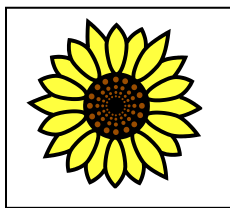


*SPFSeniorerna
Solrosen Solna
44 år och still
going strong*



SENIORER I TIDEN

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

Så är det sommar igen...

När jag skriver det här den 11 juli så har det så här långt varit lite blandad konfekt när det gäller vädret. Midsommaren på våra breddgrader var fantastisk och man kunde sitta ute och avnjuta vad man nu hade på bordet.

Så här under sommaren går verksamheten lite på sparlåga. Av vår medlemsavgift får föreningen behålla 90 kronor för att hålla i gång verksamheten. Det går tack vare att vi lyckats bibehålla medlemsantalet ganska intakt. Solrosen har gott renommé när det gäller aktiviteter. Vi har ett ständigt tillflöde av nya medlemmar som söker sig till oss just för att vi är en aktiv förening med ett varierat programutbud. Men hög medelålder bland medlemmarna gör att föreningen också tappar medlemmar varje år. Många föreningar har tappat medlemmar de senaste fem åren. Så även SPF Seniorerna, som minskat cirka 20 000 medlemmar under den perioden. Men vi kan glädja oss över att vi tillhör en organisation med mycket gott anseende. I Sifos senaste Anseendeindex fick förbundet ett index på 45, vilket är ett mycket gott betyg från allmänheten och placerar förbundet i toppskiktet. Avsaknaden av verksamhet under pandemin har skapat ett stort behov av att delta i föreningens aktiviteter. Under våren har allt som erbjudits fyllts med deltagare. Ett exempel är Göta kanalresan i augusti. Den samlar cirka 60 deltagare! Hösten kommer att, som vanligt, erbjuda ett varierat utbud av aktiviteter. Vi kan se fram emot intressanta studiebesök, vinprovningar, ärtmiddag och sist men inte minst den traditionella julkunchen. Ha nu en fin sommar så ses på månadsträffen den 17 augusti.

*Bengt Norrbom
Ordförande*

Sommaren 2022



Besöksadress Ankaret
Hagalundsgatan 33

Telefon
08 83 74 63

Plusgiro 430 70 15 - 0
Swishnr 123 342 00 64

Postadress:
Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

E-postadress
spf-solrosen.solna@telia.com

Hemsida
www.spfseniorerna.se/solrosensolna

OBS! TIDIGASTE DATUM FÖR ANMÄLAN OM DELTAGANDE ÄR 16/8

Gäller samtliga aktiviteter

Tisdag/Onsdag 9-10/8

Göta kanal 200 år. En tvådagarsresa.

Avresa från Solna centrum kl 08.00 på tisdagen. Upphämtning i Bergshamra 08.15. För detaljer se förra Solrosbladet 2/22. Fullbokad

Onsdag 17/8 kl.13.00

Månadsträff i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76

Åklagare Yngve Rydberg informerar om bedrägerier mot äldre och hur vi skyddar oss mot sådana. Något som är högaktuellt i dessa dagar.

Kaffe och smörgås. Pris 50 kr

Torsdag 25/8 kl. 12.00 Besök på det spännande museet Hamn i Fisksätra.

Museet skildrar händelserna i samband med rysshärjningarna 1719 och särskilt då slaget vid Stäksundet. Ett toppmodernt museum där man får uppleva händelserna mycket realistiskt med hjälp av modern digital teknik.

Guidad visning. Pris 100 kr pp. Efter besöket kan den som vill äta lunch på Saltsjö Pir som ligger på samma plan som museet. Saltsjöbanan har hållplats i anslutning till museet. Under ombyggnaden av Slussen tar man buss 25B från hållplats A till Henriksdal där man byter till Saltsjöbanan och åker till Fisksätra. Man ser museet från hållplatsen.

Anmälan senast 30/8. Betalas till föreningens plusgirokonto.

6/9 kl 15.00 **Information för nya medlemmar.** Vänder sig till dig som blivit medlem under perioden efter pandemin.

Vi informerar om verksamheten på olika nivåer inom förbundet och hur föreningen arbetar i kontakten med Solna stad och andra institutioner. Vi tittar också på de stadgar som reglerar vår verksamhet. Föreningen bjuder på en lättare förtäring.

Plats: Ankaret, Hagalundsgatan 33
Anmäl deltagande till expeditionen

Onsdag 7/9 kl 13.00 Studiebesök på Carl Eldhs ateljé i Bellevueparken vid Roslagstull.

Besök i Carl Eldhs ateljé i Bellevueparken vid Roslagstull. Guidad visning av samlingarna. Buss 515 till hållplats Sveaplan. Pris 100 kr pp.

Anmälan senast 25/8. Betalas till föreningens plusgirokonto.

Ange alltid vad betalningen gäller!



Onsdag 14/9 kl 13.00

Månadsträff i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76

Fotografen Hans Ölander visar naturbilder från olika delar av världen.

Kaffe och smörgås 50 kr

Tisdag 20/9 och onsdag 21/9 kl 17.00

Vinprovning på Ankaret

Vi provar olika röda viner som är gjorda på samma druva. Som vanligt trakteras vi med något gott därtill.

