

# VÅRPROGRAMMET 2018



*Lindhem, Örvägen 2. Här finns vår expedition samt lokaler för cirklar och mindre möten..  
Foto Solweig Flemmer.*

## ***BLI EN ELDSJÄL I VÅR FÖRENING - DU OCKSÅ!***

*Vår förening har förmånen att kunna erbjuda dig som medlem ett varierat och fylligt program för våren och hösten. Nu är det ju så att detta gör sig inte av sig själv. Det är många idoga eldsjälarna i vår förening som planerar, förbereder, genomför och följer upp de aktiviteter som erbjuds i våra program.*

*Titta gärna igenom vårt program och se i vilka aktiviteter just du skulle kunna bidra med dina kunskaper och din fallenhet genom att bli en eldsjäl, ställa upp för andra, lära känna nya medlemmar, ha trevligt och roligt. Kontakta gärna de personer som står nämnda i de olika aktiviteterna och anmäl ditt intresse att bistå. Var så säker, många händer gör ett lätt arbete. Du behövs! Välkommen som eldsjäl!*

***Ulf Grufman***  
***Ordförande SPF Seniorerna i Väsby***

## **KALLELSE TILL ÅRSMÖTE**

Medlemmarna i SPF Seniorerna i Väsby kallas till årsmöte i Messingen vid Love Almqvists torg 1

**måndagen den 26 februari 2018 kl 14.**

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast den 15 januari.

Årsmöteshandlingar finns tillgängliga på kansliet i Vuxenskolans Lindhem, Örvägen 2 den 19 februari.

Därefter kan föreningens ordförande Ulf Grufman, telefon 070 519 31 43, kontaktas.

## Förslag till dagordning för årsmötet:

1. Årsmötets öppnande
2. Parentation
3. Val av ordförande under årsmötet
4. Val av sekreterare under årsmötet
5. Val av justeringsmän jämte rösträknare
6. Mötets stadgeenliga utlysande
7. Fastställande av dagordning
8. Styrelsens verksamhetsberättelse och årsredovisning
9. Fastställande av resultat- och balansräkning
10. Revisorernas berättelse
11. Beslut om ansvarsfrihet för styrelsen
12. Fastställande av kostnadsersättning till styrelse, valberedning, kommittéer och revisorer. **Styrelsens förslag: 15000 kr**
13. Behandling av motioner
14. Behandling av förslag från förbund, distrikt och föreningens styrelse

**Stadgeändringar:** Motioner ska inlämnas till styrelsen senast 4 veckor före årsmöte, Vid årsmötet ska två revisorer utses, Styrelsen bör ha udda antal ledamöter.

15. Budget och verksamhetsplan för 2018
16. Fastställande av årsavgift för 2019. **Styrelsens förslag: 260 kr.**
17. Fastställande av antalet styrelseledamöter
18. Val av ordförande för 2018
19. Val av övriga styrelseledamöter
20. Val av revisorer och ersättare
21. Val av valberedning
22. Val av ombud och ersättare till distriktsstämman
23. Övriga frågor
24. Mötet avslutas

**Tag med till årsmötet!**

# KUNSKAP

*Ingrid Näsholm är studieombud i vår förening, se sid 23. Om du har önskemål eller funderingar om studiecirklar ska du inte tveka att kontakta henne. Vi samarbetar med Studieförbundet Vuxenskolan Lindhem Örvägen 2. Alla SPF-medlemmar erhåller 10% rabatt på studiecirkelarna i deras ordinarie utbud. De har e-post [abc@sv.se](mailto:abc@sv.se) och telefon 08-120 551 00.*

## Kommungruppen startar 1 februari kl 14

Studiecirkeln för dig som är intresserad att vara med och diskutera och påverka i kommunala frågor som rör oss äldre.

### Upplysningar och anmälan Sten Deutgen

[sten.deutgen@outlook.com](mailto:sten.deutgen@outlook.com) eller tel 08-590813 35, 070-996 24 43.

Ingen avgift

## *Alla kan surfa*

### Att använda Android smartphone steg-för-steg

Intresset för att kunna använda smartphone har blivit större och större. Både som nöje och för ökad delaktighet samt som stöd och hjälp i vardagen. Studiecirkeln vänder sig till dig som på ett enkelt sätt, steg-för-steg, vill lära dig grunderna i att hantera en smartphone.

Start	Måndag den 5 februari
Klockan	10.00 – 12.15
Antal tillfällen	5
Lokal	Lindhem, Örvägen 2
Ledare	Helena De La Rosée
Pris	450 kronor vid minst 8 deltagare.

