

Surabygden



“Ett fallet löv är inget annat än sommarens sista adjö.”

Det sägs att Sverige är vackert på vintern. Hur vet dom det? Då är ju Sverige täckt av snö!



Det sägs att våren är tiden för förälskelser, men vad är det för fel med resten av året?

Tiden går så fort. Jag tycker det går fortare ju äldre man blir. Det gäller att ta vara på tiden och försöka ägna sina dagar åt så meningsfulla aktiviteter som möjligt. Apropå aktiviteter; saknar du något som du tror att vi skulle kunna arrangera. Skriv gärna ner dina idéer och lämna till någon i styrelsen eller i programkommittén, så kan vi försöka gå dig till mötes.

Mycket i vår vardag har blivit dyrare, så även olika underhållning. Vi är tvungna att förhålla oss till detta faktum, för att få föreningens ekonomi att gå ihop.

Vi har beviljats 2,9 miljoner från Allmänna Arvsfonden till ett tre-årigt projekt där vi ska anordna studiecirklar för att bättre kunna använda telefon, platta och dator.

*Projektet vänder sig till **alla** pensionärer över 65 år i Västmanlands län. Man måste inte vara medlem i någon pensionärsförening. Hjälp gärna till att sprida detta till dina vänner och bekanta. Kan vi hjälpas åt att bland annat förhindra bedrägerier, så har vi kommit långt. Som deltagare, får du möjlighet att träffa andra människor, lyssna på föredrag med mera. Du har stora möjligheter att påverka innehållet i studiecirkarna. Kom ihåg att anmäla dig.*

Det gör du till projektledare Lena Gambierazzi, lena.gambierazzi@abf.se, telefon 070-3764419 eller Jenny Tjällden, jenny.tjallden@abf.se telefon 070-3764477.

Telefontid : Tisdagar.

Fredag 11 oktober kommer vi att ha Körstämma igen. 5 körer från vårt län kommer att medverka. Det blir en heldag med sång och musik och trevlig samvaro. Även om du inte är med i någon kör, så är du välkommen att delta och sjunga med i allsången.

Två veckor senare, fredag 25 oktober, är det Seniormässa. Då är du välkommen att besöka Folkets Hus och få information om olika föreningar och vilka insatser kommunen kan bidra med för oss som åldras.

Stora förändringar har skett när det gäller vår mötesplats, Folkets Hus.

Kommunen har köpt fastigheten av Folketshusföreningen. All verksamhet kommer att bedrivas med kommunen som partner. Folketshusföreningen har avslutat sin verksamhet. Gunilla Falk (Biblioteket) kommer att vara chef för verksamheten tills vidare. Vill man boka lokal i något sammanhang så är det henne man ska kontakta. Är det mindre grupper som ska träffas så kan ni boka "föreningslokalen", en lokal som vi använder vid styrelsemöten och som vi kan använda i stort sett hur mycket vi vill till en engångskostnad per år under förutsättning att den är ledig.

Lisbeth

Matlagningskurs För matglada gubbar Cirkelledare Tommy Norén 070-6743927		 Samtliga studiecirklar arrangeras tillsammans med vår samarbetspartner
--	--	---

Kom gärna med eget förslag till Studiecirkel

FIXARHJÄLP från Surahammars kommun Du som fyllt 75 år kan få gratis hjälp med flytt av mindre möbler, smörja lås och dörrar, byta glödlampor, lysrör, proppar och batterier. Hämta eller bära upp/ner saker från vind och källare. Hänga upp lampor, gardiner och sätta upp stegen när 'sotarn' kommer. Du står för kostnaden för det material som behövs och måste se till att det finns hemma när hjälpen kommer. Boka tid med Anette Stillman på telefon 0220-391 15	
---	--

VÄNTJÄNST SPF Seniorerna Surabygden är en del av organisationen Väntjänst i Surahammar. Vi behöver fler volontärer som kan ge ensamma medmänniskor sällskap. Kontaktperson: Britt-Lis Wåhleng 072-3290313 Väntjänsten träffas på Källmoragården 1 gång i månaden (tisdag).	
--	--

	När du tittar på dina två tassor vet du, att när du har bestämt dig för vilken som är höger, kan du vara säker på att den andra är vänster. <i>Nalle Puh</i>
---	---

MÅNADSMÖTEN



Torsdag 17 oktober 2024 kl 13.30

**Britt-Lis Wåhleng informerar om
väntjänsten**

**Jan Strid framför Blandad
Dragspelsmusik**

**Torsdag 21 november 2024 kl 13.30
Veterankraft kommer att informera om sin
verksamhet**

Milton underhåller



**Torsdag 12 december 2024 kl 13.30
Lucia och tärnor kommer från
Tuppkärsskolan**

**Vi äter julbord.
Pris: 350:- Viktigt med anmälan
senast 2 dec till Tommy Norén
070 6743927**

**Torsdag 16 januari 2025 kl 13.30
Återblick på 2024
Gröt och skinksmörgås
Sång av skolbarn
Viktigt med anmälan senast 9 jan till
Tommy Norén 070 6743927**



