



Nu sprakar höstens färger när det här skrivs och november månad går mot sitt slut. Söndag 1 december och första advent är snart här.

När ni läser det här går vi redan mot ljusare tider och alla storhelgerna är överstökade, då är det dags att planera för den kommande våren.

S:t Olofsbladet erbjuder ett stort utbud av varierande aktiviteter våren 2020, bara att välja. Se nedan, några axplock ur vårens agenda ...

➤ **Succé för Var då, då?**

Redaktionens fotograf **Anna Karlsson**, inbjuder återigen alla medlemmar att ta med kameran på promenad och upptäcka allt unikt, vackert och originellt som finns i Norrköping.



➤ **S:t Olofs populära ostprovning** blev fulltecknad direkt – men kommer tillbaka.



➤ **Trevliga utflykter såsom** Hjälmare Kanal med M/F Gustaf Lagerbjelke, besök hos Falbygdens ost. Resa till Baltium, 7 dagar, med flera utflykter.

➤ **4 filmer, Seniorbio på Cnema** med början Hasse och Tage filmen.



➤ **Romprovning x2**

➤ **Mamma Mia, The party, Tyrol**

Som ni ser finns det mycket att skriva in i vårens kalender. /Text: Solweig A

Kvar i sta'n återkommer även i sommar för de



som – ja, just det – är kvar i sta'n, med nya inslag och platser att träffas på.

Vi ses! Anna Karlsson

Kallelse till Årsmöte

Tisdagen den 25 februari 2020 kl. 14.00 håller SPF Seniorerna S:t Olof samt Elsa och Gerda Grandin's Stiftelse årsmöte i Bingolokalen, Slottsgatan 130. Årsmöteshandlingar finns tillgängliga på expeditionen samt på vår hemsida en vecka före mötet. Motioner skall vara styrelsen tillhanda senast 6 veckor innan (14/1). Vi bjuder på fika och lotterier anordnas.

Välkomna!

Ordförande har ordet!

Dags att summera året som varit men även se framåt och fundera över vad det nya året kan ha att erbjuda. Vid vårt möte den 24 oktober – med temat Vård och Omsorg – passade vi på att fira SPF:s 80-årsjubileum genom att överraska och bjuda deltagarna på jubileumstårta – mycket uppskattat. Den 19 november blev det mera tårta, när vi firade vår äldsta medlem Zaga Busch, som hade fyllt 100 år. Vi har försökt erbjuda ett varierat smörgåsbord av program och vi har haft trivsamma och givande möten med många av våra 1 200 medlemmar; men många kan bli fler! Varför inte **tipsa vänner och bekanta** att följa med och bli medlem hos oss i S:t Olof.



Tillsammans mot ofrivillig ensamhet är ett projekt där bl.a. Socialstyrelsen och pensionärsföreningarna SPF, PRO och SKPF gått samman för att arbeta för mer gemenskap och försöka motverka den **ofrivilliga** ensamheten. Uppskattningsvis är mellan en halv och en miljon människor ensamma i Sverige. Människor i storstäder känner sig mer ensamma än folk på landsbygden och det är vanligare med den ofrivilliga ensamheten bland äldre pensionärer än bland nyblivna. Risken att då bli helt isolerad är stor. **"Bli en S:t Olof-kompis"** se sidan 2.

Stort tack till alla våra medlemmar för år 2019, samtidigt som vi önskar er alla en riktigt fridfull och skön jul samt ett gott nytt år 2020 då vi hoppas att åter träffas på nya S:t Olof-aktiviteter.

S:t Olof-hälsningar

Nils Thuleborn
Ordförande

Christina B. Eriksson
V. Ordförande

AKTUELLT

Kvar i sta'n?



Nu träffas vi som är kvar i sta'n, även ni andra får så klart vara med, på mysiga caféer, med hembakat, lätta luncher och andra godsaker. Om det regnar?

Inga problem, alla har servering inomhus.



Tisdag 2 juni kl. 14.00
Tinas Café och sånt
Knäppingsborg
Skolgatan 1



Tisdag 7 juli kl. 14.00
Café Vetekornet,
Hötorget
S:t Persgatan 113



Tisdag 4 aug kl. 14.00
Mocca Deli
Västgötebacken
Tunnbindaregatan 3



Anna Karlsson är kontaktperson och ansvarig, ring Anna på telefon 0703386194, om ni undrar över något. Välkomna och träffa nya och gamla SPF-vänner i sommar! /Text: Anna Karlsson/foto Fritt Facebook

www.spf.se

Vi har även under hösten gjort ett antal e-postutskick via vårt medlemsregister. Har du inte fått några sådana mejl, så kan du själv gå in och kontrollera eller registrera din e-postadress genom att logga in på www.spf.se Mina sidor eller kontakta oss via mejl eller telefon, så hjälper vi till.