### Anmälan senast 30 januari till

[ingrid.nasholm@telia.com](mailto:ingrid.nasholm@telia.com)  
eller tel 08-590 806 22, mobil 070 748 18 59



# KUNSKAP

## **Handarbetsträffar i Rubinen på Dragonvägen 88-90, kl 11-13**

Vad kan Du göra med dina händer? Kom och låt dig inspireras, prova på, skapa, komma igång. Vi startar den **15 januari 2018** därefter **måndagarna 5 februari, 5 mars, 9 april, 2 maj samt den 28 maj.**

Kaffe och smörgås finns att köpa för 20 kr.  
**Anmäl dig till [ingrid.nasholm@telia.com](mailto:ingrid.nasholm@telia.com) eller tel 08-590 806 22, mobil 070-748 18 59**



## **Lyssna Klassiskt 17 januari kl 10-12.15**

Vi träffas varannan onsdag på Lindhem, Örvägen 2. Du är varmt välkommen till musikcirkeln. **Kontakta Lennart Järnerud, [lennart.jarnerud@telia.com](mailto:lennart.jarnerud@telia.com) eller tel 08-590 336 28.** Ingen avgift

## **Litteraturscirkel 18 januari kl 10.30-12.45**

på Lindhem, Örvägen 2. varannan torsdag ojämn vecka. **Kontakta Kerstin Lundström [kerstin.lundstrom@tele2.se](mailto:kerstin.lundstrom@tele2.se) eller tel 08-590 804 38.** Ingen avgift

## **Litteraturscirkel 18 januari kl 10-12.15**

på Lindhem Örvägen 2. Varannan torsdag, ojämn vecka. Vi välkomnar nya deltagare. **Kontakta Birgitta Engberg, [gb.engberg@telia.com](mailto:gb.engberg@telia.com) eller tel 08-590 343 09.** Ingen avgift

# MÅNADSMÖTEN

*Alla medlemmar i Väsbysekiörerna hälsas varmt välkomna till våra månadsmöten i Messingen, Love Almqvists torg 1, klockan 14. Mingel, underhållning, förenings- och samhällsinformation, servering och lotterier. För anmälan och avgift se respektive datum nedan.*

## 29 jan Vart är Ryssland på väg under Putin?

Rysslandskännaren Stig Fredrikson håller ett intressant föredrag.

Anmälan via e-post till [manadsmote@spfvasby.se](mailto:manadsmote@spfvasby.se) eller telefon 073-672 09 62 Christina Hansson. Avgiften 40 kr betalas vid entrén.

Månadens politiker är Oskar Weinmar (M).



## 26 feb SPF Seniorernas årsmöte. "Melodier man minns" med Annica Risberg och Sven Idar.



Annica Risberg och Sven Idar bjuder på en musikalisk pyttipanna med smaker från schlager, visor, musikalerna och en doft av swing.

Därefter årsmötesförhandlingar i matsalen. Obligatorisk anmälan till [armsote@spfvasby.se](mailto:armsote@spfvasby.se) eller telefon Birgitta Högelin 073-035 83 44. Ingen avgift.

# MÅNADSMÖTEN

## 26 mars ”I huvudet på en gammal hövding”

**Björn Eriksson** f.d. landshövding i Östergötlands län, f.d. rikspolischef, ordförande i Riksidrottsförbundet m.m. håller en intressant och underhållande föreläsning om sina erfarenheter och upplevelser.

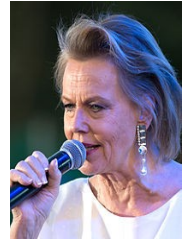


**Anmälan via e-post [manadsmote@spfvasby.se](mailto:manadsmote@spfvasby.se) eller telefon 073-659 86 20 Gunnevi Norgren.** Avgiften 40 kr betalas vid entrén.

Månadens politiker **Ann-Christin Frickner (C)**

## 23 apr ”Högt över havet...” Möt Arja Saijonmaa

Vi är glada att kunna hälsa en av våra allra mest folkkära artister, Arja Saijonmaa, välkommen till oss i SPF Seniorerna i Väsby. Kom och lyssna till några av hennes mest älskade sånger.



**Anmälan via e-post [manadsmote@spfvasby.se](mailto:manadsmote@spfvasby.se) eller telefon 070-853 98 60 Solweig Flemmer.** Avgiften 40 kr betalas vid entrén.

Månadens politiker är **Maria Fälth (KD)**.

## 28 maj Musikunderhållning ”...där små citroner gula...”

Det blir spansk och italiensk musik för två gitarrer. **Liv och Per Skareng** framför klassiska pärlor och kända melodier. **Anmälan via e-post [manadsmote@spfvasby.se](mailto:manadsmote@spfvasby.se) eller telefon 070-853 98 60 Solweig Flemmer.** Avgiften 40 kr betalas vid entrén.



Månadens politiker är **Margareta Hamark, (L)**

# STUDIEBESÖK

## **ANMÄLNINGS- OCH BETALNINGSREGLER**

*Programkommittén hälsar alla varmt välkomna till vårens studiebesök. Anmälan till aktiviteterna är obligatorisk och bindande.*

*Betala till SPF bankgiro 5139-1456 först när du fått klartecken om plats. Ange alltid evenemang och namn på alla deltagare, som inbetalningen gäller. Betalning utan föregående anmälan berättigar inte till plats. Vid avbokning före betalningstidens utgång återbetalar vi insänd avgift.*

### **17 jan Pahlén AB, Djupängen, Vallentunavägen 403 kl 12.30**

Vi besöker Pahlén AB i Fresta, ett familjeföretag med 50 års erfarenhet av tillverkning av utrustning för swimmingpooler. Vi får höra om företagets historia och göra en rundtur i fabriken, där all tillverkning sker. Besöket avslutas med att vi blir bjudna på kaffe.

