

Kära SPF:are i Arvika

Äntligen!

Nu känns det som att begränsningarna som vi upplevt de senaste åren börjar släppa sitt tag om oss. Även om vi är medvetna om Coronan som fortfarande lurar i bakgrunden så kan vi börja umgås igen!

Det har varit två svåra år som Birgitta med en mycket aktiv styrelse lyckats hålla igång föreningen och planera framåt trots svåra restriktioner. Bra gjort!

När jag nu som ordförande tar över denna aktiva styrelse samtidigt som livet återgår till det normala ser vi stora möjligheter för ett spännande 2022.



Föreningen har en ekonomi i balans och många aktiviteter planeras resten av året. Det är med stolthet som vi i styrelsen kan presentera programmet för resten av 2022. Hemsidan är uppdaterad och ger er löpande aktuell information!

Birgitta Frödin och Anki Rülcker kommer fortsätta att bevaka våra gemensamma intressen i kommunens pensionärsråd och jag tar mig an en liknande roll i region Värmland.

Hör av er med synpunkter på vad kommun och region kan göra för att underlätta vår vardag och berika vårt liv!

Med de varmaste hälsningar



VÄLKOMMEN TILL SPF SENIORERNA JÖSSEBYGDEN 2022!

SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden intresseorganisation, som är öppen för alla personer som har rätt till pension i Sverige, oavsett ålder. Organisationen som är Sveriges äldsta för pensionärer grundades 1939, och den är verksam på tre nivåer: på riksnivå, distriktsnivå samt på lokalnivå.

Syftet med organisationens verksamhet är tvådelat:

- Att påverka lokal-, regional- och rikspolitik, samt samhället i övrigt i en riktning, som gynnar seniorer.
- Att på lokal och regional nivå erbjuda medlemmarna ett intressant utbud av aktiviteter för att bidra till att öka livskvaliteten för seniorer som vill leva ett aktivt liv.



Vår lokala förening, SPF Seniorerna Jössebygden, grundades i Arvika 1973, och har i nutid cirka 310 medlemmar. Vår vanligaste mötesplats är lokalen Korpralen, som syns på bilden.

Vi söker tillvarata våra medlemmars intressen vad gäller kunskaper, resor, utflykter, studiebesök och olika kulturella aktiviteter. I samband med anordnande av

olika kurser, studiecirklar etc., har vi ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Vi erbjuder fysiska aktiviteter och gemenskap i form av gemensamma promenader eller cykelturer, alltefter efterfrågan, och vi håller våra regelbundna månadsmöten, med tillfälle till trevlig samvaro med både gamla och nya vänner, underhållning och förtäring!



Under hösten 2019 påbörjades även en samverkan med vår grannförening, SPF Seniorerna Edabygden, och detta har sedan dess fortsatt. Vi stämmer av våra planerade aktiviteter med varandra, och vi bjuder in varandras medlemmar till olika aktiviteter, i mån av plats och möjlighet!

När det gäller seniorers livsvillkor på kommunal nivå utgör föreningen en referensgrupp inför olika beslut, genom att aktivt delta i kommunens Pensionärsråd, KPR. Vi har även ett samarbete med andra pensionärsföreningar i olika frågor, på kommunal nivå.

Mer information om kontaktuppgifter för vår förening Jössebygdens styrelse och funktionärer, föreningens stadgar, samt olika dokument från årsmöte och andra styrdokument finner du under olika flikar, på vår hemsida, www.spfseniorerna.se/arvika. Här finns förstås även all den senaste, aktuella informationen om våra möten och aktiviteter!

En mycket bra nyhet för i år, för enkel och snabb väg till all information, är SPF-appen för mobiler! Ladda ned appen på AppStore eller GooglePlay, sök vår förening Jössebygden, och sedan får du en notis i din mobil så snart en nyhet presenterats på hemsidan, med direktlänk!! Du får nyheter från vår förening, och även från distriktet och från förbundet, om du så vill! Väldigt bra!

Även SPF Seniorerna Värmlandsdistriktet anordnar olika utbildningar, temadagar, resor och andra aktiviteter, och förbundet gör ett omfattande arbete på riksnivå. Läs mer på www.spfseniorerna.se/distrikt/varmlandsdistriktet, resp. www.spfseniorerna.se.