S:t Olof fortsätter samarbetet med

SeniorNet Norrköping - dataföreningen för oss som är 55+. Kurser i bl a Microsoft Office, Excel kalkyl, iPad, iPhone och smartphone samt bild- o videoredigering. Läs mer på www.seniorit.se

OBS! Under våren kommer vår hyresvärd Heimstaden att byta stammar i fastigheten. De har därför aviserat att vi tidvis kommer att bli mycket störda av detta arbete. Styrelsen diskuterar nu med Heimstaden för att om möjligt hitta en tillfredsställande lösning på detta problem. Vi återkommer när vi vet mer i frågan. // Nils Thuleborn

Bli en S:t Olof-kompis

I S:t Olof arbetar vi aktivt med att skapa gemenskap på alla våra månadsmöten, bridge, canasta, linedance, resor m.m. Men vi skulle vilja testa och se om vi kan



göra mer. Vi har därför beslutat att under våren 2020 på försök starta något som vi kallat "**Bli en S:t Olof-kompis**". Tanken är att den som känner sig lite ensam och gärna vill träffa någon för en vardagsfika, lördagslunch eller en promenad kan

ringa till vårt kontor och fråga om det finns någon som är intresserad av att följa med någon dag. Vi har redan fått ihop ett 20-tal S:t Olof-kompisar som kan tänka sig att följa med som fika-, lunch- eller promenadkompis. **Nu är det upp till dig som känner att du vill träffa en S:t Olof-kompis att slå en signal och fråga om det finns någon, så förmedlar vi kontakten.**

Och även du som kan tänka dig att bli en "S:t Olof-kompis" är naturligtvis också välkommen att kontakta kontoret så skriver vi upp dig på listan, man kan ju även vara flera som slår sig ihop för att ex. ta en fika.

Text: Nils Thuleborn/ Christina B. E-son

Information från Kommunens Pensionärsråd (KPR)

Norrköpings KPR har en väl fungerade organisation. Vår önskan har varit att vi ska ha fem (5) KPR möten per år för att även kunna ge våra synpunkter till budgeten utifrån de äldres behov. Tyvärr har vi inte kunnat det tidigare, men från och med år 2020 får vi den möjligheten.

Dessutom anser vi att det är viktigt att kommunen arbetar för fler "mellan-boenden" som är ekonomisk möjligt för den enskilde äldre. Vi fortsätter också eftersträva att kommunen ska producera kyld mat och därigenom kunna använda närproducerad mat och få en hållbar framtid. Är du intresserad av vad som händer i KPR finns protokollen på kommunens hemsida. //Text: Caisa Berglund

Ny medarbetare i S:t Olofsbladet



Efter vår vädjan i föregående nummer av S:t Olofsbladet, där vi sökte någon som kunde tänka sig att arbeta med tidningen, fick vi glädjande nog napp. **Solweig Andersson** hörde av sig och tyckte det skulle vara spännande att prova på "jobbet" som redaktör.

Resultatet – S:t Olofsbladet Nr 1/2020 – håller du nu i din hand. Solweig är uppvuxen i Norrköping men bor numera i Skärblacka. Hon har bl.a. arbetat på Sveriges Television i Norrköping, där hon haft många olika arbetsuppgifter, bl.a. scripta, projektledare-/chef för olika produktioner från mellansverige i både SVT1 och SVT2. Vi hälsar Solweig välkommen i redaktionsarbetet och arbetsgruppen. /Text Christina B. E-son

RESOR



Vi har följande resor planerade under nästa period:



28 mars Tyrol och "Mamma mia! The Party."

Första gången du går igenom dörren kommer det att kännas som om

du hamnat i hjärtat av en grekisk paradisos! Du kommer att äta en fantastisk trerätters Medelhavsmeny, dricka, sjunga, dansa bara "having the time of your lives" i en Mamma Mia-värld.

Pris: 1.795 kr/pers. I resan ingår bussresa, musikalbiljett inkl 3-rätters meny på Tyrol.



4 maj Falbygdens Ost Habo kyrka samt Tändsticksmuseet

Resan går mot Motala till Vätterns norra del. Där

blir det bussfika och fin utsikt. Därefter åker vi vidare mot Falköping och Falbygdens ost via Karlsborg, där det blir lunch.

Sedan fortsätter vi mot Habo kyrka för guidning och sist till Tändsticksmuseet i Jönköping.

Pris: 750 kr/pers. I priset ingår bussresa, bussfika x2, lunch, entréavgifter.



Kärlekens trädgård



Avresa 18 maj mot Gryts skärgård och Valdemarsvik. Förmiddagsfika på härliga Björkagårdens Café vid Valdemarsviks kant. Där möter vår lokala guide upp som kommer att berätta om Valdemarsvik på vägen ut mot Gryt. Vi kommer till Kärlekens trädgård som ligger fint belägen i Gryts skärgård. Lunch på Fyruddens restaurang, därefter besök på Gryts varv och en sväng till Ekön.

Pris 575 kr/pers. I resan ingår bussresa, förmiddagsfika, lunch, entré Kärlekens trädgård.

2 juni till Julita Gård, Södermanland och vårt lunchställe med buffé på Hjälmargården invid Hjälmarén. Därefter vidare till Julita Gård. Här möter guide upp och tar oss med på en guidad tur i ca 90 min. Vi får besöka både stora huset och den fina parken.