Anmälan senast 12 jan till Gunilla Ahlberg, [gunilla-helge@telia.com](mailto:gunilla-helge@telia.com) eller telefon 073-340 40 56. Besöket är gratis men om man uteblir utan avbokning debiteras 100 kr.



### **15 feb Kungliga slottet, Festvåningen kl 13**

Välkommen till ett av Europas största och mest levande slott! Förutom slottets paradvåningar finns tre museer med kunglig historia – Skattkammaren med riksregalierna, Museum Tre Kronor som skildrar slottets medeltida historia och Gustav III:s antikmuseum med skulpturer från antiken. Som ett fjärde steg besöker vi nu i vår Festvåningen.

Anmälan senast 1 februari till Peo Bergman, e-post [peobergman@gmail.com](mailto:peobergman@gmail.com) eller tel. 070-580 19 40.

Betalning 185 kr senast 10 feb efter klartecken om plats till SPF bankgiro 5139-1456. Märk betalningen "Stockholms slott" och ditt namn.



# STUDIEBESÖK

## **21 feb Käppala reningsverk, Södra Kungsvägen 315, Lidingö kl. 13**

Vi besöker Käppalaverket. Här renas avloppsvatten från mer än en halv miljon människor, bl. a. från Upplands Väsby. Vi ser först en film och blir sedan guidade runt anläggningen. Besöket tar 1,5 – 2 timmar.

**Anmälan senast 11 feb till e-post [christina.s.hansson@gmail.com](mailto:christina.s.hansson@gmail.com) eller tel. 073-672 09 62. Ingen avgift, men om man uteblir utan avbokning debiteras 100 kr.**

## **5 mars Rydells Blommor i Vallentuna kl 13**

Vi besöker specialisten på blommor i våra vanliga butiker. Vi får höra om företagets historia, visioner, besöka det 6000 m<sup>2</sup> stora växthuset fullt med tulpaner och/eller andra blommor, se packcentralen m.m. Kanske kan vi packa en egen bukett! Besöket avslutas med kaffe.

**Anmälan senast 22 feb till Peo Bergman, e-post [peobergman@gmail.com](mailto:peobergman@gmail.com) eller tel. 070-580 19 40. Besöket är gratis men om man uteblir utan avbokning debiteras 100 kr.**



## **12 mars Långholmen, Långholmsmuren 20, kl. 12**

Vi får en guidning om öns 250 åriga fängelsehistoria, gå in i en fängelsecell och uppleva hur fångarna bodde och deras vardag. Vid lämpligt väder, tar vi en promenad på ön. Totalt ca en timme. Därefter äter vi lunch på Långholmens värdshus.

**Anmälan senast 25 feb till e-post [christina.s.hansson@gmail.com](mailto:christina.s.hansson@gmail.com) eller tel. 073-672 09 62. Betala 209 kr (inkl. lunch) efter klartecken om plats till SPF bankgiro 5139-1456 senast den 2 mars. Märk betalningen med Långholmen och ditt namn.**

# STUDIEBESÖK

## 9 april Aula Medica, Nya Karolinska i Solna kl 11.30

En guidad tur på ca 1 timme i den spektakulära och omtalade aulan. Efter visningen kan de som önskar äta på Restaurang Nanna Svartz för ca 120 kr. Ange om du vill att jag bokar bord.

Anmälan senast den 23 mars till Gunnevi Norgren, [norgren.norgren@outlook.com](mailto:norgren.norgren@outlook.com) eller tel. 073-659 86 20. Betala 92 kr efter klartecken om plats, till SPF bankgiro 5139-1456 senast den 3 april. Märk betalningen Aula Medica och ditt namn.



## 17 april Fjärilshuset och Ocean Park, Hagaparken

Följ med på en guidad tur på ca 1 timme i Fjärilshusets tropiska miljö och Ocean Park. Café finns i Fjärilshuset och i närbelägna Koppartältet.

Anmälan senast 6 april till Gunnevi Norgren, e-post [norgren.norgren@outlook.com](mailto:norgren.norgren@outlook.com) eller tel. 073- 659 86 20. Betala 181 kr efter klartecken om plats, till SPF bankgiro 5139-1456 senast den 12 april. Märk betalningen Fjärilshuset och ditt namn.

## 25 april Rundtur med buss på Lidingö

Följ med Lars Wahlström på en ca 4 timmar lång guidad rundtur på Lidingö. Vi träffas kl 10.20 vid Upplands Väsby station. Runt 12.30 gör vi ett stopp för lunch som ingår i kostnaden 330 kr.

Anmälan senast den 18 april till [ulf-spf@telia.com](mailto:ulf-spf@telia.com) eller telefon 070-326 54 75 Ulf Garding.

Efter klartecken om plats, betala 330 kr till SPF bankgiro 5139-1456. Märk betalningen Lidingö och ditt namn.