Förbundets arbete på riksnivå kan även följas i tidningen Seniorens. Som medlem får du denna tidning 9 nr/år. Med medlemskapet följer även erbjudanden om olika rabatter, exempelvis försäkringar. Medlemsavgiften för 2022 är oförändrat 280 kr/år. Av denna summa får vår lokala förening behålla 80 kr. Distriktet får 40 kr, och resterande 160 kr går till förbundet centralt.



STYRELSEN SPF Jössebygden 2022

Hemsida spfseniorerna.se/arvika

Swish 123 674 59 54

Bankgiro 5707-3991

Ordförande

Jan Rülcker 079-692 60 34 jan@rulcker.se

Sekreterare

Maria Cavallin Paulson 070-3720132 comfortikarona@gmail.com

Kassör

Gunvor Hermansson 070-5425058 g.hermansson@live.se

Ordinarie ledamöter

Lars-Erik Eld 070-342 59 97 eldlarserik@gmail.com

Ulla Johansson 070-238 60 82 ulla.tord@live.se

Margot Malmstedt 070-571 89 87 magritten@hotmail.com

Hans Palmqvist 070- 3411056 hanspalmqvist620@gmail.com

Annelise Paulsen 070-48 21 620 slapn@me.com

Margareta Tigér 076-771 9286 mtiger@live.se

Programkommitté

*Ulla Johansson, Margareta Tigér,
Hans Palmqvist samt Margot Malmstedt*

Medlemssekreterare

Gunvor Hermansson

KPR-ledamot

Birgitta Frödin/Anki Rülcker

Webbredaktör

Annelise Paulsen



*Fr.v .- Jan, Hans, Maria, Ulla, Gunvor, Annelise och Lars-Erik. Margareta t.h.
Bild på Margot saknas tyvärr här, denna gång.*

KALENDER 2022

Nästan halva året har redan gått när detta skrivs, och därför delar vi nu upp kalendern i två delar!

1. AKTIVITETER VI I SKRIVANDE STUND HAR GENOMFÖRT I FÖRENINGEN UNDER VÅREN 2022!

Det planerade januarimötet med Knut Lykken på scenen blev tyvärr inställt, eftersom pandemin inte ville ge med sig, och smittorisken var alltför stor.



Men **årsmötet den 24 februari** kunde gå av stapeln, helt enligt planerna! Efter själva förhandlingarna, och efter avtackning av bl.a. ordförande Birgitta Frödin, som nu ersatts av nye ordförande Jan Rülcker, bjöd föreningen alla på kaffe och god semla. Musikunderhållning fick vi också, det stod trubadur Göran Nilsson för denna dag!



Under **marsmötet** besöktes vi av Westra Wermlands Sparbank. Stig Olsson presenterade banken kort, och därefter tog jurist Elisabeth Emmesjö vid. Det som stod på agendan var allt som rör framtidsfullmakt, testamente och sådana ekonomiska och juridiska frågor som ligger oss seniorer nära.



Nästa möte i april var Korpralen fylld av nya vårkläder, för det var nu dags för besök av Seniorshopen. Medan vi intog fiket fick vi se på mannekänguppvisning med Inga, Pia och Maria, medan AnnaLena Gunnarsson i bakgrunden berättade om kläderna som visades upp. Därefter vidtog provning och inköp för många!

Vill du veta mer om det vi har gjort? Läs de REFERAT som ligger på vår hemsida!

2. DET VI PLANERAT FÖR FORTSÄTTNINGEN AV ÅRET 2022!

Onsdagar, med start den 11 maj - Vi startar en egen cykelgrupp!

Utrustning: cykelhjälm, vattenflaska, fika eller en frukt, och ett glatt humör. Turen blir 10-12 km mest på cykelbana.

SAMLING: Scenen i Stadsparken kl. 13.30
Frågor? Ring Anki 070 6413855! Välkomna!



Torsdagen den 19 maj - Vi gör en vårutflykt till Glava Glasbruk.