Pris: 595 kr/pers. I priset ingår bussresa, lunchbuffé på Hjälmargården, guidning på Julita gård, bussfika.



24 augusti Hjälmar kanal

Utflykten går mot Gravudden för att

där stiga ombord på M/F Gustaf Lagerbjelke. Vi får nu ca 3 timmar på båten som tar oss med på Hjälmar-kanal där vi även äter vår lunch. Därefter tar oss bussen till Sköllersta och Lithells butik. Där kan man handla 2:a sortering av märken Sibylla, Lithells och Ridderheims m.fl. till förmånliga priser.

Pris: 850 kr/pers. I priset ingår bussfika, båttur med lunch och besök i Lithells butik.



Baltikum runt 7 dgr 10-17 september.

Besök i de tre huvudstäderna Tallin, Riga och Vilnius.

Pris: 7.750 kr/pers.

I priset ingår bussresa, hotell/färja med halvpension. Rundtur i Tallin, Riga samt Vilnius med lokal guide. Besök på Rundale Palace samt på Trakai Castle.

Ang resor, så har SPF S:t Olof inlett ett samarbete med övriga SPF-föreningar i Norrköping. Det innebär att om det inte blir tillräckligt många som anmält sig, så går erbjudandet vidare till reseansvariga i övriga föreningar med erbjudande att följa med. Därigenom hoppas vi minska risken för att våra resor måste ställas in.

OBS! Med anledning av att Buss-Åke sålt garaget och tomtmarken vid Klinga, så är nu parkeringsmöjligheterna begränsade särskilt i veckorna. Kontakta Buss-Åke för närmare info.

Vi samarbetar med Buss-Åke, därför bokar du dina resor direkt hos Bussbolaget Buss-Åke på telefon 011 – 23 91 00 eller info@bussake.se. Reseledare/guide på de flesta resor.

Kansliet – Slottsgatan 134 är öppet måndag, tisdag & torsdag kl. 10.00 – 12.00, telefon 011 – 10 78 60

Vi har stängt till 6 januari, sommarstängt 29/5 - 14/8 samt stängt från 11/12 2020 - 8/1 2021.

BILDGÅTAN: Var då, då?

Vår eminenta fotograf Anna Karlsson uppmanar oss ännu en gång till promenader i vårt vackra Norrköping. Lyft blicken, eller sänk den, upptäck det man inte ser när man stressar runt på stan, det förenar nytta med nöje.

Ta en "titt" på **de 9 bilderna** och leta sedan reda på vilken plats, bilderna är tagna på.

Alla bilder är tagna inom promenaderna. Skicka in ditt svar via mejl till spfstolof@gmail.com senast **den 15 mars -20**. Vinnaren bjuds på valfritt klubbarrangemang. Vid flera rätta svar dras en vinnare. Resultatet meddelas per e-post samt i nästa nummer av S:t Olofsbladet.

När ni ändå är ute på stan så passa på att ta med din kamera/mobil och ta en bild och delta i vår fototävling **Ladda kameran** – läs mer på sidan 11.



Här kommer lösning på tävlingen: Var då, då? I S:t Olofsbladet nr 2/19.

🏆 Vinnaren i förra tävlingen blev Håkan Möller med 8 rätt. Grattis!

Bild 1 Trädgårdsgatan 6a

Bild 2 Malmska skolan, Ö Promenaden

Bild 3 Hörnet Sandgatan/Tunnbindaregatan

Bild 4 Hörnet Nya Rådstugugatan/Generalsgatan

Bild 5 Bergsbron Södra delen mot gymnasiet

Bild 6 Nygatan 85

Bild 7 S Promenaden 113

Bild 8 Kv. Gropen Källvindsgatan

Motion, spännande upptäckter och nya bekantskaper... det får du om du deltar i tävlingen "Var då, då?"

Intervju med Elisabeth Wirén och Bo Nilsson



"Vi tycker det är jätteroligt att promenera. Att "lyfta" blicken och upptäcka saker man aldrig sett tidigare, ger en ny dimension och en stor kärlek till vår vackra stad. En dag kom vi upp i 18.000 steg. Det absolut svåraste var dörren, bild nr 8 i S:t Olofsbladet Nr 2/19.

Vi gick totalt 6 mil för att till slut hitta den på ett oväntat ställe. Den dörren ledde till att vi blev "kompisar" med några av stadens parkeringsvakter.

Bosse inflikar: "Dörren! Visste att jag sett den hur många gånger som helst. Var tvärsäker på att hitta den i Ö Promenaden. Det sved när jag insåg att jag sett den vid alla besök på Turistbyrån!!!".

ARRANGEMANG – VÅREN 2020

Bindande anmälan till tel. 011 – 10 78 60 eller e-post: spfstolof@gmail.com
Avbokning till expedition senast måndagen före aktuellt arrangemang för att slippa betala.
 Träffarna är i vår lokal, Slottsgatan 134, om inte annat anges. **Välkomna!**

Januari

OBS! Endast kontantbetalning!