# STUDIEBESÖK

## 16 maj Vikingaliv kl 13

Vi besöker museet Vikingaliv på Djurgården. Vi tar med dig in i en utställning där du utifrån de senaste arkeologiska och historiska rönen får se hur vikingatiden kan ha gestaltat sig. Det är en utställning om vikingarnas historia då det varken fanns kungadömen eller riksdag som styrde samhället. På en guidad visning får vi också uppleva Ragnfrids saga, en resa i vikingatiden.

Anmälan senast 6 maj till Peo Bergman, e-post [peobergman@gmail.com](mailto:peobergman@gmail.com) eller tel. 070-580 19 40.

Betalning 126 kr senast 10 maj efter klartecken om plats till SPF bankgiro 5139-1456. Märk betalningen ”Vikingaliv” och ditt namn.



## 17 maj O'Sofina Nockebytorg, Bromma, kl 18

Följ med till en mingelkväll i klädaffären som satsar lite utöver det vanliga. Vi bjuds på bubbel och små snittar och vi får vägledning om vad man ska tänka på när man väljer kläder. Vi har butiken med inspirerande och duktig personal för oss själva i ett par timmar. Begränsat antal.

Obligatorisk anmälan till Gunnevi Norgren [norgren.norgren@outlook.com](mailto:norgren.norgren@outlook.com) senast den 7 maj.

Ingen avgift men om du anmält dig och vid förhinder inte avbokar, betalar du 100 kr.

# STUDIEBESÖK

## **24 maj Vandring i Rosersbergs Slottspark**

Vandring i bokskogen i Rosersbergs Slottspark med Håkan Talling. Upplev vårens blommor m.m. Tag med egen kaffekorg. Vi tar en fikapaus vid Mälarens norra strand. Vi träffas vid Hammarby Apotek/Picchus café klockan 13.00 och samåker till Rosersbergs Slottspark.

**Anmälan senast 20 maj till Ulf Garding [ulf-spf@telia.com](mailto:ulf-spf@telia.com) eller telefon 070-326 54 75.**

**Betala 30 kr efter klartecken om plats, senast 22 maj till SPF bankgiro 5139-1456. Märk betalningen Rosersberg och ditt namn.**

## **30 maj Slottsträdgården Ulriksdal, Slottsträdgårdsv. 8, Solna**

Klockan 10.25 samlas vi vid huvudentrén där vi möter Bosse Rappne som tar oss med på rundvandring och visning av handelsträdgården.

Därefter vegetarisk lunchbuffé med varma och kalla rätter, soppa, smör och bröd, vatten och kaffe till en kostnad av 165 kr som betalas på plats. Efter buffén och fram till klockan 14 egen rundvandring i växthus och trädgårdsbutik. **Bord är bokade till alla i gruppen. Vänligen meddela om du inte önskar stanna och äta.**

**Anmälan till [solweig.flemmer@telia.com](mailto:solweig.flemmer@telia.com) eller 070-853 98 60 senast den 29 april.**

**Efter klartecken om plats, betala 108 kr till SPF bankgiro 5139-1456 senast 22 maj. Märk betalningen Ulriksdal och ditt namn.**

# STUDIEBESÖK

## **4 juni Upplev Bergmanåret i Filmstaden, Greta Garbos väg, Solna, kl. 13**

Bergmanguidningen bjuder på en helt ny promenad i Filmstaden. Vi får även en filmvisning med några av de mest berömda scenerna i Bergmans filmklassiker. Guidningen tar c:a 1,5 timme och sedan blir det kaffe/te med gott bröd. Samling kl. 12.50 på Greta Garbos väg 3 i Solna.

**Anmälan senast 25 maj till Iréne Jansson, [malbyirene@telia.com](mailto:malbyirene@telia.com) eller tel. 070-525 10 90.**

**Betala 150 kr efter klartecken om plats senast 30 maj till SPF bankgiro 5139-1456. Märk betalningen Filmstaden och ditt namn.**



## **12 juni Armémuseum, Riddargatan 13 kl. 13 Mörkläggnings, kaffesurrogat och gengas**

Armémuseum bjuder på en spännande berättelse om den vanliga människans liv i krig och fred. Visningen, som handlar om Sverige under andra världskriget, tar c:a 1 timme. Vi träffas vid entrén kl. 12.50.

**Anmälan senast 1 juni till Gunilla Ahlberg, [gunilla-helge@telia.com](mailto:gunilla-helge@telia.com), eller tel. 073-34040 56.**

**Betala 45 kr efter klartecken om plats senast 7 juni till SPF bankgiro 5139-1456. Märk betalningen Armémuseum och ditt namn.**

## KULTUR OCH NÖJE

*Kom med du också till våra trivsamma arrangemang och träffa nya och gamla vänner. Alla våra event sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Har du önskemål om nya aktiviteter, kontakta programkommittén.*

### **Pub-afton med SPF Seniorerna på Scandic ”Lilla Blå” 5 februari kl. 18**

Gemensam måltid med kött- eller fiskrätt, sallad/frukt och kaffe.  
Kostnad 150 kr betalas direkt till Scandic vid ankomsten,  
dryck tillkommer.

Anmälan senast 29 januari till [peobergman@gmail.com](mailto:peobergman@gmail.com)  
eller tel 070-580 19 40.

