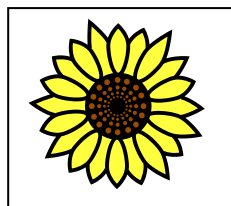


*SPFSeniorerna
Solrosen Solna*



SENIORER I TIDEN

- *inflytande*
- *valfrihet*
- *livskvalitet*

Gott Nytt År än en gång!

Så har vi åter igen gått in i ett nytt år. Man vet aldrig vad ett nytt år kommer att innehålla. Vad vi vet är att vi lever i en tid av förändringar Hur orolig ska man vara? Om det talar förre utrikeskorrespondenten och SVT-kommentatorn Stig Fredriksson på årets första månadsträff. Ett tillfälle du inte får missa. En del minns kanske när han var hos oss för några år sedan och berättade hur han smugglade ut Solzjenitsyns manus i sin radio. Som vanligt har vi försökt ordna ett vårprogram som gör oss på gott humör och håller oss pigga och alerta. Under första kvartalet har vi flera intressanta studiebesök och i mars månad blir det en stor vårfest tillsammans med våra systerföreningar Skytten och Brunnsviken. Då blir det god mat och trevlig musik. För att hoppa en bit framåt kan jag berätta att vi lyckats få biljetter till den mycket omtalade dramatiseringen av Kristina Sandbergs romansvit Maj som kommer på Dramatens lilla scen i maj(!) månad. Vi planerar också ett antal trevliga utflykter och resor som kommer så småningom. Under 2019 har föreningen fått nära fyrtio nya medlemmar. Ett tjugotal medlemmar har gått bort och tretton avregistrerats för utebliven medlemsavgift. Det har blivit färre sedan föreningen gått över till central uppörd, vilket innebär att förbundet tar in medlemsavgifterna. Distriktet har beslutat att höja sin avgift med tio kronor, vilket givetvis påverkar föreningen.

Bengt Norrbom

ordförande

PS Glöm inte våra sektioner med motion, .bridge, boule mm

Kontaktpersonerna står i kontaktrutan på sista sidan.

DS

Vintern 2020



Besöksadress Ankaret
Hagalundsgatan 33
Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon
08 83 74 63
E-postadress

spf-solrosen.solna@telia.com

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

www.spfseniorerna.se/solrosensolna

Onsdag 15/1 kl 13.30 Månadsträff i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76.

Putin i Kreml och Trump i Vita huset-hur oroliga ska vi vara? Fd utrikeskorrespondenten och SVT-kommentatorn Stig Fredriksson kommenterar världsläget. Missa inte detta tillfälle!



Onsdag 22/1 kl 12.30 Studiebesök på Stadsmuseet.

Guidad visning av det nyrenoverade museets guldkorn.

Museet ligger som bekant vid Slussen så tunnelbanan går ända fram. Samling i entrén. *Max 30 personer, pris 80 kr som betalas till föreningens plusgirokonto. Anmälan och betalning senast 14/1.*

Kontaktperson är Titti Schöldberg.

Måndag 3/2 kl 17.00 Vinprovning på Ankaret

Den här gången provar vi Chilenska viner under Carl-Magnus kunniga ledning och förtär en chili-con-carne därtill.

Max 26 deltagare. Pris 170 kr som betalas till föreningens plusgirokonto vid anmälan senast 28/1. Kolla att det finns plats först!

Tisdag 4/2 kl 17.00 Vinprovning på Ankaret.

Se informationen för måndag 3/2!



Onsdag 12/2 kl 17.00 Studiebesök på Rådhuset

F.d rådmannen Henrik Lagergren visar oss Rådhuset. Vi träffas vid valvet vid parkeringen på Bergsgatan där Henrik möter oss. Ett unikt tillfälle att lära känna denna speciella byggnad som normalt inte visas för allmänheten.

Max 20 deltagare. Pris 100 kr pp som inbetalas till föreningens plusgirokonto i samband med anmälan. Anmälan senast 4/2 till expeditionen.

Kontaktpersoner är Carl-Magnus Wiklund och Ingegärd Östman

Kallelse till årsmötet 26/2

Föreningen avhåller sedan vanligt årsmöte *onsdagen den 26 februari i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76.* Stadseenliga förhandlingar. Årsmöteshandlingarna finns tillgängliga på föreningsexpeditionen 4 veckor innan årsmötet. Motioner ska vara inlämnade senast 15/1 till exp. Efter förhandlingarna bjuder föreningen på kaffe och semla.