- 16 januari, torsdag kl. 14.00

CAFÉ S:T OLOF

Året börjar med trivsamt Café samvaro. Kom och var med i en frågesport "likt sommarkrysset", Torbjörn Isaksson leder oss i den. Kaffe och kaka serveras samt dryck finns att köpa.

Entré + kaffe 20 kr/ Ingen anmälan.

- 23 januari, torsdag kl. 14.00

"EN PROMENAD, FRÅN ROYAL VIA DRAGET TILL AVENY"

Ett kåseri och bilder med Arne Borgstedt. Kaffe och bananbakelse.

Kostnad 80 kr

Anmälan tidigast 7 januari /Avanmälan senast 20 jan.

Februari

- 13 februari, torsdag kl. 14.00 och ev. kl. 17.30

ROMPROVNING

Vi får insikt i, lärdom om samt låter oss njutas av fyra olika sorter av denna ädla dryck.

OBS! Se även 7 maj kl. 14.00.

Kostnad 180 kr

Anmälan tidigast 7 januari/Avanmälan senast 10 febr.

- 20 februari, torsdag kl. 14.00

CAFÉ S:T OLOF – SKIVOR TILL KAFFET!

Gunnar Jansson spelar lite nostalgiskivor från sin stora skivsamling. Kaffe och kaka. Önskas något att dricka, finns det att köpa.

Entré + kaffe 20 kr/Ingen anmälan

- 25 februari, tisdag kl. 14.00

ÅRSMÖTE I BINGOLOKALEN **OBS! dag, tid och plats**

Efter sedvanliga årsmötesförhandlingar och val bjuds det på kaffe och semla. Lotter kan köpas.

Anmälan tidigast 7 januari/Avanmälan senast 20 febr.

Mars

- 12 mars, torsdag kl. 14.00

INFORMATION TILL NYA MEDLEMMAR

Den här eftermiddagen inbjuds nya medlemmar till SPF S:t Olof på informationsträff. Presentation av styrelsen samt om våra program, resor, friskvård, kurser, rabatter och avslutar med bildspel och rundvandring i våra lokaler. Det bjuds på kaffe och ostfralla.

Anmälan tidigast 17 februari/Avanmälan senast 9 mars

- 19 mars, torsdag kl. 14.00

CAFÉ S:T OLOF – TRIVSAM SAMVARO – "HJÄRNKOLL"

Kaffe och kaka. Det finns, som vanligt, drycker att köpa. Om man vill och har lust, kan man "gnugga" sin hjärna i ett "Hjärnkoll".

Entré + kaka 20 kr / Ingen anmälan

- 26 mars, torsdag kl. 14.00

OSTPROVNING – MED HÄRLIGA SMAKER

Vi provar 5 sorter från Falbygdsens ost, tillsammans med goda tillbehör, ett glas vin ingår. Information och tips under provningen. Avslutas med kaffe och kaka.

Kostnad 120 kr

Anmälan tidigast 17 febr./Avanmälan senast 23 mars

April

- 9 april, torsdag kl. 14.00

SÖMNENS BETYDELSE – EN LÅNGSIKTIG BAS FÖR HÄLSA

Linda Karlsson, hälsoprocessledare från Region Östergötland berättar om sömnens betydelse. Kaffe och äppelpaj serveras.

Kostnad 60 kr

Anmälan tidigast 17 febr./Avanmälan senast 6 april.

- 16 april, torsdag kl. 14.00

CAFÉ S:T OLOF, SISTA FÖR VÅREN

Kaffe och kaka serveras.

Entré + kaffe 20 kr/Ingen anmälan – bara kom!

- 23 april, torsdag kl. 14.00

NYA "APPAR"!

Nu har vi chans att lära oss, hur vi kan använda våra telefoner ännu mer. Christina B Eriksson visar hur vi laddar ner och använder viktiga "appar", ex 112, 1177, swish, mobilt bank-ID, köpa biljetter på buss/spårvagn samt parkeringsapp. Kaffe med wienerbröd serveras.

Kostnad 60 kr

Anmälan tidigast 6 april/Avanmälan senast 20 april

Maj

- 7 maj, torsdag kl. 14.00

ROMPROVNING

Vi får insikt i, lärdom om samt låter oss njutas av fyra olika sorter av denna ädla dryck.

Kostnad 180 kr

Anmälan tidigast 6 april/Avanmälan senast 4 maj

- 14 maj, torsdag kl. 14.00 ev. kl. 16.00

STUDIEBESÖK – NORRKÖPINGS SKOLMUSEUM

Vi träffas fem (5) minuter före utsatt tid utanför Oscarsskolan, Östra Promenaden 34. Vi får en guidad tur. **OBS!** Begränsat antal platser max 20 gäster per tidpunkt. Kaffe och bröd serveras.

Entré + kaffe 30 kr

Anmälan tidigast 6 april/Avanmälan senast 11 maj

- 28 maj, torsdag kl. 14.00

SOMMARFEST

Sill-lunch med alla goda tillbehör, kaffe och kaka serveras. Drycker finns som vanligt att köpa. Sommar-lotteri och Allsång.

