

## Hösten 2021 väntar på oss ... ... och nu kör vi!



Som vi längtat! Vi har väl alla lite abstinens att åter få träffa släkt och vänner. Det känns ibland som att man fortfarande befinner sig i coronabubblan och inte riktigt vet hur det är att träffas och umgås igen. Men nu finns det mycket att se fram emot.

- Den 30/8 – 1/9 genomför S:t Olof **folkhälsodagar** med dagliga aktiviteter i Folkparken. Måndag och tisdag tipspromenader med priser – **samling kl. 13 vid Matteus kyrka**. Prova-på-boule **onsdag 1/9 kl. 10 vid boulebanorna** i Folkparken. Mer information via annons, medlemsmejl och vår hemsida! Gamla och nya medlemmar välkomna att delta!
- 2 september bjuder vi in våra **nya medlemmar till informationsträff**. **Intresserade vänner är också välkomna att följa med.**
- Det är många som gillar frågesport; på flera av **våra caféer erbjuder vi nu lite klurigheter**. Men man måste absolut inte tävla. Du är självklart lika välkommen att bara komma dit för en kopp kaffe eller ett glas vin och trevlig samvaro såklart.
- Nu lättar vi ankar! Första resan blir en **kryssning med Cinderella** i september, där vi åker med egen buss från Norrköping.
- **Urban Bergsten är ny medarbetare i S:t Olofsbladet** – välkommen Urban!

// *Christina E-son*

**Årsmöte – 24 augusti** Enligt annons och kallelse i NT samt på vår hemsida håller SPF Seniorerna S:t Olof samt Elsa och Signe Grandin's Stiftelse årsmöte tisdagen den 24 augusti 2021 kl. 15.30 i Bingolokalen, Slottsgatan 130. Årsmöteshandlingar finns tillgängliga på expeditionen samt på vår hemsida en vecka före mötet. Vi bjuder på fika samt lotterier anordnas. **Andreas Bohlin (S) ny ordförande i Vård- och omsorgsnämnden samt i KPR kommer att inleda årsmötet.**

## Bästa medlemmar i S:t Olof

I ett drygt år har vi levt i skuggan av covid-19. Det är få som inte har drabbats på något vis, social isolering och ensamhet, kanske har du förlorat någon nära, själv haft sjukdomen eller kanske väntar du fortfarande på en planerad operation. Listan kan göras lång. Även S:t Olof har drabbats på nära håll i styrelsen – vår medlemsansvarige Jan Månsson avled bland de först drabbade. Vi saknar honom bland oss.



Även styrelsen har fått ställa om och lära nytt. Alla våra styrelsemöten har under året varit digitala – vilket varit både intressant och lärorikt.

Vår uppgift är inte bara att ha trevligt och roligt tillsammans – förvisso nog så viktigt - utan även att tycka till och påverka både inom kommun och region bl.a. via KPR och RPR. Under 2021 har SPF S:t Olof med insändare i NT kritiserat den kommunala vinterhållningen av trottoarer och gångstråk och genom skrivelser till Östgötatrafikens trafiknämnd och KPR protesterat mot indragna spårvagns- och busshållplatser inom kommun. samt framfört synpunkter på dragningen av servicelinje 191.

Regeringen har precis presenterat sin 5-stegsraket för avveckling av coronarestriktionerna och att vi förhoppningsvis nu kan se början på slutet så att vår tillvaro efterhand ska kunna börja återgå till någon form av normaltillstånd. Vi planerar naturligtvis åter att starta upp verksamheten - precis som vi gjort inför varje ny säsong under hela pandemin.

Däremot så måste vi även fortsättningsvis förhålla oss till coronaviruset och pandemin – därför:



**När du deltar i våra aktiviteter bör du vara färdigvaccinerad - om inte bör du beakta risken att själv bli smittad, men även att smitta andra.**

Den 19 augusti slår vi upp dörrarna igen. Välkomna åter till vad vi hoppas ska bli **ett bra S:t Olofsår.**

**Nils Thuleborn och Christina B. Eriksson**  
Ordförande / vice ordförande

## AKTUELLT

## NY MEDARBETARE I S:T OLOFSBLADET

Från och med detta nummer av tidningen ingår Urban Bergsten i redaktionen, tillsammans med Christina B. och Leif V. Eriksson samt Anna Karlsson.

