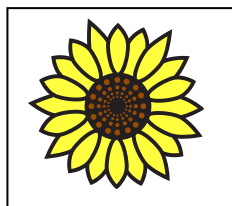


*SPFSeniorerna
Solrosen Solna
45 år och still
going strong*



SENIORER I TIDEN

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

Morsning och goodbye

sa Magnus och Brasse på sin tid. Nu är det snart dags för mig att säga samma sak. Efter tretton år som ordförande avgår jag i samband med årsmötet i februari. Det har varit tretton trevliga och stimulerande år med en engagerad styrelse, som ställt upp år efter år och medlemmar som ställt upp på föreningens aktiviteter. Föreningen har skapat ett antal "traditioner" under åren, som vår egen jullunch, ärtmiddagen och vinprovningarna. Efterfrågan har varit stor efter pandemin, vilket illustreras väl av den julbordsutflykt till Österby bruk, som genomfördes i slutet av november. Nära sjuttio medlemmar deltog. Föreningens aktiviteter är populära även utanför vår egen krets. Nära trettio medlemmar i de övriga två SPF-föreningarna är vänmedlemmar i Solrosen.

Nu är vi inne på ett nytt verksamhetsår, som säkert blir ännu bättre än det föregående. Föreningen växer och vi har idag cirka 550 medlemmar. Mina tretton år har gått alldeles för fort tycker jag, men så är det ju när man har trevligt. Jag minns när jag träffade Catharina Hedman första gången. Det var på Seniordagen 2006 och Catharina var nyvald ordförande i föreningen. Vi fann varandra omedelbart och startade ett fint samarbete mot den förening vi har idag. Jag tackar medlemmar och styrelsekamrater för allt stöd under min ordförandetid och önskar den tillträdande ordföranden ett varmt lycka till.

Bengt Norrbom, ordförande



Vintern 2024

AKTIVITETER

Viktigt om föransmälan

Första dag för ansökan till de aktiviteter som annonseras i Solrosbladet är 9/1 för att alla ska ha samma chans.

Men vänta inte för länge med din ansökan, Ansökningar som inkommer tidigare kan av rättviseskäl inte beaktas.

Din ansökan till resor och andra aktiviteter är bindande. Om du får förhinder måste du genast ringa eller maila återbud, annars får du själv stå för kostnaden.

Onsdag 17/1 kl 13.00 Månadsträff i Pingstkyrkans lokal Lyktan på Råsundavägen 76

Musikkryss med trubaduren Bengt Vilhelmson. Ett trevligt program då vi löser ett korsord med sånger och slaggers.

Inträde 50 kr. Vi bjuder på kaffe/te och smörgås. Ingen förhandsansökan.

Onsdag 24/1 kl 14.00 Besök på Hallwylska museet med utställningen "Klädd till middag"

Ta chansen att få se hur en middagsbjudning gick till i Hallwylska palatset, där sällskapslivet och bjudningar stod i focus. Utforska middagsklädsel från 1890 till 1930-talet. Kostymer, klänningar och tjänstefolkets högtidsdräkt visas på utställningen. Guidad visning för oss.

Hallwylska palatset ligger på Hamngatan 4
Pris 160 kr. Max 25 pers.

OBS! Många trappor. Hiss saknas.

Torsdag 15/2 kl 11.00 Bio på biografen Grand på Sveavägen

Anders Hansers film "Stockholm – en föränderlig stad".

Vi har 15 biljetter som kostar 220 kr/st.

Ansökan och betalning senast 8/2. Ta kontakt med Ingrid på biografen från 10.30, biljetterna finns där.



Det här fotot av Okänd författare licensieras enligt CC BY-SA

Tisdag 20/2 kl 17.00 Vinprovning på Ankaret

Under Carl-Magnus utmärkta ledning provar vi portugisiska viner medan vi äter något gott tilltugg som Ingrid ordnat.

Onsdag 21/2 kl 17.00 Vinprovning på Ankaret Se tisdagens text.

För vinprovningarna gäller:

Senaste ansökningsdag är 8/2 och sista dag för avbokning är 15/2



Välkommen till vinprovning på M/S Cinderella 26-27/2 2024

Våra vänner i SPF Brunnsviken anordnar en vinprovning till havs.
Vill du segla med kan du läsa mer om den på vår hemsida.



Onsdag 28/2 kl 13.00 Föreningens årsmöte i Pingstkyrkans lokal Lyktan på Råsundavägen 76

Stadgeenliga ärenden och val av styrelseledamöter och valberedning.

Motioner till årsmötet ska vara inlämnade senast 5 veckor i förväg. Årsmöteshandlingar finns tillgängliga på föreningsexpeditionen två veckor för årsmötet.

Efter förhandlingarna bjuder föreningen på kaffe/te och semla. Välkomna!

Detta är också kallelsen till årsmötet!

Onsdag 6/3 kl 12 – 13 Studiebesök på Dansmuseet.

Vi får en guidad visning av utställningen Svenska baletten 100 år. Svenska baletten hade sin hemvist i Paris, men turnerade flitigt i Europa och USA. I utställningen finns bl.a kostymskisser, fotografier, filmer och annat material från danskompaniets uppsättningar.

Dansmuseet ligger på Drottninggatan 17.

Pris 120 kr. Max 20 pers. Efter besöket kan man äta lunch i Bistro Rolf. Entrébiljetten ger 10% rabatt. Sista dag för avbokning är 27/2.

Onsdag 13/3 kl 13.00 Månadsträff i Pingstkyrkans lokal Lyktan på Råsundavägen 76

Spännande föredrag om Apotekets förunderliga värld av fd farmaceuten Britta Wallgren.