Kostnad 150 kr

Anmälan tidigast 6 april / Avanmälan senast 25 maj





STUDIECIRKLAR

Våren 2020

i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan



Anmälan till SPF S:t Olof senast den 16 januari 2020
telefon 011 – 10 78 60 eller e-post spfstolof@gmail.com

Senior Power	- 12 måndagar, start 20 januari kl. 10.00	600 kr
	- 12 måndagar, start 20 januari kl. 10.50	600 kr
	Styrketräning för äldre med egna kroppen och band som hjälpmedel, övningarna anpassas till deltagarna.	
YinYoga	- 12 måndagar, start 20 januari kl. 11.40	600 kr
	Lätt och mycket avslappnande form av yoga.	

VECKOSCHEMA

Där ingen lokal anges gäller S:t Olofs föreningslokal, Slottsgatan 134

Dag	Tid	Aktivitet	Lokal	Kontaktperson	
Måndag	10.00	Senior Power		Carmen Neemre	070-2765777
	10.50	Senior Power		Carmen Neemre	070-2765777
	11.40	Yin Yoga		Carmen Neemre	070-2765777
	13-17	Bridge		Jan Höög	011-147274
Tisdag	11-15	Bridge		Maud Nordlund	0704-964201
Onsdag	09.30	Vrinnevipromenader	Tjalvegården	Lisbeth Lindberg	011-144418
				Mona Podéus	0703-627330
	10.00	Boule (sommarm/höst)	Folkparken	Monica Arheimer	0703- 418206
	13-17	Bridge		Irène Lind	011-138493
Torsdag	10.00	Linedance		Lisbeth Lindberg	011-144418
	10.00	Linedance		Mona Podéus	0703-627330
				Christina B. Eriksson	0707-783245
Fredag	13.00	Canasta		Gunnel Axelsson	0709-686989
				Britt-Louise Persson	0702-458902

Vrinnevipromenaderna – kör igång som vanligt – med eller utan stavar – **onsdagen den 8 januari** med två sträckor att välja på - 3,5 eller 5 km. Ingen anmälan. Samling kl 09.30 vid Tjalvegårdens parkering. Har man tid så tar man en gemensam fika hos Dillqvist efteråt.



Linedance – startar **torsdag 9 januari**.



Bridgeträffarna startar **vecka 3**, måndag 13 jan kl 13, tisdag 14 jan kl 11 och onsdag 15 jan kl 13.

Canastan gör inget speluppehåll, utan träffas som vanligt på fredagarna kl 13 för de som vill ha lite sällskap även under jul- och nyårshelg



Boulen – startar någon gång i **april/maj**, som vanligt, **onsdagar** uppe i Folkparken, annons kommer i NT. Ingen anmälan.



STYRELSE OCH FUNKTIONÄRER

Styrelse

Ordförande

Nils Thuleborn 0706-28 01 52

Vice ordförande

Christina B. Eriksson 0707-78 32 45
S:t Olofsbladet, annonser

Kassör

Kerstin Sundberg 0708-12 55 03

Sekreterare

Siv Pettersson 0709-88 66 03

Övriga ledamöter

Margaretha Bergström
Friskvård och hälsa 0703-29 69 04

Ola Bergström 0703-26 08 07
Studieombud - SV

Anne Vilu 0702-44 76 26
Program- & trivselgrupp

Jan Månsson 0732-30 95 16
Medlemsregister

Bert-Åke Waldo 0708-52 03 42
Resor

Revisorer

Britt-Louise Johansson 011-12 68 16

Jan-Erik Lövbom 0705-65 70 64

Valberedning

Britt-Louise Johansson 011-12 68 16
- sammankallande

Christer Bergström 0703-29 69 00

Kerstin Bråbo 011-13 50 15

Anita Frid 0707-46 00 54

Funktionärer

Bio/Cnema

Leif V. Eriksson 0705-51 73 01

Hörselombud

Bo-Göran Ahl 0705-71 78 87

Läkemedel

Marianne Landström 0730-31 20 70

Pensionärsråd (KPR)

Norrköpings kommun

Caisa Berglund 0709-58 34 26

Funktionärer

Pensionärsråd (RPR)

Region Östergötland

Jan-Erik Lövbom 0705-65 70 64

Programgrupp

Anita Frid 0707-46 00 54

Elisabeth Blid 0732-29 50 20

Anna Karlsson 0703-38 61 94

Tony Sahlin 0762-26 43 54

Kerstin Svensson 0703-66 26 12

S:t Olofsbladet

Leif V. Eriksson 0705-51 73 01

Anna Karlsson 0703-38 61 94

Solweig Andersson 0709-62 88 37

Synombud

Jan-Erik Lövbom 0705-65 70 64

Trafikombud

Jan Vilu 0735-27 00 77

Trivselgrupp

Anita Norén 0766-45 11 79

Hans Norén 0766-45 11 79

För att en så stor förening som S:t Olof - med våra 1200 medlemmar - ska fungera, så går det åt många frivilla krafter. Styrelse och funktionärer lägger ner många timmar för att vi ska kunna erbjuda ett varierat utbud av program.