Urban har ett långt journalistiskt förflutet, senast som chefredaktör för Luftfartsverkets tidning Position.



- Jag ser fram emot att jobba med S:t Olofs tidning. Men för att göra ett bra jobb behöver jag uppslag från medlemmarna, så hör gärna av er till mig, säger han.

Urban har arbetat en hel del med digitala medier, men tycker ändå att det är alldeles speciell känsla med en papperstidning.

- Bara lukten av en nytryckt tidning gör mig upprymd, säger Urban.

## Lite mer om Urban

**Ålder:** 68

**Bor:** centralt i Norrköping (och Málaga vår och höst)

**Familj:** sambo (plus två barn och tre barnbarn)

**Intressen:** resor, foto, film, filmredigering, skrivande, sport (och då framförallt fotboll), musik

**Det visste du inte om Urban:** har spelat gitarr och sjungit på spanska i chilenska närradion.

## RAPPORT FRÅN KPR

## - SÅ SKA VI KUNNA BO KVAR HEMMA LÄNGRE

Norrköpings kommuns pensionärsråd (KPR) är ett forum för kommunen och pensionärsorganisationer. Forumet vill erbjuda en plats för öppen och pågående dialog kring frågor som rör de äldre i samhället.

— Vi från KPR har framfört tankar och synpunkter - som jag hoppas man inte helt går förbi - i det arbete som vård- och omsorgskontoret ska göra under detta år. Uppdraget till kontoret är att få fram en plan för framtida förutsättningar och behov för att personer ska kunna bo kvar hemma längre, säger Curt Andersson från SPF Seniorerna Vikbolandet och representant för SPF-Seniorerna i KPR.

Vi kommer att följa upp resultatet av arbetet i kommande nummer av tidningen.

/Urban Bergsten

## RESOR

## NU RESER VI IGEN!

**Äntligen! Efter 15 månaders coronauppehåll utannonserades i juni en resa med SPF S:t Olof, den 23-24 september med Cinderella till Åland. Respon- sen blev strålande.**

Redan under första dagen hade 25 personer anmält sig.

— Det tyder på att det finns ett uppdämt behov av att träffas igen under en längre sammanhängande tid. Om det fortsätter att strömma in anmälningar kommer vi att sätta in dubbla bussar, säger reseansvarig Bert-Åke Waldo.

Ett önskemål är att alla som följer med är fullvaccinerade, men det borde inte vara något problem.

— Vi tror att alla i vår åldersgrupp har haft möjlighet att bli vaccinerade fullt ut, säger han.

En rad planerade resor har blivit inställda under pandemin. Det handlar bland annat om resor till Falbygdsens Ost i Västergötland, Kärlekens Trädgårdar i Östergötland och en fullbokad resa till Hjälmare kanal.

— Vi hoppas nu kunna återuppta en del av de resor som blev inställda. Vissa resor till arrangemang tidigt på året måste vi skjuta på ännu ett år. Men självklart kommer vi att anordna teaterresor, som vi vet lockar många, säger Bert-Åke Waldo.



Tankar finns också på nya resmål, men inget är fastslaget ännu. Bert-Åke är också öppen för nya idéer. Uppslag emottages med tacksamhet.

**Redan nu har vi planerat in en teaterresa till Rainman den 31 okt – mer info kommer! Håll utkik, säger Bert-Åke Waldo.**

/Urban Bergsten

## KRYSSNING MED CINDERELLA! - ANMÄLAN

Den **23 – 24 september** kastar vi loss med en kryss-



ning där vi får njuta av god mat och umgås.

