



16 februari Årsmöte och Linedance



26 januari "Fråga Doktorn"

## ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Nu kommer det nya årets alla aktiviteter i gång. Inte bara förestående årsmöten i alla våra SPF-föreningar utan även distriktets stämma i april. För att inte tala om det digra program som vår programgrupp presenterat. Vi är dem stort tack skyldiga.

Under vintern/våren kommer alla medlemmar i de olika pensionärsföreningarna i Blekinge, totalt cirka 15 000 medlemmar, att ingå i en undersökning om att Åldras i Sverige, Kvalitet, Aktivitet (ÅSKA). Undersökningen ingår i ett projekt vid Blekinge Tekniska Högskola och skall utmynna i en doktorsavhandling. Alla medlemmar kommer att få en enkät sig tillskickade med ett antal frågor och vi uppmanar alla att efter bästa förmåga besvara enkäten. Ju fler som svarar desto tillförlitligare blir undersökningens resultat. Det är naturligtvis frivilligt att deltaga.

## MÅNADSMÖTE MÅNDAG 26 JANUARI

Nu har vi lämnat det gamla året bakom oss och har just haft vårt första Månadsmöte för 2026, där vi fick besök av doktor Ida från Vårdcentralen i Nätraby. Hon höll ett mycket intressant föredrag om olika sjukdomar, blodgrupper, artros, blodtryck, benskörhet och diabetes. Typiska besvär som vi äldre drabbas lite av var och en. Stort tack till henne! Naturligtvis hade våra skickliga damer fixat goda polarkakor och annat gott fikabröd till kaffet. Eftermiddagen avslutades med vårt häftiga paddellotteri.

**Vid nästa månadsmöte den 16 februari** är det årsmöte med sedvanlig parentation, som sedan följs av "linedance". Vi får både se och lära oss lite av denna härliga countryinspirerade dansform. Sedan kommer vår egen Christine Melin informera oss om KPR (Kommunala PensionärsRådet). Det bjuds naturligtvis på kaffe med tillugg och som avslutning vårt paddellotteri. Välkommen!

**OBS! Mötet är på Hallengrensvägen 4D**

Handla lokalt! Det gynnar bygden och föreningen.  
På hemsidan ser du vilka företag som sponsrar oss.