte till Iduns bankgiro.
Vänmedlemmar	75 kr/år
Bankgiro	5314-8979

Nästa medlemsblad utkommer i
september och december.

Vår hemsida nås via www.spfseniorerna.se/danderydidun.

Din försäkring hos Skandia genom SPF

Har du några funderingar kring försäkringen du tecknat i
och med att du är medlem i SPF så kontakta Skandia
på 0771-16 60 60 eller spfseniorerna@skandia.se.

Nu finns vi nära dig!

Vi som arbetar på Attendo är engagerade vårdbiträden och undersköterskor. Vi arbetar efter att du ska ha möjligheten att styra din tillvaro efter dina önskemål och behov.

Vår strävan och ambition är att underlätta och stötta dig i din vardag för att möjliggöra att du kan bo kvar hemma så länge som möjligt.

För oss är det viktigast att du känner dig trygg och respekterad. Du blir tilldelad en kontaktperson som du och dina närstående kan vända er till vid frågor, synpunkter och funderingar.

Kompetens, Engagemang och Omtanke.



Hemtjänst sedan 1985.

Vi erbjuder även hushållsnära tjänster.
Vi finns här för dig, ring oss redan idag.

Attendo 

Omsorg på ditt sätt

Adress: Svärdvägen 29, Danderyd
Tfn 076-001 31 52 | Danderyd@attendo.se
Följ oss på Facebook: Attendo Hemtjänst Danderyd

~~SPF Idun
Edsviksvägen 1 A
182 57 Danderyd~~



Din fastighetsmäklare i Danderyd

Välkommen att kontakta oss!



Vincent *F*orssbeck

Danderyds mest anlitade mäklare sedan 1971.
Danderyd, Djursholm, Stocksund och Enebyberg.

Golfvägen 5, 182 31 Danderyd • Tel: 08-755 17 00 • www.vincent.se