Vi åker med egen buss som även följer med ombord, vilket innebär att det man handlar på taxfree kan levereras ner till bussen.

**Kostnad 1 295 kr inkl. bussresa, del i utsideshytt (enkelhytt +210 kr), buffé kl. 18 samt brunch kl. 10.**

Mer information om våra resor finns på vår hemsida samt i de tryckta annonsbladen i vår föreningslokal.

**Vi samarbetar med Bussbolaget Östergötland, därför bokar du direkt hos dem på telefon 011 – 23 91 00 eller mejla till [info@busso.se](mailto:info@busso.se).**

## BILDGÅTAN: Var då, då?

Vårt tema för vår upplevelserika bild- och promenadjakt på offentlig konst, som vi inledde i förra numret, visade sig vara lätt eftersom samtliga deltagare hade alla rätt – eller också var deltagarna mycket kunniga. **Lycklig vinnare för andra gången är Gudrun Hellgren som vi gratulerar till vinsten.**

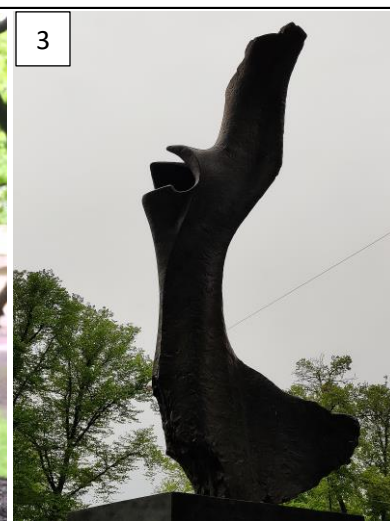
Vi presenterar ytterligare en omgång med samma tema. Som vanligt finns svaren inom Promenaderna. Ditt svar vill vi ha senast måndag 25 oktober till epost: [spfstolof@gmail.com](mailto:spfstolof@gmail.com) eller vanligt brev. Vinnaren får fri entré till valfritt klubbarrangemang (inte ost- eller vinprovning). Vid flera rätta svar dras en vinnare.

Passa på och gå ett par motionsrundor med upplevelse och reflektion i stans vackra miljöer. Lycka till önskar /Anna Karlsson.

Foto: Anna Karlsson/Claes Mossberg

### STADSVANDRING MED "OFFENTLIG KONST" I NORRKÖPING

Kallt i luften och halt på trottoarerna var det under den två timmar långa promenaden genom sta'n med den duktiga och inspirerande norrköpingsguiden **Åsa Birger-sson**. Trots det bistraintervädret så deltog totalt sammanlagt 25 av våra medlemmar i vandringen, som genomfördes vid två tillfällen i februari. Det blev den enda aktiviteten som vi kunde genomföra under förra säsongen.



### RÄTT SVAR TILL BILDERNA I NR 1 2021

Nr 1 Drottninggatan 32 - Portar, koppar, Elis Nordh, 1968

Nr 2 Kv. Granen, innegården - Skulpturen "Eld"

Nr 3 Kv. Skeppet, Knäppingsborgsgatan - Staket/galler med hållristningsmotiv

Nr 4 Drottninggatan 8 - Väggrellief, Jämtlandskalksten, Elis Nordh, 1973

Nr 5 S:t Olofsskolan - Solur, Skolgatan

Nr 6 Tuppenparken - "Stjärnorna visar vägen", Maria Backman 2011

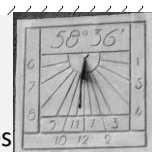
Nr 7 Knäppingsborgsgatan 38 - Inne på gården, Skulpturen "Kid". Arvid Knöppel, 1960

Nr 8 Kv. Stopet S:t Persgatan - Skulpturen "Vatten", Bertil Brage/Lennart Kindgren, 1969–72

Nr 9 Djäkneparksskolan/Repslagaregatan - "Vertikal Tystnad", brons, Folke Troedsson, 1964

#### Kuriosa:

Soluret på S:t Olofsskolan anses vara något så ovanligt som ett **vertikalt solur**.



