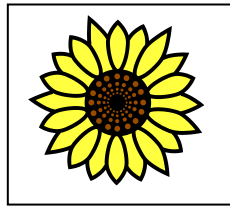


SPFSeniorerna  
Solrosen Solna



SENIORER I TIDEN

- inflytande
- valfrihet
- livskvalitet

## Man börjar skönja ljuset i slutet av tunneln 2

”Äntligen känns det som om vi, inom en rimlig framtid, kan lägga pandemiöket bakom oss. De flesta 80+ är vaccinerade i Solna och våra äldreboenden är i stort sett smittfria. En oerhörd lättnad både för dem som bor där och för deras anhöriga. Smolket i bågaren är att det finns en del som inte vill bli vaccinerade av olika skäl. Rädsla för biverkningar är sannolikt det bärande skälet, men det finns också de som är konspiratoriskt lagda och som tror att pandemin är en slags sammansvärjning av någon okänd makt. Problemet är att dessa människor saboterar åtgärderna för att komma till rätta med pandemin.”

Så inledde jag förstasidan av Solrosbladet nr 2/2021. Ett försiktigt antagande är att vi snart är där. Friheten skrivs 29 september år 2021! Om inget oförutsett inträffar avvecklas de flesta restriktionerna. För vår del innebär det att vi kan ha våra månadsmöten som vanligt. De flesta aktiviteter vi brukar ägna oss åt kan vi ta fram ur malpåsen igen. Seniorträffarna öppnar den 4 oktober. Det är lite osäkert hur många vi får vara vid t.ex. vinprovningarna. Vi planerar för en normal verksamhet, men vi måste vara beredda på att det kan bli bakslag om smittoläget blir sämre. Årsmötet gick som väntat. De vars mandatperiod gått ut omvaldes med acklamation. Situationen gör att vi har ett nytt årsmöte redan i februari nästa år. Föreningen har tappat en del medlemmar. Nu får vi hjälpas åt att rekrytera nya. Ta med vänner och bekanta på våra aktiviteter så dom kan se hur trevligt vi har det! Ha det gott till dess vi ses nästa gång.

**PS Nu ändrar vi tiden för månadsträffarna! Det har klagats på att det är för lite tid att prata och umgås. Vi träffas från och med nu kl 13.00. Programmet startar kl 13.45 så vi har 45 minuter att prata innan det kör igång. Då hinner vi fika också. DS**

*Bengt Norrbom*

*ordförande*

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

*Kontaktpersonerna står i kontaktrutan på sista sidan..*

*DS*

Hösten 2021



Besöksadress Ankaret  
Hagalundsgatan 33  
Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon  
08 83 74 63  
E-postadress

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)

OBS! Ny tid för månadsträffarna

**Onsdag 13/10 kl 13.00 Månadsträff i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76.**

Underhållning av Lasse Lindroth med band. ” När popen kom till Sverige ”  
Kaffe och smörgås ingår. Pris 50 kr



**i samarbete med Vuxenskolan**

hörde honom på Hembygdsföreningen var lyriska.  
Kaffe och smörgås ingår. Pris 50 kr

**Torsdag 18/11 kl 17.00 Ärtsoppa med punsch på Ankaret.**

Solrosens traditionella höstbegivenhet med god ärtsoppa och punsch därtill.  
Max 25 deltagare. Pris 150 kr. Anmälan till expeditionen senast 4/11. Betalas till föreningens plusgirokonto i samband med anmälan. **OBS! Kolla att det finns plats först.**



**Måndag 18/10 kl 17.00 Vinprovning på Ankaret.**

Vita viner från Österrike med kommentarer av den eminente Carl-Magnus och smarrigt tilltugg av Ingrid's design.  
Max 20 pers. Pris 150 kr. Anmälan till expeditionen senast 12/10. Betalas till föreningens plusgirokonto i samband med anmälan. **OBS! Kolla att det finns plats först.**

**Tisdag 19/10 kl 17.00 Vinprovning**  
Se måndag 18/10

**Onsdag 10/11 kl 13.00 Månadsträff i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76.**

Den från TV kände trädgårdsmästaren Bo Rappne berättar om sitt liv och verksamhet. Ett föredrag du inte får missa. De som

**Onsdag 8/12 kl 13.00 Föreningens traditionella jullunch i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76.**

Vi äter en god jultallrik med tillbehör från Greven och betjänten. Glögg och pepparkakor vid ankomsten. Med hänsyn till pandemin väljer vi i år att äta en jultallrik i stället för vår traditionella buffé.  
Pris 300 kr. Anmälan till expeditionen senast 25/11. Betalas i samband med anmälan. **OBS! Kolla att det finns plats först.**

Besöksadress Ankaret  
Hagalundsgatan 33  
Postadress:  
Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon  
08 83 74 63  
E-postadress  
[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0  
Hemsida  
[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)

## Äntligen en bokcirkel!

I samarbete med Solnas bibliotek anordnar föreningen under hösten en bokcirkel. Cirkelledare blir styrelsens kulturansvarige Kerstin Zetterlund. Platsen är Ankaret på Hagalundsgatan 33. På Ankaret finns servering där man kan köpa kaffe.

