

Hej kära medlemmar.

Jag hoppas du/ni håller er friska och att ni följer alla råd och rekommendationer, så att ni inte blir smittade. De flesta av oss befinner oss i någon form av isolering. Vi har dock möjlighet att röra oss relativt fritt utomhus. Jag har utgått från att alla tar del av den information som kommer från samhället och i media. I slutet av detta mail kan du läsa informationen som kommit från Nacka kommun.

Denna vår har de flesta aktiviteterna blivit inställda. Glädjande är att vi kommer genomföra den guidade promenaden på Skogsö den 10 juni kl 13.00.

Anmälan senast den 5 juni till: saltisspf@gmail.com eller på telefon: 0730 717 888.

Vår utomhusgympa pågår som vanligt kl 10.00 varje måndag och torsdag. Det sker på ungefär samma sätt som inomhus med flera stationer. Vi är dock max två personer på varje station. Vi håller till bakom gamla simhallen närmast vattnet. Om du inte vill eller kan så finns det möjlighet att göra det med Sofia på SVT1 på förmiddagen.

Det är tyvärr troligt att vi inte kan träffas fysiskt i höst. Vi planerar därför att genomföra föredrag via webben. Det kommer troligen att ske via YouTube. Vi hade planerat att skicka ut höstprogrammet med brev. Med hänsyn till osäkerheten om möjligheterna att genomföra planerade programpunkter så kommer vi inte att skicka ut det. Vi kommer att avvakta med utskick via mail om kommande program tills vi vet hur restriktionerna kommer att påverka under hösten.

Glädjande är att vi fortfarande är nästan 600 medlemmar. Vi blir gärna fler. Bjud gärna in vänner, grannar eller andra som du känner.

Ta nu hand om dig och de dina

Lars Tornérhielm

Ordförande SPF Seniorerna Saltsjöbaden

Information från Nacka kommun.

Vi vill också påminna om att volontärer från Röda korset hjälper till med att hämta ut varor från apotek, med fullmakt kan de hämta ut även receptbelagd medicin. Ring Röda korset på telefon 070 550 46 00 eller skicka e-post till beredskap.nacka@redcross.se.

Vi vill verkligen uppmuntra er till att följa myndigheternas rekommendationer för att bromsa spridningen av covid-19 i Sverige. Det innebär bland annat att man ska undvika folksamlingar som kan uppstå i exempelvis kollektivtrafik, affärer eller offentliga lokaler. [Klicka här för mer information!](#)

Nu erbjuds också hjälp med att hantera lån av böcker på biblioteken vilket förhoppningsvis kan underlätta den här perioden med att hålla sig hemma.