## ARRANGEMANG – HÖSTEN 2021

Anmälan till tel. 011 – 10 78 60 eller e-post: [spfstolof@gmail.com](mailto:spfstolof@gmail.com)

**OBS! Tidigast kl. 10 på angiven anmälningsdag!**

**Avbokning till expedition senast måndag före aktuellt arrangemang för att slippa betala.**

**Träffarna är i vår lokal Slottsgatan 134, om inte annat anges. Välkomna!**

För att underlätta tar vi nu emot betalning via Swish på våra träffar!



### Augusti

#### ➤ 19 augusti, torsdag kl. 14.00

##### CAFÉ S:T OLOF – HJÄRNKOLL!

Kom och var med och tävla i den årliga frågesporten **Hjärnkoll**, som självklart är frivillig, men ju fler som är med ju roligare blir det. Det blir frågor blandat med fördjupning inom de olika ämnesområdena. Varmt välkomna! Drycker kommer att finnas.

- Entré + Kaffe + Ostfralla → 20 kr
- Ingen anmälan

#### ➤ 24 augusti - OBS! Tisdag kl. 15.30

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

Efter årsmötesförhandlingar bjuds det på kaffe och wienerbröd. Lotterier

- Anmälan tidigast 16 augusti
- Avanmälan senast 19 augusti



### September

#### ➤ 2 september, torsdag kl. 14.00



##### INFORMATION TILL NYA MEDLEMMAR

Informationsträff för våra nya medlemmar. Vi presenterar styrelsen och våra program, samt ett trevligt bildspel; vi bjuder på kaffe och mazarin.

- Anmälan tidigast den 16 augusti
- Avanmälan senast 30 augusti

#### ➤ 9 september, torsdag kl. 14.00

##### SURSTRÖMMING

Vi njuter av denna delikatess eller alternativet sill med goda tillbehör. Vi avslutar med kaffe och kaka. Allsång och lotteri. Drycker kommer att finnas.

- Kostnad → 140 kronor
- Anmälan tidigast 16 augusti
- Avanmälan senast 6 september

#### ➤ 16 september, torsdag kl. 14.00



Demensförbundet

**Pia Georgsson Asp**, ordförande i Norrköpings demensförening håller föredrag om demens, samt berättar hur det är att vara anhörig till en person med en demenssjukdom.

- Entré + Kaffe + Snittar → 60 kr
- Anmälan tidigast 16 augusti
- Avanmälan senast 13 september

### September

#### ➤ 30 september, torsdag kl. 14.00

##### UNDERHÅLLNING – AKUSTISK SÅNG OCH GITARR



Tommy Svensson underhåller med låtar från Cornelius, Björn Afzelius, Sven Ingvars för att bara nämna några; - kanske blir det t.o.m. lite allsång. Drycker kommer att finnas

- Entré + korv o bröd + kaffe + kaka → 60 kronor
- Anmälan tidigast 13 september
- Avanmälan senast 27 september

### Oktober

#### ➤ 5 oktober, **tisdag** kl 16.00 i Bingolokalen

##### MODEVISNING FÖR DAMER OCH HERRAR

##### **OBS! dag, tid och plats**

Nu följer vi höstens trender när Sandströms Modehus gästar oss. Våra egna mannekänger kommer att visa både dam och herrkläder. Vi festar på paj + sallad + lättöl + kaffe + kaka. Lotteri och drycker kommer att finnas.