**Ange om du vill äta kött eller fisk; obligatorisk uppgift!**

### **Seniorernas danskvällar**

På grund av planerat byte av golv i Scenrummet i Messingen får vi i skrivande stund inte boka lokaler för dans under vårterminen.

### ***Kom med och spela kort:***

#### **8 jan kl 13-16 Canasta**

måndagar i Vilundahallen,  
Husarvägen 29. Välkomna till  
vårt glada gäng alla intresserade.

Kontakta Bengt Alm,  
[Panchosarna@hotmail.com](mailto:Panchosarna@hotmail.com)  
eller tel och sms 070-547 92 59.  
Avgift 100 kr.

#### **9 jan kl 13-16 Gin rummy**

tisdagar på Lindhem, Örvägen 2, Nya  
spelare är hjärtligt välkomna.

Anmälan till Margot Mårtensson,  
[margot.martensson@tele2.se](mailto:margot.martensson@tele2.se)  
eller tel 08-590 816 86.  
Avgift 100 kr.

# KULTUR OCH NÖJE

## 19 feb O'Learys kl 12.30

Vi träffas på O'Learys i Mall of Scandinavia och äter deras stora lunchbuffet. Därefter går vi till deras aktivitetshall. Där roar vi oss med olika aktiviteter. Bowling, shuffelboard och kanske lite äventyrsgolf. En rolig och spännande eftermiddag utlovas.

Anmälan senast 9 feb till Peo Bergman, e-post [peobergman@gmail.com](mailto:peobergman@gmail.com) eller tel. 070-580 19 40.

Betalning 200 kr sker på plats direkt till O'Learys.

### **Seniormässan 2018**

Årets tema:

*”Det hälsosamma äldrandet”  
i Messingen torsdagen den 1 mars  
klockan 13 – 16*

## **Pub-afton med SPF Seniorerna på Scandic ”Lilla Blå” 19 mars kl. 18**

Gemensam måltid med kött- eller fiskrätt, sallad/frukt och kaffe.  
Kostnad 150 kr betalas direkt till Scandic vid ankomsten, dryck tillkommer.

Anmälan senast 12 mars  
till [peobergman@gmail.com](mailto:peobergman@gmail.com) eller 070-580 19 40  
**Ange om du vill äta kött eller fisk; obligatorisk uppgift!**

# KULTUR OCH NÖJE

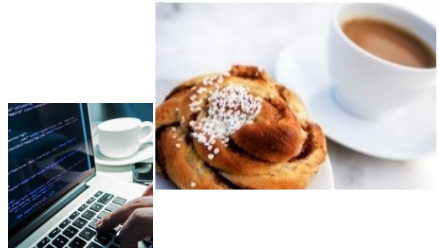
## IT-café

Fyra fredagar kl.13. Droppa in på Lindhem, Örvägen 2, där vi pratar IT/data och bjuder på kaffe.

Vi har ett tema som rör pc-datorer. Det pratar vi om, men har du ett datorproblem, presentera det och kanske kan vi lösa det. Varje träff är 2-3 timmar.

**19 jan Datorns historia**                      **23 mars It-säkerhet**  
**16 feb Hjälpmedel i datorn**                **20 april Sociala medier**

**Kontakt: [kenne@spfväsby.se](mailto:kenne@spfväsby.se) eller ring 070-610 71 30.**



## Vintercafé Tema Trygghet på Lindhem Örvägen 2, klockan 13

Ingen föranmälan. Fri entré. Vi bjuder på kaffe.

**31 jan Hemtjänst**  
**Jessica Carléus och Mikaela Lundberg**, kundvägledare på Väsby Direkt, informerar om hemtjänsten i Upplands Väsby.

**28 feb Koll på läkemedel**  
Apotekare **Lars-Åke Söderlund**, Apoteket AB berättar om Äldre och läkemedel.

**14 mars Trygghetslarm**  
**Magnus Westhed** berättar om trygghetslarm och trygghetstelefoner.

Bussar 524 och 545, hållplats Lindhemsvägen. Fri parkering. **Välkommen!**



# KULTUR OCH NÖJE

**BIO SOBER har filmvisning våren 2018 i Abbasalen, Messinghuset, onsdagar kl. 13.00 och 15.00. Kostnad 40 kr. Lunch, 11.00 – 13.00, å 60 kr betalas i restaurangen. Filmer markerade med \* visas endast för medlemmar och medlemskort å 50 kr kan köpas vid visningstillfället.**

