

Hej!

Hoppas att ni alla har det bra! Kanske ni som jag väntar på våren så att vi kan njuta av lite sol och värme. Nåja under veckan lär vi få känna på lite värme och dessutom har vi intressanta aktiviteter på gång inom föreningen att se fram emot.

Genomförda aktiviteter

- 15 mars hade vi besök av Seniorshopen – Aina Sundbaum föreläste om mode, kvalitet och material och presenterade vårens utbud. Flera av medlemmarna ställde upp som mannekänger på ett fantastiskt sätt.

- 8 april kl 13.00 - Göran Hedmark, Civilförsvarsförbundet och Sanna Lohilahti Bladfält föreläste om ”Din egen hemberedskap”. Se bilder enligt nedan varav framgår även länkar till olika ställen där information finns att hämta. Information finns även på MSBs (Myndigheten för Samhällsskydd och Beredskap) och Luleå kommuns hemsida.

<https://www.msb.se/sv/rad-till-privatpersoner/forbered-dig-for-kris/hemberedskap---preppa-for-en-vecka/>

<https://www.lulea.se/samhalle--utveckling/krisberedskap-och-civilt-forsvar.html>

Kommande aktiviteter

- 26 april kl 13.00 - Manskören underhåller. **Ta gärna med seniora gäster – vi fyller Siljabloo, eller hur!?**

- 13 maj kl 13.00 - Tandhälsans betydelse för ett gott liv

- 24 maj (ej 14 maj som jag skrev i mars brevet) – första gemensamma aktiviteten med SPF-föreningarna i Luleå, pubafton med underhållning på Eberneser. Biljetterna kommer att finnas tillgängliga via Eberneser. Till ett pris av 120 kronor/person (exklusive mat och dryck) får vi njuta av underhållning av Stefan Gunnarsson, musiker, pianist, lagledare i TV-programmet ”Så ska det låta” 2006-2010. Antalet platser har utökats till ca 300 personer. Separat affisch kommer att skickas ut.

Resor

- Den av distriktet planerade resa till Kiruna 16-17 maj med besök även i Jukkasjärvi och Jokkmokk är inställd på grund av för få anmälda, tyvärr.

- Norrtåg erbjuder dig som pensionär att resa gratis med Norrtåg under 13-16 maj. Läs mer på hemsidan.

Friskvård

Lars Hällgren och Kjell Lindgren har planerat in en aktivitet med promenad och grillning på Notviksgården den 10 juni med samling kl 11.00 vid Mjölkuddskyrkan, en gemensam promenad till Notviksgården, Den som tycker att det blir för långt kan självklart ta bilen. Kl 11.30 startas grillen och hamburgare och grillkorv med bröd och tillbehör kommer att

serveras och dessutom kaffe som föreningen bjuder på. Vid dåligt väder finns möjlighet att vistas inomhus på Notviksgården, avslut senast kl 15.00.

Intresserad av att engagera dig i föreningens arbete?

Kan du tänka dig att engagera dig i föreningens arbete? Nu har du möjlighet att bidra aktivt. Hör av dig om du är intresserad och vill veta mer till någon av oss i styrelsen.

Nya medlemmar

Vi hoppas på många nya medlemmar under 2024. Ta gärna med gäster till våra träffar. Gästerna är kanske kommande nya medlemmar. Vi får alla med gemensamma krafter verka för att öka antalet medlemmar. Du som värvar en ny medlem – glöm inte att meddela Monica Gustafsson, mormor.gustafsson@gmail.com att och vem du värvat - du blir bjuden på jullunchen 2024.

Hoppas att vi ses!

Vänliga hälsningar

Anne Karlenius

Ordförande SPF Seniorerna Mjölkudden