- Kostnad → 140 kronor
- Anmälan tidigast 13 september
- Avanmälan senast 30 september

#### ➤ 14 oktober, torsdag kl. 14.00

##### CAFÉ S:T OLOF – MUSIKUNDERHÅLLNING



Denna gång har vi laddat med sång, musik och frågesport. **Annette Lindström** och **Miro Jankov** underhåller. Lotteri och drycker kommer att finnas

- Entré + Kaffe + Saltängsbulle → 20 kr
- Ingen anmälan

#### ➤ 21 oktober, torsdag kl. 14.00

- eventuellt även kl. 15.00

##### STUDIEBESÖK PÅ VÅRT VACKRA RÅDHUS

Passa på! Guiden Åsa Birgersson berättar för oss om salarna, förmaket och de underbara gobelängerna. Vi startar 5 minuter före utsatt tid vid entrén mot Drottninggatan. **OBS! Max 35 deltagare vid varje tillfälle!**

- Kostnad → 60 kr
- Anmälan tidigast 13 september
- Avanmälan senast 18 oktober



Det är viktigt att du gör **avanmälan i rätt tid**, eftersom det kan finnas medlemmar på väntelistan. S:t Olof får då en kostnad för den lediga platsen, en kostnad som vi tyvärr måste debitera den som inte avanmält sig.

## ARRANGEMANG – HÖSTEN 2021

**Bindande anmälan** till tel. 011 – 10 78 60 eller e-post: [spfstolof@gmail.com](mailto:spfstolof@gmail.com)

**OBS! Tidigast kl. 10 på angiven anmälningdag!**

**Avbokning till expedition senast måndag före aktuellt arrangemang för att slippa betala.**

**Träffarna är i vår lokal Slottsgatan 134, om inte annat anges. Välkomna!**

### Oktober

- **28 oktober, torsdag kl. 17.00 – OBS! Tiden**

#### KLUBBAFTON – Vi gör ett nytt försök – IGEN!



Kom och träffa nya och gamla bekanta för nu var det länge sedan vi sågs. Vi erbjuder denna kväll plocktallrik, tilltugg, kaffe och kaka. Lotteri och drycker kommer att finnas

- **Kostnad** → 100 kr
- **Anmälan** tidigast 13 september
- **Avanmäl** senast 25 oktober

### November

- **4 november, torsdag kl. 14.00**

#### CAFÉ S:T OLOF – Frågesport ORDAGRANT!

Kom och testa dina kunskaper i lite "annorlunda" ord. Drycker kommer att finnas.



- **Entré + Kaffe + Biskvi** → 20 kr
- **Ingen anmälan**

- **11 november, torsdag kl. 14.00**

#### ÖSTGÖTATRAFIKEN INFORMERAR

**ÖstgötaTrafiken** Har du synpunkter på lokal- och regionaltrafiken. Passa på att träffa representanter från Östgötatrafiken och få svar på dina frågor.

- **Entré + Kaffe + Danska smörrebröd** → 80 kr
- **Anmälan** tidigast 1 november
- **Avanmälan** senast 8 november

- **18 november, torsdag kl. 14.00**

#### CAFÉ S:T OLOF – Bildspel! – Nostalgi!

Nu visar vi ett intressant bildspel med ett urval av foton och video från våra träffar, resor och övriga arrangemang. Drycker kommer att finnas

- **Entré + Kaffe + Ostfralla** → 20 kr
- **Ingen anmälan**

- **25 november, torsdag kl. 17.00**

#### SOPPKVÄLL – I HÖSTMÖRKRET

Vi umgås och har trevligt tillsammans. I kväll blir det ärtsoppa med olika goda tillbehör, samt kaffe och kaka. Lotteri och drycker kommer att finnas.

- **Kostnad** → 100 kronor
- **Anmälan** tidigast 1 november
- **Avanmälan** senast 22 november



### December

- **2 december, torsdag kl. 14.00**

#### CAFÉ S:T OLOF – Frågesport

Vi avslutar denna säsong med ett sista Café S:t Olof och ser fram emot kommande caféer under 2022. Drycker kommer att finnas.



- **Entré + Kaffe + Kanelbulle** → 20 kr
- **Ingen anmälan**

- **7 december, tisdag kl. 15.30 i Bingolokalen**

**OBS! dag, tid och plats**

#### JULAVSLUTNING

#### – ALLA TIDERS JUL MED ÖSTGÖTA BRASSKVINTETT



Vi inleder julen med en spännande och mysig stund tillsammans. Vi får höra historier kring några av julens många symboler samt höra både gamla och nya julsånger som du kan lyssna till och sjunga med i. Förtäring: glögg, julinspirerad landgång, lättöl/must samt kaffe och pepparkakshjärta.