Höstens bok är *Mitt hjärtas oro* av Malou von Sivers.

### Tisdag 26/10 kl 13.00

Anna eller Rebecka från Stadsbiblioteket medverkar och delar ut böcker. Vi lär känna varandra och kan ta en fika.

### Tisdag 9/11 kl 13.00

Vi har läst 1/3 av boken och pratar om den.

### Tisdag 23/11 kl 13.00

Vi har läst 2/3 och vi samtalar och fikar.

### Tisdag 7/12 kl 13.00

Vi har läst klart boken, diskuterar, fikar och väljer en ny bok till vårterminen.

Deltagandet är kostnadsfritt. Max 10 deltagare. Anmälan om deltagande till föreningsexpeditionen.

## BIO

Lunchbio på Klarabiografen/Kulturhuset. Där kan man äta lunch kl 11 i Teaterbaren för att sedan se en film kl 13. Klarabiografen har hiss, hörselhjälpmedel och rullstolsplatser. *Paketpris pensionärer 190 kr*

## Spännande på datorn

Titta på ”Historiska bilder från Stockholm” på Digitala Stadsmuseet.

<https://digitalastadsmuseet.stockholm.se/fo-toweb/>

## Kerstins kulturtips

Boktips för lite skön läsning i höstmörkret

- *Familjen* av Johanna Bäckström
- *En helt vanlig familj och Goda grannar* av Mattias Edvardsson
- *Silvervägen* av Stina Jackson
- *De vänsterhäntas förening* av Håkan Nesser
- *Från Holmes till Sherlock* av Mattias Boström
- *Allt är gift* av Olle Mattsson
- *Flickorna som sprang* av Simon Häggström
- *Sörja för de sina, en trilogi* av Christina Sandberg
- *Små katastrofer* av Sara Vaughan
- *Vinterpaketet* av Jacob Lindfors
- *Torsdagsmordklubben* av Richard Osman
- *Dragoner* av Gertrud Hellbrand
- *Där kräftorna sjunger* av Delia Owens
- *Tango i tabernaklet* av Karin Brunk Holmqvist
- *Lättklätt i tryckkammaren* av Karin Brunk Holmqvist
- *Sommar på den lilla ön i havet* av Jenny Colgan
- *Tillbaka på den lilla ön i havet* av Jenny Colgan
- *Nya på listan*
- *Faderland* av Robert Harris
- *Överlevarna* av Alex Schulman
- *Bränn alla mina brev* av Alex Schulman
- *Mitt hjärtas oro* av Malou von Sivers

Besöksadress Ankaret  
Hagalundsgatan 33  
Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon  
08 83 74 63  
E-postadress

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)

## KONTAKTRUTAN

Ordf. Bengt Norrbom

Tel 070 5654454

[bengt@norrbon.nu](mailto:bengt@norrbon.nu)

Vice ordf: Anne Utter:

Tel 070 7792571

[anne.utter@telia.com](mailto:anne.utter@telia.com)

Sektioner. Carl-Magnus Wiklund:

Tel 0708 721821

[cm.wiklund8@gmail.com](mailto:cm.wiklund8@gmail.com)

Kulturfrågor Kerstin Zetterlund;

Tel 073 9624278

[kerstin.zetterlund@gmail.com](mailto:kerstin.zetterlund@gmail.com)

Kassör Lillemor Sundholm;

Tel 070 6610521

[lillis.sundholm@gmail.com](mailto:lillis.sundholm@gmail.com)

Klubbmästare Ingrid Andersson:

Tel 070 8288697

[hemtillingrid@gmail.com](mailto:hemtillingrid@gmail.com)

Sekr och webbred. Anniqua Lindström;

Tel 0707 104545

[anniqua.lindstrom@gmail.com](mailto:anniqua.lindstrom@gmail.com)

Medlemssekreterare

Titti Schöldberg

Anitha Hedin

Tel 83 74 63 ti,to 10 – 12

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto: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** Anne Utter 070 7792571

## Känner du dig ensam och orolig?

Du kanske behöver någon att prata med för att bryta din isolering. Isoleringen under pandemin är svår att uthärda för de flesta av oss och det är lätt att känna sig ensam. Om du känner för det får du ringa vem som helst i styrelsen som samtalspartner. Vi sitter ju alla i samma båt. Telefonnumren hittar du i kontaktrutan. Om du hellre vill kan du ringa expeditionen så tar vi kontakt.

### Viktiga telefonnummer

Om du blir sjuk ring 112 för ambulans

Om du mår dåligt men inte är akut sjuk ring 1177

Om du känner oro och har medicinska frågor ring 113 13

Apotek på telefon för dig som inte använder dator. Ring 020-899165

### Ny medarbetare på förenings-expeditionen

Titti Schöldberg har efterträtt Marita Pettersson. Hon kommer även att fungera som medlemssekreterare när hon blir varm i kläderna.

Vi önskar henne hjärtligt välkommen!!

Besöksadress Ankaret

Hagalundsgatan 33

Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon

08 83 74 63

E-postadress

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)