***Med reservation för ev. ändringar.***

- 10/1 Tulpanfeber. Handlar om 1600-talets tulpanmani. 105 min, 2017  
17/1\* En väldig vänskap. Ett vackert och varmt isländskt drama om udda människor. 94 min, 2017  
24/1\* 7 miljonärer. En svensk komedi. 98 min, 2006  
31/1 American Made. Om en pilot som värvas av CIA. 115 min, 2017  
7/2\* A United Kingdom. Den sanna historien om ett blandäktenskap i Sydafrika, utspelas år 1947. 111 min, 2017  
14/2\* Frantz. Skildrar en kärleksrelation och spänningen mellan tyskar och fransmän året efter första världskrigets slut. 113 min, 2017  
21/2 The zookeepers wife. Året är 1939 i Warszawa. En zooägare hjälper familjer att fly genom tunnlar under zoot. 122 min, 2017  
7/3\* After the sunset. En actionkomedi om en mästertjuv och jakten på en av världens störta diamanter. 98 min, 2004  
14/3 10000 BC. Ett epos om en mammutjägare och hans resa för att säkra framtiden för sin stam. 108 min, 2008  
21/3\* Återstoden av dagen. Engelskt drama byggt på en roman av 2017 års nobelpristagare Kazuo Ishiguro. 129 min, 1993  
4/4 Känslan av ett slut. Ett arv och barndomsvänner får Tony Webster att omvärdera sitt tidigare liv. 104 min, 2017  
11/4\* Amelia. Amelia Earheart var den första kvinnan att ensam flyga över Atlanten. 111 min, 2009  
18/4\* Big Eyes. Om makarna Keane och ”Big Eyes” målningarna. Vem av dem är konstnären? 105 min, 2014  
25/4 En flodhäst i tesalongen. En dramakomedi som driver med kulturelit och överklass i Downton Abbey- miljö. 86 min, 2017  
2/5 The Salesman. Ett oscarsbelönat iranskt drama. 123 min, 2016  
16/5 Crooked House. En kriminalfilm efter en detektivroman av Agatha Christie. 115 min, 2017

# RESOR

**För information och intresseanmälan kontakta:**

**Arne Jakobsson 070-798 63 34, [arne.jakobsson+spf@gmail.com](mailto:arne.jakobsson+spf@gmail.com)**

**Leif Welander 070-699 14 16, [leif.welander+spf@gmail.com](mailto:leif.welander+spf@gmail.com)**

**Inger Sörling Hovsenius 070-337 43 80,**

**[ingersorlinghovsenius@telia.com](mailto:ingersorlinghovsenius@telia.com)**

*Vi hade planerat en resa till Madrid den 2-6 maj och en till Gotland 23-26 augusti tillsammans med Resia. Den 15 november stängdes på initiativ av Resias ledning deras kontor på Centralvägen. Resan till Madrid är stoppad, men vi hoppas kunna genomföra resan till Gotland tillsammans med Eva Drugge i ny regi.*

## 23 - 26 augusti Gotland

Buss från Väsby Station kl. 09.00 med Ellenius Buss. Färja från Nynäshamn till Visby där vi bor på hotell Scandic Visby. På em. aktiviteten ”Skål för Världsarvet”, stadsvandring inkl. pubstopp och smak av Gotlandsdricke. 3-rätters middag på restaurang Munkkällaren exkl. dryck.

Dag två heldagsutflykt till Fårö, inkl. guide, fm.-fika, Gotlandspannkaka, lunch och em.-fika. 3-rätters middag på Vårdshuset Lindgården, exkl. dryck.



Dag tre avfärd för heldagsutflykt till Södra Gotland inkl. fm.-fika och lunch. Kl. 19.00 3-rätters middag på Vårdshuset Lindgården, exkl. dryck.

Dag fyra återresa med färja Visby-Nynäshamn. Åter i Upplands Väsby ca kl. 16.30.

Pris: Del i dubbelrum ca 7.800 kr. Boende i enkelrum ca 8.250 kr.  
30 platser.

**Intresseanmälan senast 1 april.**

# RESOR

## 12 - 19 oktober Sicilien

Buss från Väsby Station till Arlanda. Vi flyger direkt till Catania där vår reseledare Johan möter oss. Efter en kortare rundtur åter vi en gemensam lunch innan vi beger oss till vårt 4-stjärniga hotell i Naxos där vi har en gemensam välkomstmiddag.

Dag två besöker vi de små byarna Castelmola och Taormina med sin vidunderliga utsikt. Gemensam middag på lokal restaurang i Taormina.

Dag tre far vi mot bergsbyn Savoca – känd från ”Gudfadern” – där vi äter en lättare lunch. Kvällen fri.

Dag fyra far vi till Etna som är Europas högsta aktiva vulkan. Vi provar viner och äter lunch på en lokal vingård innan vi återvänder till Naxos. Kvällen fri.



*Katedralen i Syrakusa*

Dag fem reser vi söderut till Syrakusa, Sankta Lucias hemstad, där vi bor tre nätter. Vi guidas runt i staden och besöker bl.a. stadens katedral, det arkeologiskt kända området Neapolis. På kvällen checkar vi in på vårt hotell och därefter gemensam middag på hotellet.

Dag sex. Egen dag eller frivillig utfärd till Modica med sin berömda choklad och Ragusa med sin imponerande katedral.

Dag sju. Egen förmiddag i Syrakusa. På eftermiddagen tar Johan oss med till sina vänner på en lokal gård, där vi äter middag beredd på sicilianska specialiteter och lokalt vin.

Dag åtta. Efter frukost på hotellet, transfer till flygplatsen för hemresa.

Pris: Del i dubbelrum 14.550 kr. Enkelrumstillägg 2.200 kr.

Priset gäller vid 35 deltagare. För ett mer detaljerat program kontakta resekommittén.

**Intresseanmälan senast 1 maj.**

## MOTION - FRISKVÅRD

*Aktivera dig för att leva längre och bättre*

### Bordtennis

Vilundahallen

Start 9 jan.