Lotter finns att köpa

- **Kostnad** → 150 kr
- **Anmälan** tidigast 1 november
- **Avanmälan** senast 2 december



## Östgöta Brasskvintett

är en av Sveriges få professionella brasskvintetter. Musikerna i ensemblen delar sin arbetstid mellan Östgöta Brasskvintett och Östgöta Blåsarsymfoniker. Brasskvintetten spelar kammarmusik, kyrkomusik, musik för ung publik samt musik för mogen publik.



## STUDIECIRKLAR

### Hösten 2021

i samarbete med  
Studieförbundet Vuxenskolan



**Anmälan till SPF S:t Olof mellan den 16/8 och 26/8 2021**  
**telefon 011 – 10 78 60 eller e-post [spfstolof@gmail.com](mailto:spfstolof@gmail.com)**

|                     |                                                                                                        |        |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>Senior Power</b> | - 12 måndagar, start 30 augusti kl. 10.00                                                              | 600 kr |
|                     | - 12 måndagar, start 30 augusti kl. 10.50                                                              | 600 kr |
|                     | Styrketräning för äldre med egna kroppen och band som hjälpmedel, övningarna anpassas till deltagarna. |        |
| <b>YinYoga</b>      | - 12 måndagar, start 30 augusti kl. 11.40                                                              | 600 kr |
|                     | Lätt och mycket avslappnande form av yoga.                                                             |        |

#### **Avgifter för HT 2021**

Eftersom inte heller vårens Senior Power och Yin Yoga aldrig kunde påbörjas p.g.a. Corona-läget justeras höstterminens deltagaravgift enligt nedanstående specifikation.

1. Deltagare som **deltog våren 2020** och **vill fortsätta i höst** får en faktura på 400 kr (rabatten på 200 kr finns angivet på fakturan).
2. Deltagare som **deltog våren 2020** och **vill fortsätta i höst** och som **redan erhållit återbetalning** för de inställda träffarna våren 2020 får en faktura på 600 kr.
3. Deltagare som **inte vill fortsätta i höst** och **inte erhållit återbetalning** kontaktar Per-Arvid Land på Vuxenskolan, 072-402 30 40 ([per-arvid.land@sv.se](mailto:per-arvid.land@sv.se)) och begär återbetalning av 200 kr.
4. **Nya deltagare** i höst får en faktura på 600 kr.

// Ola Bergström / Studieombud - SV

## VECKOSCHEMA

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

| Dag     | Tid   | Aktivitet              | Lokal                  | Kontaktperson         |              |
|---------|-------|------------------------|------------------------|-----------------------|--------------|
| Måndag  | 10.00 | Senior Power           |                        | Carmen Neemre         | 0702-765777  |
|         | 10.50 | Senior Power           |                        | Carmen Neemre         | 0702-765777  |
|         | 11.40 | Yin Yoga               |                        | Carmen Neemre         | 0702-765777  |
|         | 13-17 | Bridge                 |                        | Jan Höög              | 0706 -530779 |
| Tisdag  | 09.30 | Natur & Kultur – sid 7 | Folkets park - P       | Olle Eliasson         | 0706 -309081 |
|         |       |                        |                        | Leif Winqvist         | 0706 -831006 |
|         | 09.30 | Vandring i Folkparken  | Norr Tull – udda vecka | Kent Hedman           | 011-101499   |
|         | 11-15 | Bridge                 |                        | Maud Nordlund         | 0704-964201  |
| Onsdag  | 09.30 | Vrinnevipromenader     | Tjalvegården           | Lisbeth Lindberg      | 011-144418   |
|         |       |                        |                        | Mona Podéus           | 0703-627330  |
|         | 10.00 | Boule                  | Folkparken             | Monica Arheimer       | 0703- 418206 |
|         | 13-17 | Bridge                 |                        | Björn Nyqvist         | 0708 -283523 |
| Torsdag | 10.00 | Linedance              |                        | Lisbeth Lindberg      | 011-144418   |
|         |       |                        |                        | Mona Podéus           | 0703-627330  |
|         | 10.00 | Linedance              |                        | Christina B. Eriksson | 0707-783245  |
| Fredag  | 13.00 | Canasta                |                        | Gunnel Axelsson       | 0709-686989  |
|         |       |                        |                        | Britt-Louise Persson  | 0702-458902  |