S:t Olofs styrelse med fr v Margaretha Bergström, Christina B. Eriksson, Kerstin Sundberg, Anne Vilu, Siv Pettersson, Jan Månsson, Nils Thuleborn, Ola Bergström och Bert-Åke Waldo.

Traditionsenligt bjöd styrelsen in våra funktionärer till avslutning med julsmörgås, must, glögg och pepparkakor. Alla hade inte möjlighet att vara med, men de flesta!



NATUR & KULTUR

Våra vandringar hösten 2019

Även denna höst har S:t Olofmedlemmar varit ute i naturen och vandrat, på för många okända stigar. Siffran fyra har varit återkommit vid samtliga vandringar. Alla har legat 4 mil bort och varit ca 4 km.

Vid den första vandringen besökte vi Bråvikens naturreservat. Ett reservat som till största delen ligger under vatten, men på Yxnö finns en fin led med varierande naturtyper.



Rast togs i fint vindskydd med Marvikens f.d. kraftstation i blickfånget.

På vägen tillbaka mot bilarna överraskades vi av en rejäl regn/hagelskur. Regnplagg på och så var regnet snart över.

För att komma till nästa vandring vid Stora Hjälmmossen/Strussjöskogen bar det av på smala kurviga vägar i Vångaskogen förbi Tolskepp och Olskeppetorp. När vi kom fram till Hjälmmossen, blev de som gick främst, riktigt skrämde, där lyfte en tjäder bara några meter vid sidan av stigen. Det brakade till ordentligt.

Säsongens, och därmed årets sista, vandring förde oss till Finspångs kommun och Lilla Skiren. Efter en kort vandring genom skogen kom vi fram till en mycket liten sjö. Efter bara en liten bit öppnade sig hela sjön. Då vädret varit vått och vandringen gick över många "spänger" hade vi det "glatt" under fötterna men även i våra sinnen.



Kaffet intogs under tak i grillkoja, då det började regna.

Deltagandet har varit bra med ca 20 deltagare per vandring. /Text och foto Leif Winqvist

Kommande vandringar våren 2020

Följande vandringar har planerats för våren 2020.

➤ **Tisdagarna 21 april, 5 och 19 maj.**

Vi börjar i Finspångs kommun och går **runt sjön Mäseln**. En ca 5 km lång vandring som börjar lätt för att sedan bli mycket lätt för att sedan bli...

Ja, lite besvärligare.



På begäran gör vi sedan en repris på vandringen vid **Glansgruvorna och Glans kalkbrott**.

Sist beger vi oss till gamla ärevärdiga **Greve Magnus Stenbocks Herrborum**. En lätt vandring på ca 3,6 km ner till Kapellviken (vandringen har en stigning som kan upplevas "lång"). Eventuellt kan vandringen utökas med 2,4 km.

**För alla vandringar gäller att samling för sam-
åkning sker vid Folkets Park (Folkborgen) kl.
09.30. Vi har två raster så ta med fika m.m. för
detta. Stadigt på fötterna och gärna stavar.
Ingen föranmälan! Datum och vandringar är
preliminära och kan komma att ändras. Annons
kommer i NT drygt 1 vecka före respektive
vandring.**

/Vandringshälsningar Olle Eliasson 076-309081
och Leif Winqvist 0706-831006



LITE BLANDAT



Jubilaren Zaga Busch 100 år



S:t Olof hade tårtkalas när vi, tillsammans med tisdagsbridgen firade vår äldsta medlem Zaga Busch som fyllde 100 år den 15 nov.

Maud Nordlund – ansvarig för tisdagsbridgen – berättade hur Zaga varje tisdag tidigare promenerade hemifrån Nygatan via Strömparken ner till S:t Olof – och sedan samma väg tillbaka hem igen. Zaga tyckte dock att "lärkabacken" upp mot Nygatan kan kännas lite jobbig ibland – så nu tar hon spårvagnen i stället!

NT:s Mats Willner var också på plats för att få en pratstund med jubilaren, men insåg snabbt att det var bättre att boka en hemma-hos-tid i lugn och ro.



Efter kaffe, tårta och gratulationer var det ju dags för dagens slutrunda av bridgen och den gick ju inte att skjuta på. Zaga var angelägen att komma igång igen, så de andra inte fick vänta.

- Det börjar bli glest i den gamla vänkretsen och jag är därför så tacksam för bridgen, som gett mig så många nya vänner. Men jag kommer också gärna när det är silllunch eller surströmmingsfest, berättade Zaga, när vi pratade med henne inför firandet av vårt 40-årsjubileum 2018.

Zaga är den medlem som varit medlem längst i S:t Olof – 35 år; hon blev medlem 1984 när hon fyllde 65 år. Förutom att uppvakta med tårta och blommor så har styrelsen därför även beslutat att nominera Zaga Busch till att bli hedersmedlem i SPF S:t Olof, något som måste beslutas på vårt årsmöte den 25 februari. /Text Christina B. E-son.

Marmorbruket i Kolmården ...