Tisdag, kl. 13-15 och Torsdag kl. 10-12

Kontakt Hans Wennberg, 070-328 42 89

[hans.wennberg30@gmail.com](mailto:hans.wennberg30@gmail.com)

Terminsavgift 100 kr



### Badminton

Vilundahallen

Start 9 jan.

Tisdag, kl. 13 och Torsdag kl. 10

Kontakt Åke Leverin, 070-545 83 05

[ake.leverin@telia.com](mailto:ake.leverin@telia.com)

Terminsavgift 100 kr



### Mattcurling

Vilundahallen

Tisdag, kl. 13-16 Start 16 jan.

Torsdag, kl. 10-13 Start 11 jan.

Kontakt Thore Lundström, 070-671 86 20

[thore.lundstrom@gmail.com](mailto:thore.lundstrom@gmail.com)

Kontakt Britt Sule, 08-30 38 10

[britt.sule@spray.se](mailto:britt.sule@spray.se)

Terminsavgift 100 kr



### SPF Golftävling

Kommer att spelas i maj.

Mera information kommer via mail och

på vår hemsida [www.spf.se/vasby](http://www.spf.se/vasby)



Terminsavgiften betalas till bankgiro 5139-1456  
Skriv då vad det avser, t.ex. *Mattcurling och ditt namn.*

## MOTION - FRISKVÅRD

*Aktivera dig för att leva längre och bättre*

### Promenader

*Sök upp en promenadgrupp i din närhet.*

*Det ger dig möjlighet till regelbunden motion och möten.*

Brunnby-Vik:

Mötesplats Närbutikern.

Måndag, onsdag och fredag kl. 10. Året runt.

Kontakt Bengt Gustavsson. 08-590 327 85

[bengt31@gmail.com](mailto:bengt31@gmail.com)



Sjukyrkoberget:

Mötesplats Gångbron vid Råbäcken.

Tisdag, kl. 10

Ta med fika.

Kontakt Chatarina Persson, 08-590 843 44

[chatarina.persson@comhem.se](mailto:chatarina.persson@comhem.se)

### Stavgång

Mötesplats Runbyskolan.

Start och mål för slingor.

Måndag, kl. 10

Kontakt P-O Knuts, 070-817 21 45

[mait.po@gmail.com](mailto:mait.po@gmail.com)

Åke Leverin, 070-545 83 05

[ake.leverin@telia.com](mailto:ake.leverin@telia.com)

Start och mål för slingor.



Har du några idéer och förslag på friskvårdsaktiviteter, ser vi gärna att du framför dem till friskvårdskommittén. Kontakta då [kenne@spffvasby.se](mailto:kenne@spffvasby.se) eller ring 070-610 71 30.



# BRA ATT VETA

*Vi har vårt kansli på Lindhem, Örvägen 2, 194 52 Upplands Väsby.  
Bankgiro 5139-1456.*

*E-post: [info@spfvasby.se](mailto:info@spfvasby.se). Hemsida: [www.spf.se/vasby](http://www.spf.se/vasby). ☐*

## **Styrelse**

Ulf Grufman, 070-519 31 43, [ulf.grufman@spfvasby.se](mailto:ulf.grufman@spfvasby.se) ordförande  
Siv Rosenqvist, 070-741 63 64, [siv\\_rosenqvist@telia.com](mailto:siv_rosenqvist@telia.com) medlemssekr.  
Lars Östman, 073-546 71 46, [lasseo1020@gmail.com](mailto:lasseo1020@gmail.com) kassör  
Birgitta Högelin, 073-035 83 44, [birgitta.hogelin@gmail.com](mailto:birgitta.hogelin@gmail.com) styrelsessekr  
Marwin Höglöv, 070-835 14 35, [marwin.hoglov@comhem.se](mailto:marwin.hoglov@comhem.se) resor, v. ordf  
Christina Hansson, 073-672 09 62, [christina.s.hansson@gmail.com](mailto:christina.s.hansson@gmail.com) program  
Kenne Svensson, 070-610 71 30, [kenne@spfvasby.se](mailto:kenne@spfvasby.se) friskvård  
Börje Karlsson, 070-263 75 00, [borje.karlsson5@comhem.se](mailto:borje.karlsson5@comhem.se) hemsida

## **Valberedning**

Lars Hansson, sammankallande, 072-309 55 55, [lars.hansson38@gmail.com](mailto:lars.hansson38@gmail.com)  
Solweig Flemmer, 070-853 98 60, [solweig.flemmer@telia.com](mailto:solweig.flemmer@telia.com)  
Anders Björendahl, 070-580 96 95, [anders.bjoerendahl@telia.com](mailto:anders.bjoerendahl@telia.com)

## **Revisorer**

Margareta Allard, 072-727 58 51, [allard@telia.com](mailto:allard@telia.com)  
Kjerstin Sjölander, 073-738 76 61, [kjerstin.sjolander@comhem.se](mailto:kjerstin.sjolander@comhem.se)  
Lennart Svensson, suppleant, 076-828 38 32,  
[lennartsvensson.007@gmail.com](mailto:lennartsvensson.007@gmail.com)