**Du hittar aktuell information om våra arrangemang på vår hemsida samt via annonser i NT.**  
**Dessutom kan du alltid ringa vår expedition och höra efter vad som gäller:**  
**Må, ti och to kl 10 – 12 Tel 011 – 10 78 60.**

## 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

Bo Nilsson 0709-15 24 33

#### Sekreterare

Siv Pettersson 0709-88 66 03

*Webbansvarig*

#### Övriga ledamöter

Margaretha Bergström  
*Friskvård och hälsa* 0703-29 69 04

Ola Bergström 0703-26 08 07

*Studieombud – SV*

*Medlemsregister*

Anne Vilu 0702-44 76 26

*Program- & trivselgrupp*

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*

Leif Persson 0705-15 10 68

Kerstin Bråbo 0709-46 67 78

Anita Frid 0707-46 00 54

### Funktionärer

#### Bio/Cnema

Leif V. Eriksson 0705-51 73 01

#### Läkemedel

Marianne Landström 0730-312070

#### Pensionärsråd (KPR)

#### Norrköpings kommun

Eva-Britt Österlund 0705-10 36 11

#### Pensionärsråd (RPR)

#### Region Östergötland

Jan-Erik Lövbom 0705-65 70 64

### Funktionärer

#### Programgrupp

Anita Frid 0707-46 00 54

Anna Karlsson 0703-38 61 94

Anita Norén 0707- 89 19 47

Tony Sahlin 0762-26 43 54

Kerstin Svensson 0703-66 26 12

#### S:t Olofsbladet

Urban Bergsten 0708-46 22 18

Leif V. Eriksson 0705-51 73 01

Anna Karlsson 0703-38 61 94

#### Synombud

Jan-Erik Lövbom 0705-65 70 64

#### Trafikombud

Jan Vilu 0735-27 00 77

#### Trivselgrupp

Anita Norén 0707- 89 19 47

Hans Norén 0766-45 11 79

### ➤ VÅRA NATUR- & KULTURVANDRINGAR

#### Våren 2021

Vi hann precis med vårens första vandring i **Lunnsjöskogens naturreservat** den 27 april innan "personlig lockdown" trädde i kraft. Det blev en c:a 5 km lång tur norr om Igelsjön i Kville för de 23 vandrarna som följde rundslingan inom reservatet.



Några lite "svårare" passager passerades men med gemensam hjälp blev det inga problem. Väl framme vid Lunnsjön blev det obligatorisk fika med sjöutsikt. Fint vandringsvader bidrog till en givande och trevlig upplevelse.



Vår sista Natur- och kulturvandring för våren blev en c:a 5 km lång vandring i historiska marker vid **Stegeborg** för de 31 deltagarna under ledning av vår guide Margareta Jovanovic. Hon berättade initierat om Stegeborgs slotts historia, om byggnaden, de personer som bott där, om slag och romanser och

en och annan skrämma.

Kaffet intogs bland gullvivor och blommande

Adam & Eva på Karlsudden där Karl Knutsson Bonde hade sitt härläger när han försökte inta Stegeborg.



Som vanligt var vädret med oss. Regn vid avfärden till Stegeborg och under hemfärden men uppehåll och fint under vandringen.