Kontaktperson: Bengt Norrbom

**Onsdag 11/3 kl 13.30 Månadsträff i
Pingstkyrkans lokal Råsundavägen 76**

Vi testar våra grå celler med ett musikkryss under ledning av trubaduren Johan Wennerstrand. Det blir sådan musik som vår generation är bekant med.



**Torsdag 19/3
kl 17 – 20**

Vårfest på Frösunda Port

SPF-föreningarna Solrosen, Skytten och Brunnsviken ordnar gemensam vårfest. Kom och avnjut en middag med förrätt, varmrätt och kaffe och kaka. Ett glas vin ingår. Mer vin kan köpas för den som önskar. Dessutom blir det glad musik med Sätträbälarna som man både kan lyssna och dansa till.

Pris 390 kr. Anmälan till expeditionen. Inbetalning till föreningens plusgirokonto senast 3/3.

**Onsdag 25/3 kl 11.00 Studiebesök på
Vikingamuseet.**

Guidad visning av utställningen följt av en åktur i Ragnfrids saga samt sopplunch på restaurang Glöd på museet.

*Min 10 personer och max 30. Pris 295 kr
Anmälan till expeditionen senast 11/3. Betalas till föreningens plusgirokonto vid anmälan. Kolla att det finns plats först!*



Teaterbiljetter till 5/5

Maj

efter Kristina Sandbergs romansvit. Den hyllade trilogin om hemmafrun Maj nu på scenen. Med Ellen Jelinek i huvudrollen. I övriga roller ser ibland andra Gunnel Fred och Magnus Ehrner. Dramatiseringen är gjord av Pia Gradvall och Magnus Lindman. Regi Ellen Lamm.

Föreställningen spelas på Lilla scenen Vi har lyckats komma över 8 biljetter till den 5. Maj kl 19.00. Pris 375 kr.

Biljetterna bokas och avhämtas av köparen på föreningens expedition. Betalning före avhämtning till föreningens plusgirokonto.

PUB och dans På Ankaret

Torsdagen den 5/3

Kl. 14 - 17

Kom och sväng dina lurviga!

**Sätrabälgarna spelar till dansen
Öl, vin och smörgåsar finns att
köpa.**



ÄR DU ANHÖRIG ?

**I Solna stad finns olika former av stöd
för dig som hjälper en närstående som
inte klarar sig på egen hand.**

På Ankaret finns ett anhörig- och demens-
team bestående av anhörigkonsulent, de-
menssjuksköterska och arbetsterapeut som
erbjuder information och utbildning samt
förmedlar kontakt med biståndshandläg-
gare, distriktssköterska och vårdcentral.
Telefon 08 746 10 00

Anhörigas Riksförbund har en lokalav-
delning i Solna som ordnar träffar och där
du kan engagera dig i frågor som rör anhö-
riga. Medlemskap i föreningen är kost-
nadsfritt.

Läs mer på ahfsolna.blogspot.com

KONTAKTRUTAN

Ordf. Bengt Norrbom

Tel 070 5654454

bengt@norbom.nu

Vice ordf: Anne Utter:

Tel 070 7792571

anne.utter@telia.com

Sekr. Carl-Magnus Wiklund:

Tel 0708 721821

cm.wiklund@comhem.se

Kulturfrågor Per Stockhaus:

Tel 070 2033737

per.stockhaus@icloud.com

Kassör Lillemor Sundholm;

Tel 070 6610521

lillis.sundholm@gmail.com

Klubbmästare Ingrid Andersson:

Tel 070 8288697

hemtillingrid@gmail.com

Webbredaktör Anniqua Lindström;

Tel 0707 104545

anniqua.lindstrom@gmail.com

Medlemssekreterare

Marita Pettersson;

Anitha Hedin

Tel 83 74 63 ti,to 10 – 12

spf-solrosen.solna@telia.com

Reseombud

Ulla Balksjö 0706970894

Bengt Norrbom 0705654454

Ingrid Andersson 070 8288697

Boule Carl-Magnus Wiklund (se ovan)

Bowling Margareta Lindström 0706629436

Bridge tisd Leif Lindberg 070 5645541

Motion Ingvar Eliasson 0730 566509

Friskvård Aase Bergman 82 60 15

Besöksadress Ankaret

Hagalundsgatan 33

Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon

08 83 74 63

E-postadress

spf-solrosen.solna@telia.com

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

www.spfseniorerna.se/solrosensolna

Besöksadress Ankaret
Hagalundsgatan 33

Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon

08 83 74 63

E-postadress

spf-solrosen.solna@telia.com

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

www.spfseniorerna.se/solrosensolna