## **Friskvårdskommitté**

Kenne Svensson, 070-610 71 30, [kenne@spfvasby.se](mailto:kenne@spfvasby.se)  
Bengt Gustavsson, 073-680 68 25, 08-590 327 85, [bengt31@gmail.com](mailto:bengt31@gmail.com)  
Åke Leverin, 070-545 83 05, [ake.leverin@telia.com](mailto:ake.leverin@telia.com)  
Birgitta Öberg, 070-511 80 46, 08-590 915 29, [obergbirgitta@live.se](mailto:obergbirgitta@live.se)

## **Resekommitté**

Marwin Höglöv, 070-835 14 35, [marwin.hoglov@comhem.se](mailto:marwin.hoglov@comhem.se)  
Leif Welander, 070-699 14 16, [leif.welander+spf@gmail.com](mailto:leif.welander+spf@gmail.com)  
Inger Sörling Hovsenius, 070-337 43 80, [ingersorlinghovsenius@telia.com](mailto:ingersorlinghovsenius@telia.com)  
Arne Jakobsson, 070-798 63 34, [arne.jakobsson@gmail.com](mailto:arne.jakobsson@gmail.com)

# BRA ATT VETA

## Programkommitté

Christina Hansson, 073-672 09 62, christina.s.hansson@gmail.com  
Per Olof Bergman, 070-580 19 40, peobergman@gmail.com  
Solweig Flemmer, 070-853 98 60, solweig.flemmer@telia.com  
Birgitta Ljungberg, 070-745 27 91, b.ljungberg96@gmail.com  
Gunnevi Norgren, 073-659 86 20, ml97153@tele2.se  
Ingrid Näsholm, 070-748 18 59, ingrid.nasholm@telia.com  
Gunilla Ahlberg, 073-340 40 56, gunilla-helge@telia.com  
Irene Jansson, 070-525 10 90, malbyirene@telia.com

## Medlemskommitté

Siv Rosenqvist, 070-741 63 64, siv\_rosenqvist@telia.com  
Barbro Carlsson, 070-716 70 72, barbro.carlsson1@telia.com  
Britt Höglöv, 070-845 43 01, britt.hoglov@comhem.se  
Inger Gustafsson, 073-967 97 47, inger.gustafsson1@home.se

**Hemsida**, Börje Karlsson, 070-263 75 00, borje.karlsson5@comhem.se  
Kenne Svensson, 070-610 71 30, kenne@spfvasby.se

**Studieombud**, Ingrid Näsholm, 070-748 18 59, ingrid.nasholm@telia.com

**Synombud**, Anna-Karin Pommer, 073-626 65 80, tunerpersa@gmail.com

**Hörselombud**, Ingrid Sandell, 08-590 806 64, ingrid.sandell@gmail.com

**Trafikfrågor**, Bengt Gustavsson, 08-590 327 85, bengt31@gmail.com

**Lotteri**, Arne Jakobsson, 070-798 63 34. arne.jakobsson@gmail.com

## Hemsida - [besök spf.se/vasby](http://besok.spf.se/vasby)

*Vår hemsida har adressen [spf.se/vasby](http://spf.se/vasby), där du hittar information om våra månadsmöten, resor, studiebesök, kultur och nöje, motionsaktiviteter m.m. Vi berättar också fortlöpare om vad som händer i föreningen, om våra aktiviteter och om ärenden som varit uppe i styrelsen, i kommunala pensionärsrådet och i den kommunala beslutsapparaten. Här hittar du också vårens programblad.*

**KALENDARIUM**

Sid nr

		Månadsmöten 29 jan, 26 mar, 23 apr, 28 maj. Årsmöte 26 feb. ....	6-7
Jan	8	Canasta gruppen startar.....	14
	9	Gin Rummygruppen startar .....	14
	15	Handarbetssträff, Rubinen startar .....	5
	17	Lyssna klassiskt, cirkelstart.....	5
	17	Pahléns fabriker .....	8
	18	Litteraturcirkelarna startar.....	5
	19	IT café startar .....	16
	31	Vintercafé.....	16
Feb	1	Kommungruppen startar .....	4
	5	Alla kan surfa .....	4
	5	Pubafton Scandic ”Lilla Blå” .....	14
	15	Slottet, festvåningen .....	8
	16	IT café.....	16
	19	O’Learys, Mall of Scandinavium .....	15
	21	Käppala reningsverk .....	9
	28	Vintercafé.....	16
Mars	1	Seniormässa, Messingen .....	15
	5	Rydells blommor.....	9
	12	Långholmen .....	9
	14	Vintercafé.....	16
	19	Pubafton Scandic ”Lilla blå” .....	15
	23	IT café.....	16
Apr	9	Aula Medica Nya KS.....	10
	17	Fjärilshuset, Haga.....	10
	20	IT café.....	16
	25	Busstur Lidingsö.....	10
Maj	16	Vikingaliv.....	11
	17	O’Sofina.....	11
	24	Rosersbergs bokskog.....	12
	30	Slottsträdgården, Ulriksdal .....	12
Juni	4	Filmstaden.....	13
	12	Armemuseet .....	13