Planeringen för **höstens vandringar** pågår och vi återkommer via annons, medlemsmejl och hemsidan! Detsamma gäller



**startdatum för bridge, canasta, linedance och övriga vandringar i Vrinnevi och Folkparken** eftersom vi i skrivande stund inte vet vilka restriktioner som kommer att gälla till hösten.

# Hösten 2021

Efter ett långt uppehåll startar nu åter de efterlängtade filmvisningarna! Speciellt utvalda filmer av Cnema och **SPF Seniorerna** visas dagtid på Cnema. Även svenska filmer textas. Filmserien om **4 filmer kostar 190 kr**. Vi tar ej kort eller Swish! Betala gärna med jämna pengar tack. Biljetter till enstaka filmer säljes ej.



Abonnemangskortet för medlemmar i SPF Seniorerna säljs onsdagen 22 september 13:00-13:45 på Cnema. Betala gärna med jämna pengar. Beroende på då rådande restriktioner kan antalet platser vara begränsat

**Till dig som köpte abonnemangskort till Seniorbio för våren 2020.** Du som betalat för kortet får nu en ny chans att se filmerna på Cnema: **11 augusti 14:00 JUDY, 25 augusti 14:00 EN KOMIKERS UPPVÄXT.** P.g.a. ev. gällande restriktioner kan antalet platser vara begränsat. Välkomna! / Leif V. Eson



## Sångklubben

Onsdag 22 sep 14.00  
Speltid 1 tim 53 min



## Bageriet på Portobello Road

Onsdag 20 okt 14.00  
Speltid 1 tim 37 min



## Nomadland

Onsdag 24 nov 14.00  
Speltid 1 tim 49 min



## Tove

Onsdag 8 dec 14.00  
Speltid 1 tim 55 min

## Till slut ...

### TAPPRA VANDRARE MED ELLER UTAN STAVAR

En av de få SPF-aktiviteter som genomförts under pandemin är de gemensamma vandringarna.

– Vi har gått varannan tisdag, i ur och skur, tö och snö. Vi har till och med haft en större skara vandrare än tidigare. Det enda lilla avbrottet var när Region Östergötland hade utlyst personlig lock down, säger Kent Hedman, ledare för folkparksvandringarna.



Folkparksvandringen fungerar som ett komplement till den populära Vrinnevivandringen. Målgruppen är medlemmar som kanske tycker att det är besvärligt att ta sig ända ut till Vrinnevi eller att Folkparken erbjuder ett lättare underlag att ta sig fram på. Det kan bli lite väl mastigt att gå 3,5 eller 5 km i Vrinneviskogen. Utgångspunkten är att rundan ska ta ungefär 45 minuter att gå, men det kan variera från gång till gång.

– Vi är inte så militäriska. Ibland kan det dra ut på tiden när vi samlas för långa samtal i en klunga. Det kan till exempel vara någon som berättar om en resa man gjort, säger Kent Hedman.

– Jag tror det är viktigt för oss att träffas och småprata om vad som helst. Att dela bekymmer och få stöd för våra funderingar. Eller bara att någon frågar hur man mår.

Kent och hans fru Inger flyttade från Västervik till centrala Norrköping för fyra år sedan. Tanken var att bo strategiskt mellan barnen som då bodde i Linköping respektive Stockholm.

– Nu har sonen som bodde i Linköping flyttat till Finland, men vi har kommit att stortrivas i Norrköping, så vi blir kvar, säger Inger.

Innan paret flyttade hit hade Norrköping bara varit en stad de åkt igenom. Genom medlemskapet i S:t Olof har de fått många tips om aktiviteter i staden och om badplatser i närområdet.

– Vi har blivit fascinerade av staden, inte minst av Industrilandskapet. När jag står vid Strömmen är det som Mississippi. Man väntar sig bara att få se Huckleberry Finn komma glidande förbi på en flotte. /Urban Bergsten

**Kansliet – Slottsgatan 134 är öppet måndagar, tisdagar & torsdagar kl. 10.00-12.00, telefon 011-10 78 60.  
Vi stänger under jul/nyår den 10/12 2021 – 9/1 2022**