... stod på vårt novemberprogram. Christer Ericson, en av eldsjälarna bakom Marmormuséet, gav en engagerad bild av gruvans tillkomst, dess verksamhet men även dess fall.



Men så hade Christer också ett långtgående förhållande med denna fantastiska gruva. Hans farfars farfar fick anställning 1829 och han själv fick sin anställning 1959.

Marmorprodukter från Kolmårdsgruvan finns spridda världen över som trappor, dopfuntar, fönsterbräden mm. Vi är väl fortfarande många som fortfarande använder en Kolmårdsmortel i köket



Men brytningen och tillverkningen av produkter från gruvan fick ett svårt avbräck när det bestämdes att Kolmårdsmarmorn inte fick användas som material inom det svenska miljonbyggnadsprogrammet på sin tid för att marmorn ansågs för kostsam. Ett beslut som bidrog till att verksamheten så småningom fick avvecklas.

Ett intressant föredrag som förvisso - när våren kommer - lockar till Kolmårdsgruvan och Marmormuséet, som lokala entusiaster skapat. Något att se fram emot! /Text Leif V. E-son

LITE BLANDAT



Fullt Hus blev det ...

...två gånger till och med - när vi inbjöd till klubbträff med populära Mikael Andersson, lärare och historiker. **"Di' ä' från sta'n döö"** var rubriken på det "beställningsjobb" som han hade blivit ombedd att hålla vid oktober månads sopplunch.

Många kända personer från 1600- till 2000-talet passerade revy i ett underhållande och spännande kåseri. Det startade med Louis de Geer som lade grunden till Norrköping som industristad sedan följde bl.a. Johan Agrell som efter sin karriär som musikaliskt underbarn i Tyskland tog över som ledare i hovkapellet efter Johan Helmich Roman - den svenska musikens fader, Bengt Lidner - han med "Lidnerska knäppen" - och Ester Lindin - folkskollärare och författare - som skrev den omdebatterade romanen Tänk om jag gifter mig med prästen.

Därefter mer eller mindre kända, scenartister såsom Albert Engström, Gideon Wahlberg, Edvin Adolphson, Tor Isedal, Pekka Langer samt inte minst operasångerskan Matilda Jungstedt med en imponerande internationell karriär- och därtill många, många fler. Vi kunde konstatera att vi faktiskt har ganska många s.k. kändisar från vår stad.

En toppenkväll för de ca 170 medlemmarna som dessutom kunde äta en god Gulaschsoppa under eftermiddag och kväll. // Text Leif V. & Anna K foto

SPF Seniorerna S:t Olof ...

... har haft besök från Frivilligcentralen i Norrköping. Marie Åfors berättade om det arbete som ca 150 frivillig-arbetare lägger ner för människor som behöver stöd av något slag.

Kärnverksamheten är kontinuerliga kontakter, ledsagare, måltidsvän, högläsare med mera. Mari säger vidare att man har språkcafé, utför läxhjälp och jobbar med integration för nyanlända. Marie önskade också att många av de ca 50 medlemmarna i S:t Olof ville stödja Frivilligcentralen och anmäla sig som medarbetare.

Caisa Berglund, Kommunens pensionärsråd, berättade om KPR och vad man just nu jobbar med för frågor. Kommunens budget medger inte några utsvävningar men ett visst område kämpas det mycket för: Träffpunkterna!

Nya ordförande i Vård- och Omsorgsnämnden Olle Vikmång (s) är lyhörd för KPR:s förslag och synpunkter, enligt Caisa. Många av de här frågorna är huvudprioriterade hos SPF förbundet.

Text o bild: Anna Karlsson



Mera kortspel!



Dessa eminenta damer är 365 år tillsammans

Inger Fridström, Astrid Andersson, Zaga Busch och Ulla-Maria Ringqvist intygar att Bridgestunderna är väldigt trevliga och gemytliga och gör att man håller sig "ung".

Foto: Britt Jakobsson



Varje fredagseftermiddag - året om - spelar vi Canasta och har trevligt. Under 2019 och även förra året blev gruppen inbjuden att spela utomhus hos Ingegerd Michanek, som har sommarhus i Kaggebo, i Tjust skärgård. /Gunnel Ringman

LITE BLANDAT

Ladda kameran!



Nu är det din tur att ta en promenad med kameran och fotografera – världens största hobby!

Ta en bild någonstans i Norrköpings olika miljöer. Du kanske hittar en alldeles unik plats som ingen tänkt på, en intressant vinkel eller en plötslig händelse.

Bilden ska vara ca 10 x 15 cm. Skriv ditt namn och telefonnummer på baksidan och var bilden är tagen.

Lämna bilden senast den 1 april 2020 till S:t Olof.

Det kommer sedan att göras en fotoutställning i vår lokal där medlemmarna kan rösta på bästa bild. Pris-tagarna presenteras under hösten.

Ev frågor - kontakta Anna Karlsson, 0703-38 61 94 eller anna.karlsson42@telia.com.