**Torsdag 20 februari 2024 kl 13.30
Årsmöte**

**Vi bjuder på smörgåstårta
Vestarna underhåller
Viktigt!! Anmälan senast 13 febr
till Tommy Norén 070 6743927**

Våra månadsmöten sker i samarbete med

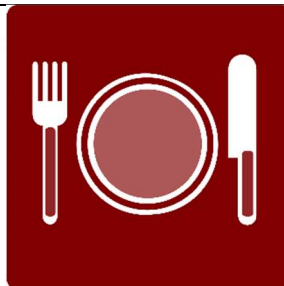




**Torsdag 20 mars 2025 kl
13.30**

**Hörcentralen informerar
Stefan Linderborg
underhåller med prat och
sång**

**Klubbafton
Kl 17.00 – 21.00**



**3 oktober,
7 november
5 december**

**Oktoberfest 3/10 kl
17.00 – 21.00**



*Plats: Folkets Hus, Gruvan
Black River Band spelar
Enklare mat serveras.*

*Anmälan till
Tommy Norén,
telefon 070 6743927 eller mail:
tommy.noren@outlook.com.
Entréavgift 60:-/per person.*

**Matglada Gubbar
30 september
14 oktober
28 oktober
11 november
25 november
9 december**



Skål och välkomna

Foto Alf Dunder



FONUS

ETT PERSONLIGT
AVSKED

Personlig begravning

Med lång erfarenhet inom branschen hjälper vi dig att skapa en ceremoni som blir ett personligt avsked och ett fint minne.

0220 301 80 | surahammar@fonus.se | fonus.se



SURAHAMMARS KOMMUN

**Känn dig trygg med våra
villaägartjänster.**

Du sparar på att vara medlem.

*Massor med rabatter hos olika firmor.
Hyr släpkärra för 50:-/dag samt andra
handredskap.*

*Ett självklart val för dig som bor i hus.
Anmäl dig till ordf. Anders Asp.*

asp.a@allcom.se

070- 3211953

Årsavgift 520 kr.



Stavem Begravning och Juridik

Surahammar

Köpmangatan 31

Tel. 0220 - 334 16

Västerås

Härnevigatan 20

Tel. 021 - 471 79 17

www.stavem.se



Köpmangatan 26, 735 31 Surahammar
073-934 63 44, info@bistrofolkan.se

Vällagad mat från grunden med
säsongens färska råvaror

Dagens lunch
Catering
Konferensmat
Minnesstund
Julbord



Din personliga mäklare i Surahammar – 0220 60 00 60

SALONG

Sirpa

din hårddesigner

Vi finns på Köpmangatan 40 D, SURAHAMMAR 0220-30175
www.salongsirpa.se

VÄLKOMNA TILL APOTEKET I SURAHAMMAR

Vi erbjuder dig: **Seniorrabatt 5%** varje dag **Läkemedelsrådgivning (kostnadsfritt)**
Dosrulle för mediciner "Dospac" (59:-/månad) **Ett trevligt bemötande**



Välkommen till Sura-Ramnäs församling

- I glädje och sorg, men mest i vanligheten

tel 0220-464 60

Svenska kyrkan 

SURA-RAMNÄS FÖRSAMLING

www.svenskakyrkan.se/sura-ramnas

Wärdshuset 2 Rum & Kök
Enbärsvägen 2 Surahammar
à la carte, lunch, catering
070 491 70 66



Anmäl ditt intresse
genom att skanna QR-koden
eller gå in på vår hemsida:
[veterankraft.se/
vasteras](http://veterankraft.se/vasteras)

Bli en del av vårt team!

*Vi har många roliga
och spännande uppdrag
för dig som är pensionär
och vill jobba med oss.*



veterankraft

vasteras@veterankraft.se
tel: 021-580 24 00

RESOR

VIKTIGT! LÄS DETTA MYCKET NOGA!

Efter sista anmälningdagen är din anmälan bindande, vilket innebär att du får betala resan om du måste avboka och om inga reserver finns. Det gäller ALLA våra resor. Om vi inte har någon reserv så hoppas vi att du själv kan ordna en ersättare. Om du står som första reserv och vi får ett återbud så får du automatiskt en bekräftelse/faktura. Därför är det viktigt att även du som står som reserv avbokar om du inte kan åka med, **före sista anmälningdag**. Du som är reserv, hör av dig då och då för att få veta var på reservlistan du finns.