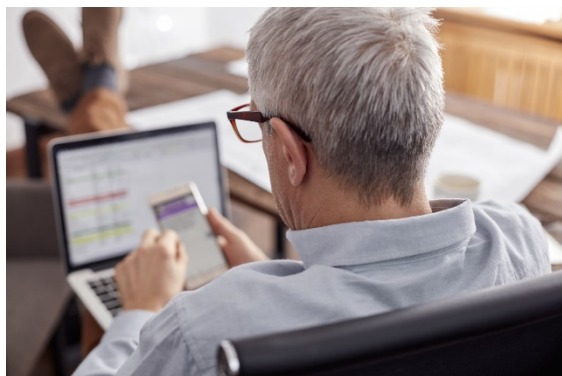
Max 25 deltagare. Pris 150 kr pp. Anmälan senast 13/9. Betalas till föreningens plusgirokonto. *Kontrollera att det finns plats!*

Tisdag 27/9 kl 14.00 på Ankaret

Få en inblick i den digitala världen.

Solna stads "Digital-fixare" Emina Ekenryd informerar om utvecklingen på det digitala området och vilken nytta vi kan ha av att utnyttja tekniken.

Förhandsanmälan till exp. Ingen kostnad



Osloresa 6-9/10

Res med tåg till Oslo och se Munchmuseet Operaföreställning mm. Gå in på Världens Resors hemsida: varldensresor/resor/norden och se hela programmet, Vi har ett fåtal platser så det brådskar. **Om du vill åka med; anmäl dig till inachurchill@gmail.com eller ring 070 511 49 49**

Onsdag 28/9 kl 14.00

En exklusiv visning av den nyrenoverade Östermalms Hallen!

Vi får en guidad visning som leds av Lina Bielsten, som bl.a är chefredaktör på Östermalms Saluhall Magasin.

Lina berättar om historiken kring hallen, saluhallens handlare, ombyggnationen och mixar detta med anekdoter om kända stammisar, kunder och andra besökare genom åren.

Max 15 personer, för att alla ska höra bra.

Tre smakprover ingår: skagenkanapé, ost och chark samt chokladtryffel.

Pris 330 kr pp. Betalas till föreningens plusgirokonto. *Kolla att det finns plats!* Sista anmälningsdag 22/9.



Vi behöver fler volontärer!

Du, kvinna som man, som kan tänka dig att hjälpa till i föreningen vid månadsträffarna eller i serveringen på Ankaret kom till Ankaret för mer information den 30/8 kl 14.00.

Ring Ingrid, 0708 28 86 97, och föranmäl dig.

Allting går att arrangera så att det passar dig.



Besöksadress Ankaret
Hagalundsgatan 33

Telefon
08 83 74 63

Plusgiro 430 70 15 - 0
Swishnr 123 342 00 64

Postadress:
Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

E-postadress
spf-solrosen.solna@telia.com

Hemsida
www.spfseniorerna.se/solrosensolna



KONTAKTRUTAN

Ordf. Bengt Norrbom

Tel 070 565 44 54

bengt@norrbon.nu

Vice ordf. Kerstin Zetterlund

Tel 073 962 42 78

kerstin.zetterlund@gmail.com

Sektioner: Carl-Magnus Wiklund

Tel 0708 72 18 21

cm.wiklund8@gmail.com

Klubbmästare: Ingrid Andersson

Tel 0708 28 86 97

hemtillingrid@gmail.com

Sekr och webbred.: Anniqua Lindström

Tel 0707 10 45 45

anniqua.lindstrom@gmail.com

Kassör och hälsoansvarig: Anne Utter

Tel 070 779 25 71

anne.utter@telia.com

Ledamot: Annica Larsson

Tel 0725 71 81 80

annica.ellenhill@telia.com

Medlemssekreterare

Titti Schöldberg

Anitha Hedin

Tel 83 74 63 ti,to 10 –12

spf-solrosen.solna@telia.com

Reseombud

Ulla Balksjö 070 697 08 94

Bengt Norrbom 070 565 44 54

Ingrid Andersson 0708 28 86 97

Boule Carl-Magnus Wiklund (se ovan)

Bowling Margareta Lindström 0706629436

Bridge tisd Birgitta Ekelin 070 911 94 11

Motion Ingvar Eliasson 0730 56 65 09

Kerstins kulturtips

Sommarläsning:

Binas historia av Maja Lunde

Vi följer tre personers parallella berättelser. William i mitten av 1800-talet i England, George i 2000-talets USA samt Tao år 2098 i Kina. Alla tre arbetar med att framställa honung och har olika svårigheter att hantera, både privat och yrkesmässigt. En väldigt spännande, lärorik och trevlig bok.

Där isarna råmar av Jennie Lundgren och Ulrika Lundgren Lindmark

Irene är polis som flyttat upp till Kalix där de flesta i bygden är vanliga människor, men det händer märkliga och otäcka brott under ytan. En hemsk och underbar berättelse om den utsatthet många människor lever under.

Allt jag fått lära mig av Tara Wesrover.

En självbiografi om hur Tara växer upp i en mormonfamilj i USA med föräldrar och sex syskon. Hon drömmer om ett annat liv och att slå sig fri, få en utbildning och att bilda familj mot ett nytt liv. En svår resa, ett nytt liv. En stark och berörande berättelse.

Trevliga utflykter i sommar:

Båttur till Fjäderholmarna. Där finns vacker natur, flera restauranger och hantverkare som säljer sina verk. Exempel är textiltryck, konfekt, krukmakeri, galleri och smedja. Båtarna går från Nybrokajen.

Under Stockholms broar

Se Stockholm från en annan sida. Kliv ombord och ta del av Stockholms mest kända områden, sevärdheter och byggnader från vattnet. Färden går under tolv broar och man slussar mellan Saltsjön och Mälaren. Kort promenad från T-banestation Kungsträdgården.

Besöksadress Ankaret
Hagalundsgatan 33

Telefon
08 83 74 63

Plusgiro 430 70 15 - 0
Swishnr 123 342 00 64

Postadress:
Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

E-postadress
spf-solrosen.solna@telia.com

Hemsida
www.spfseniorerna.se/solrosensolna