Inträde 50 kr. Vibjuder på kaffe/te och smörgås. Ingen förhandsanmälan.

Onsdag 20/3 kl 12 – 13 Studiebesök på Ersta (Diakoni) Museum.

Guidad visning av museet, som skildrar Ersta diakonis historia och nutid och väver samman kvinnohistoria, sjukvårdshistoria, socialhistoria och kyrkohistoria. När man är på Erstaklippan kan man också besöka den åttkantiga kyrkan och titta in på Sveriges enda oblatbageri. Efteråt kan man ta en fika eller äta något på serveringen som har Stadens bästa utsikt över Stockholms inlopp.

Pris 100 kr. Man kan åka buss 2 från Slussen till hållplats Ersta sjukhus. Samling utanför porten. Museet är det vänstra porthuset innanför valvet.

FÖLJ MED PÅ EN VÅRRESA, 6-7 maj

VADSTENA, ALVA STRA KLOSTER & ELLEN KEYS STRAND



VADSTENA är en av de klart lysande historiska pärlorna i Östergötland. Här befinner du dig mitt i historien, bland slott, kloster och medeltida byggnader. På Sancta Birgitta Klostermuseum får vi följa med på en tidsresa från tidig medeltid till idag. Under en stadsvandring från klosterområdet till Rådhusorget får vi veta mera om staden Vadstena och dess långa historia.



ALVA STRA KLOSTER grundades 1143 av franska munkar som tillhörde den mäktiga Cisterciensorden. Från Clairvaux i Frankrike till svenska Östergötland förde de med sig moderna metoder för administration, teknik och byggnadskonst. Idag är Alvastra klosterruin en del av det östgötska kulturlandskapet och öppet för besök i munkarnas medeltida spår.



Inte långt från Alvastra kloster ligger ELLEN KEYS VACKRA HEM STRAND, byggt 1911. Huset är en blandning av Ellen Keys många inspirationskällor såsom jugendstilen, Italien och den svenska herrgården, inte minst hennes eget barndomshem Sundsholms herrgård utanför Västervik. Efter många år utan permanent hem, gjorde hon som så många andra vid denna tid, byggde sig ett eget drömmhus där hon kunde slå sig till ro.

Pris per person: 3.795:- Enkelrumstillägg 350:- (vi har 14 enkelrum)

I priset ingår: bussresa, 1 kaffe och smörgås, 1 natt i delat dubbelrum inklusive frukost, 2 luncher exkl. dryck, 1 middag exkl. dryck, besök, entréer och visningar enligt programmet. **Fullständigt program** med mer information ligger på våra hemsidor SPF Solrosen, Brunsviken och Skytten.

Anmälan till: Ingrid Andersson, hemtillingrid@gmail.com, 0708-28 86 97. Anmälan tas emot från 8 januari till 15 mars. OBS! Anmälan är bindande. Resekompaniet kommer att skicka ut inbetalningskort anmälda.



NYHETER

Vi äter lunch tillsammans!

Kom till Café Kärven på Råsundavägen 66 och ät lunch tillsammans med andra Solrosare! Kärven är en klassisk restaurang som inte ändrat utseende under åren. Restaurangen tar 110 kr för dagens rätt. Dessutom finns en rad andra rätter att välja på eller smörgåsar om man föredrar det. Det kommer alltid att vara någon från styrelsen närvarande vid luncherna.

Vi träffas kl 13.00 följande dagar

Fredagen den 26 januari

Fredagen den 23 februari

Fredagen den 22 mars

Ingen förhandsanmälan behövs.



Nu finns Solrosen i appen SPF Seniorerna!

Förbundet har utvecklat en app där man kan lägga in föreningarna och deras aktiviteter. Där hittar man dessutom information från förbundet och distriktet. Ladda ner den nya appen SPF Seniorerna. Finns för både Apple och Android. I appen gå till menyvalet "välj förening" och välj Solrosen. Då får du aviseringar om platser kvar vid aktiviteter och om ev ändringar.

Vi kommer att informera om appen och hur man lägger in den i telefonen på månadsträffarna.

KONTAKTRUTAN

Ordf.: Bengt Norrbom Tel 070 565 44 54

bengt@norrpom.nu

Vice ordf: Kerstin Zetterlund Tel 073 962 42 78

kerstin.zetterlund@gmail.com

Klubbmästare: Ingrid Andersson Tel 070 828 86 97

hemtilingrid@gmail.com

Sekr och webbred.: Anniqua Lindström Tel 0707 10 45 45

anniqua.lindstrom@gmail.com

Kassör & hälsoansvarig: Anne Utter Tel 070 779 25 71

anne.utter@telia.com

Ledamot: Carl-Magnus Wiklund Tel 0708 72 18 21

cm.wiklund8@gmail.com

Ledamot: Annica Larsson Tel 0725 71 81 80

annica.ellenhill@telia.com

Medlemssekreterare

Titti Schöldberg

Anitha Hedin

Tel 83 74 63

Exp. öppen ti och to kl 10 - 12

solrosensolna@spfseniorerna.se

Reseombud

Ulla Balksjö 0706970894

Bengt Norrbom 0705654454

Ingrid Andersson 070 8288697

Boule Carl-Magnus Wiklund (se ovan)

Bowling Margareta Lindström 0706629436

Bridge tisd Birgitta Ekelin 070 9119411

FOLLOW US ON
facebook 

SPF Solrosen har en grupp på Facebook där man kan hitta bilder och beskrivningar av våra trevliga aktiviteter? Gå med du också. Det kostar inget.

Anne Utter är administratör.