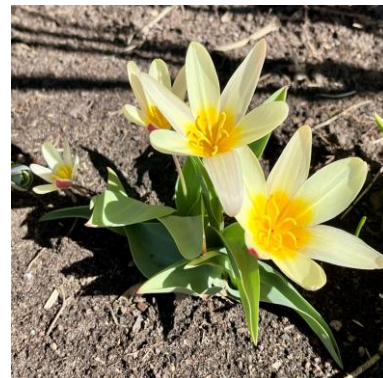




Medlemsbrev 3 – 2026

Måndagen den 16 mars hade Söndrumsvännerna medlemsträff med ca 80 deltagare. Ordföranden Anna-Karin Malmkvist informerade om vad som händer i närtid samt om en ny utredning om planering av Plus-bostäder. Sedan underhöll "Gött MoS" (Mats Svensson och Svante Paulson) med svensk och utländsk musik från förr.



Pratcaféet den 17 mars på Församlingscaféet. Vi var drygt 20 Söndrumsvänner som minglade denna härliga våreftermiddag. Mycket prat och skratt och Fredrik som gräddar våfflor. En favorit, men det finns mycket annat att välja på i caféet!

Nästa **pratcafé** var den **31 mars** med ett tiotal deltagare. De flesta ville ha Fredriks goda våfflor! En stunds trevligt prat och många goda skratt!



Besök på avfallsverket den 18 mars

Vi var 20 personer som HEM:s kommunikatör Åsa Montán tog emot i besöksrummet på avfallsverket, där filmen rullade med bilder av sopornas väg. Medan vi fikade berättade Åsa om hur verket fungerar, vikten av att knyta våra färgglada soppåsar med dubbla knutar, och verksamhetens betydelse för vår miljö. Efter fiket fick vi ta på oss skyddskläder och ge oss ut bland soporna. Jätteintressant!



Trivsellunchen den 8 april var på Restaurang Tylebäck i Frösakull där ca 40 medlemmar deltog. Ett jättestort salladsbord, en fisk- resp. köttträtt, kaffe med kaka. Det smakade jättegott och vi lät oss väl smaka!



Studiecirkel om att bygga bostäder för äldre.

På Kommunala pensionärsrådet presenterade representanter från kommunen och HFAB en utredning om att bygga fler attraktiva bostäder för äldre. Man ville veta hur vi "årsrika" tycker att ett bra boende ska vara så att vi vill flytta dit när vi behöver på grund av stigande ålder.

Söndrumsvännerna startade en studiecirkel för att diskutera frågan. Två träffar, 23 och 30 mars, med 14 deltagare. Många intressanta och spännande perspektiv på boende diskuterades. Två viktiga förutsättningar kom fram. Vi "årsrika" är inte en homogen grupp. Många olika boenden behövs och de skall vara tillgängliga både fysiskt, socialt och ekonomiskt. Skall man flytta till en ny lägenhet måste det finns ett mervärde, en guldkant, i det nya boendet! Våra synpunkter lämnades vidare till kommunens och HFAB:s representanter.

Rundvandring på Halmstads Slott den 15 april 2026

Vi var 20 st deltagare som var med på rundvandringen. Vår guide hette Josefine och jobbade på muséet. Hon berättade om slottets historia. När det byggdes i början av 1600-talet var Halmstad och Halland danskt. Vid freden i Roskilde 1658 blev Halland svenskt. Sedan 1945 används slottet som bostad åt landshövdingen. På väggarna hänger mycket konst som dels är inlånad och dels kommer från Halmstadgruppen mm. En mycket trevlig rundvandring!



Medlemsträff den 20 april kom 114 medlemmar. Anna-Karin Malmkvist hälsade medlemmarna från Tylövännerna välkomna till Söndrumsvännerna. Efter allmän information kom dietisten Milene Svanå och pratade om friska och hälsosamma matvanor för "årsrika". Proteinbehovet ökar och energibehovet minskar. Vi behöver dubbelt så mycket vitamin D samt dricka ca 1 – 1,5 lit vätska varje dag. Sedan blev det fika med goda mackor och lottdragning. Så var det dags för eftermiddagens höjdpunkt! Minnesmästaren Martin Nilsson tipsade oss om hur vi skulle träna minnet, olika minnestekniker och ha lättare att komma ihåg. En mycket spännande och lärorik föreläsning!

Vad händer härnäst?

- **Studiebesök på Räddningstjänsten den 27 april kl 14.00.** Skydd vid brand och olika krissituationer. Vi får se lokalerna, fika och prova på att släcka eld.
- **Musikquiz den 28 april kl 14.00** på Söndrums Folkets Hus
- **Pratcafé den 28 april kl 14-16** i Församlingsgårdens café. Sista pratcaféet är den 12 maj.
- Halmstad växer - **rundresa med buss i Halmstad den 13 maj.** Vi besöker områden som byggts nytt de senaste åren. Guide är Urszula Hansson.
- **SPF Seniorernas Folkhälsovecka 18 – 22 maj** – tipspromenad i Grötvik den 21 maj kl 14.00, möjlighet att prova på boule utomhus (19 och 21 maj kl 09.00), promenad 20 maj kl 10.00, bangolf 20 maj kl 14.00 samt SPF Föreläsningar varje dag kl 10.00.