LYCKA TILL! / Anna

Resumé från en trivsamt Klubbafton

Det är något visst med SPF S:t Olofs klubbafton. Man träffar nya och gamla bekanta. Det är så gott som fullt i både Caféet och Pelarsalen. En varm korv med bröd, kaffe och tillugg samt drycker. Sedan



förflyttning till vår "teatersalong" - denna kväll är det enmansorkestern Mikael Leonardsson med "Hälften av varje", som står för sång och musik - och så publiken såklart. Det är härliga svängiga, lättsjunga, välpassande och igenkända melodier för det stora

flertalet i mogen seniorålder. Klubbaftonen avslutades med vanligt med diverse samtal, då världens gåtor kanske fick sin lösning. / Text L.V.E-son

S:t Olof hade bjudit in till ostprovning

... och det blev en så pass populär programpunkt att den omedelbart blev fulltecknad och fick dubleras. Kommer även i repris under våren.



Falbygdens Ost hade plockat ihop fem ostar av helt olika karaktär, smak och utseende.

Till ostarna bjöds smakprov av lämpliga viner tillsammans med andra tillbehör såsom frukt, marmelader och kex. /Text Christina B. E-son



Anita och Anne ser till att alla får lika mycket i glaset



Det jobbas febrilt bakom kulisserna när styrelse, arbetsgrupperna förbereder ostprovningen. Maggan, Tony och Ola jobbar i kallskänken.

Tillsammans ...

firade S:t Olof julfest med Lucia, skinksmörgås, glögg och pepparkakor. Över 200 medlemmar hade anmält sig och vi kunde glädjande nog hälsa alla välkomna, då vi hyrt Bingolokalen för vårt lussefirande.

Klass 7D från Hagaskolans musikklasser underhöll med traditionella och välbekanta julsånger – Lucia var Ebba Falk. Lotterier

med julinspirerade vinster bidrog till att förhöja stämningen, åtminstone för de som hade turen att vinna. De övriga tackar vi för sponsringen till S:t Olof. / Text & foto Christina B. Eson



Våren 2020

Nu startar en ny biosäsong med spännande filmer, speciellt utvalda av Cnema och SPF. OBS! att även svenska filmer textas. **Varmt välkomna!** Filmserien om **4 filmer kostar endast 190 kr**. Vi tar ej kort eller Swish! Gärna jämna pengar tack. Biljetter till enstaka filmer säljes ej.



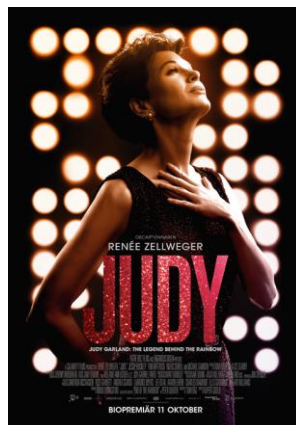
Hasse & Tage

Onsdag 22 jan 14.00
Speltid 1 tim 44 min



Flykten från DDR

Onsdag 26 feb 14.00
Speltid 2 tim 5 min



Judy

Onsdag 25 mars 14.00
Speltid 1 tim 58 min



En komikers uppväxt

Onsdag 22 apr 14.00
Speltid 1 tim 31 min



Våren 2020

Liten lathund till viktiga datum

Kalender – klipp ur och spara

Anmälan / avanmälan 011 – 10 78 60 eller
spfstolof@gmail.com



Januari	Mars	April	Maj
7 Anmälan till 23/1 13/2, 25/2 16 Café S:t Olof *) 20 Studiecirkel startar 23 Promenad Från Royal till Aveny 22 Bio Hasse o Tage	12 Information till nya Nya medlemmar - avanmälan 9/3 15 Bildgåtan - sista inlämningsdag! 19 Café S:t Olof *) 25 Bio Judy 26 Ostprovning - avanmälan 23/3	1 "Ladda kameran" - sista inlämningsdag 6 Anmälan till 16/4, 23/4, 7/5, 14/5, 28/5 9 Sömnens betydelse - avanmälan 6/4 16 Café S:t Olof *) 21 Vandring *) - Sjön Mäseln 22 Bio – En komikers uppväxt 23 Ny appar - ex 112, swish, bankid - avanmälan 20/4	4 Resa, Falbygdsens Ost 5 Vandring *) - Glansgruvan, Glans kalkbrott 7 Romprovning - avanmälan 4/5 14 Studiebesök - Norrk Skolmuseum - avanmälan 11/5 18 Resa Kärlekens Trädgård, Valdemarsvik 19 Vandring *) - Herrborum 28 Sommarfest - avanmälan 25/5
Februari			
13 Romprovning 17 Anmälan till 12/3, 26/3, 9/4 20 Café S:t Olof *) 25 Årsmöte - Hemgården - avanmälan 20/2 26 Bio Flykten från DDR	28 Resa Tyrol, Mamma Mia	 	*) Ingen anmälan

Välkomna alla nya medlemmar till vår informationsträff den 12 mars kl 14.00 Om du har några bekanta som kanske är nyfikna på vår verksamhet i S:t Olof, så är även de välkomna att följa med!