Avresa från Palmviken kl. 13.00. Pris: 200 kr/person. I priset ingår resan, guidning samt kaffe med smörgås och kaka. Mats Fredriksson blir vår ciceron. Anmälan och betalning senast fredagen den 13 maj. Anmälan till Ulla Johansson, sms 070 - 238 60 82. Betalning till bankgiro 5707-3991 eller swish 123 674 59 54.



Tisdagen den 23 augusti - Höstens resa till Nora.

Avfärd från Palmviken kl. 07.30, hemkomst kl. 18.30. Bussfika serveras.

Efter framkomst får vi en guidad rundtur i den gamla trästaden. Därefter äter vi en gemensam lunchbuffé på Stadshotellet. Sedan har vi cirka 1,5 timme på egen hand i Nora. Turistbyrån rekommenderar besök i några av de många småbutikerna. Där finns bl.a. ett antal antikaffärer och loppisar, man kan göra sin egen antikrunda eller besöka något café. Före hemfärden kl. 15.30 måste du också passa på att smaka Noras egen berömda glass!



Läs gärna mer om Nora på här: www.visitnora.se

Anmälan och betalning 400 kr/person senast måndagen den 1 augusti. Anmälan till Ulla Johansson, 070- 23860 82. Betalning: Bankgiro 5707-3991, eller swish 123 674 59 54.

Torsdagen den 22 september kl. 14.00, på Korpralen.



Göran Bryntesson, trubadur, och Tage Bäck, fotograf, underhåller tillsammans på temat "Kärlek och omtanke - Känslans visor och bilder".



Kaffe med bröd serveras. Entré 50 kr.

Anmälan senast fredagen den 16 september till Ulla Johansson.
070-238 60 82.

Onsdagen den 19 oktober kl. 17.00 blir det vinprovning med Catherine Mattson!

Cathrine berättar om viner och deras egenskaper, och låter oss prova på några prisvärda sorter. Mycket gott tilltugg serveras till.

Anmälan till Ulla Johansson, 070 - 238 60 82, senast måndagen den 10 oktober.

Preliminärt pris: 250 kr/person, betalning på plats.



Söndagen den 13 november - Teaterresa till Sjöfleoperan, med föreställningen Såsom i himmelen!

Avresa från Palmviken kl.13.15. Föreställningen börjar kl. 15.00, och i pausen blir det räksmörgås och kaffe. Hem kommer vi ca kl. 19.00.

Pris för buss och föreställning med pausfika: 700 kr/person.

betalning senast den 14 oktober till bankgiro 5707-3991, eller swish 123 674 59 54.

Biljetterna är slutsålda, men för att ställa dig i kö på återbudslistan ring gärna Margot Malmstedt, mobil 070-571 89 87.



Torsdagen den 17 november, kl. 14.00. Knut Lykken med flera underhåller.

En spännande berättelse om en världsberömd diktare. Knut Lykken med fler underhåller på Korpralens scen. Vi bjuder på kaffe med bröd. Fri entré!

Anmälan till Ulla Johansson, 070-238 60 82, senast fredag den 11 november.



Torsdagen den 15 december, kl. 17.00 - Afternoon Glögg på Elins Bakgård!

Julens smaker i ny tappning! Mumsiga, matiga snittar, bakelser & kakor, och julgotter! Glögg, must och kaffe serveras till!

Pris: 275 kr/person.

Anmälan och betalning senast den 8 december. Anmälan till Ulla Johansson, 070-238 60 82. Betalning till bankgiro 5707-3991, eller swish 123 674 59 54.



Vill Du hålla dig uppdaterad om kommande tillägg och ändringar?

Miss inte att ladda ned SPF-appen till din mobil! Eller kolla regelbundet på vår hemsida! www.spfseniorerna.se/arvika

Varmt välkommen på våra aktiviteter!

Känner du någon som kanske också vill bli medlem?

*Sprid gärna information om vår förening vidare!
Du kan även bjuda med en gäst till något möte!*



Vi tackar våra sponsorer!

Westra Wermlands Sparbank



Vi är en bank med en tydlig idé!

Vi är en bank som du kan lita på och som anstränger sig lite extra för ditt bästa.

Varje år låter vi en del av vinsten gå tillbaka till olika projekt och verksamheter som är till glädje för människorna här.

Det är den riktiga vinsten!

Vi får
västra Värmland
att växa