

Månadsbrev november SPF seniorerna i Saltsjöbaden/Fisksätra.

Först en påminnelse om Jazzunderhållning med New Orleans Trio. De kommer till Syrenparken onsdagen den 28 november kl 1300, OBS att detta arrangemang är avgiftsfritt för medlemmar. Gäster betalar 100 kr.

Från styrelsemötet den 30 oktober

Föreningens ekonomi är god och vi kommer sannolikt att göra ett positivt resultat för 2018 trots att vi budgeterade för ett nollresultat. Vi beslöt att de flesta av våra program kommer att bli avgiftsfria för medlemmar. Gäster får betala 100 kr. Det skall löna sig att vara medlem i vår förening. Resor kommer fortsättningsvis ske till självkostnadspris.

En aktivitet har genomförts under oktober. Ett välbesökt föredrag av kakdrottningen Birgitta Rasmusson. Saltsjöbladet skrev en trevlig artikel om aktiviteten.

Gulli Perneheim gick igenom programgruppens förslag till vårprogram. Det mottogs mycket positivt av styrelsen. Bland annat kommer vi arrangera en kulturkryssning till Tallin, besök på Folksamhuset på Södermalm, Musikalisk vinprovning på Högberga vinfabrik på Lidingö, ett föredrag av Maj Östberg Rundquist om att bli sockersmart, en båtutflykt till Storholmen - med Cornelis Vreeswijk tema, en studiecirkel om navigation till sjöss, ett föredrag om långsegling, gratis hörselträff, underhållning av Mats Hedén och information om demenssjukdomar. Programbladet planeras att skickas ut vid årsskiftet. Där inkluderas även kallelse till årsmötet den 12 februari på Grand hotell.

Kommande aktiviteter

Studiecirkeln Tidsverkstaden inledas med ett informationsmöte den 6 november, berörda är kallade.

Nacka kommun arrangerar en seniordag den 9 november, se:

<https://www.nacka.se/omsorg-stod/aldre/nyheter-aldre/2018/10/seniordagen-2018/>.

Jazzunderhållning enligt ovan.

Vi firar Lucia på traditionellt vis med Luciatåg på Syrenparken den 13 december kl 1200 i Syrenparken. Södra Latins kör sjunger för oss. Glögg, kaffe, lussebullar och pepparkakor serveras. Därefter får vi boktips av Annika Hellman från Saltsjöbadens bokhandel. OBS att även detta arrangemang är avgiftsfritt för medlemmar. Gäster betalar 100 kr.

Rabatter

Påminner om att vi numera får 10% rabatt på alla typer av behandlingar av HEL friskvård. De har sina lokaler i gamla kommunalhuset på Byvägen 54. Rabatten gäller mellan kl 1000 och 1400. Du förväntas skriva in att du är medlem i SPF i kommentarsfältet om du bokar dig på deras hemsida. Du skall också vara beredd att visa ditt medlemskort. Jag provade detta idag och fick en mycket bra massage av Therese, vår ledare för gympan.

Som SPF medlem kan du utan kostnad ansluta dig till Smart Senior. De ger rabatter på många företag, se deras hemsida: <https://www.smartsenior.se/>

Med tillönskan om en fin höst!

Lars Tornérhielm
Ordförande