Kontakta ditt försäkringsbolag, där vet de om du har en försäkring med avbeställningsskydd som gäller vid sjukdom eller liknande. Läs också respektive researrangörs avbeställningsvillkor.

OBS! Avanmälan görs endast till SPF:s reseansvariga. Researrangörerna/bussbolagen vet inte om vi har, eller vilka som är, reserver.

Avgångstider kan ändras, den rätta finns på fakturan.

Var snäll och säg till redan vid anmälan om du har någon specialkost.

Kontrollera att du för utlandsresor har giltigt pass och giltigt EU Försäkringskort!

En resa i 8 dagar till Atlantens pärla Madeira

Madeira är en fantastiskt vacker ö och har i princip svenskt sommarväder året runt. I februari är det runt 17-20 grader normalt. Det är 20 st anmälda till den här resan men det behövs några till.

Utresa: 2025-02-04,

Hemresa: 2025-02-11

Är du intresserad anmäl ditt intresse till Jack Hallberg <jack.hallberg99@gmail.com> Anmälan senast 24 augusti 2024 !



Mer info på hemsidan

Resegruppen håller på att ta fram flera resor till våren. Bl a kommer en hemlig resa. Vart den skall gå är inte känt för tillfället och kommer säkert inte att avslöjas förrän målet är nått.

I tidningen Seniorens finns också ett antal resor, som ni själva kan boka och delta i.

Vill du åka på kryssningar med Vikingline? Uppge kod **SENIOR1**, när du bokar så får du ta del av de rabatter som vi har. Det finns kryssningar bl a till Höga kusten, Visby, Bornholm och Ystad. Se mera information om dessa resor på vår hemsida

www.spfseniorerna.se/surabygden Du får gärna komma med förslag till resor/resmål.



Dagsresa till Thorslundskagge 9 Oktober 2024

10.15 Avresa Hallstahammar, busstation
 12.00 Ankomst till vårt lunchställe " **Ditt Skaffer** " i Högsjö, där vår lunch serveras (varmrätt, nybakat bröd, smör lättöl/vatten samt kaffe & kaka)
 13.00 Avresa en kort bit till **Thorslundskagge**
 13.15 Här får vi en guidad visning, där det berättas och visas olika handgrepp och hantverksmetoder som traditionellt använts ända fram till idag. Vi besöker industriproduktionen där det tillverkas ektunnor. Därefter är det frivilligt för dem som önskar att få en whiskeyprovning.- 8 sorter á 1,5 cl, För dem som ej önskar detta så går det naturligtvis att sitta med under provningen och lyssna.

OBS! Whiskeyprovningen tillkommer och kostar 650:- och detta betalas på plats. -Vi behöver få in en anmälan innan på de som önskar detta.

16.30 ca Avresa hemåt, eget bussfika på hemvägen alternativt, innan avresa.

Anmälan till Christina Jonsson 0703552965 eller ch.jo4@icloud.com



Avresa: 1/12: I priset 1.540:-/person

ingår: • Bussresa • Biljett till adventskonsert i Blå hallen • Dygnskryssning med Birka Gotland, Stockholm - Mariehamn t/r. • Del i insideshytt, golvstående sängar. • Julbord inkl öl/vin/läsk, kaffe & dessert
• Bränsletillägg Tillägg/person:
 Frukost 145:- Brunch 355:- Del i fönsterhytt 160:- Enkelhytt insides 195:- Enkelhytt utsides 515:-

Anmälan senast 30/10 till Christina Jonsson 070-3552965 eller ch.jo4@icloud.com Avresetid skickas ut tillsammans med resebevis & faktura . **OBS Medtag alltid giltig legitimation**

Adventskonsert i Blå Hallen & Kryssning med Birka Gotland

Den stora, härliga **Adventskonserten** i Blå hallen, Stadshuset äger rum 1 december 2024 och är en av landets mest välkända konserttraditioner.

Några av landets främsta körer i den unika Blå hallen, någon vecka före Nobelfesten. Orkester, solister, stor orgel. Tradition sedan 1994. Från det högtidliga via det lekfulla till det storslagna. Stämningsfull musik, unik lokal, vacker ljussättning.

Ombord på Birka Gotland väntar ett stort julbord (vin, öl, läsk och kaffe ingår) med traditionell touch, fyllt av vällagade svenska klassiker toppat med en hel del vegetariska och veganska rätter. Nygriljerad skinka, inlagd sill av alla de slag, krispig grönkål och ris à la Malta. Här finns verkligen allt du kan önska dig av julens smaker!

ÖVRIGA AKTIVITETER

Golf

Kontakt: Stefan
Lindgren
073-0389471
Se "Idagspalten" i VLT
för aktivitetsträffar



Bridge

SPF spelar med PRO i
deras lokal på,
Murargatan. Kontakt:
Sven-Olov Stockselius
072-2013799



Hjärter dam

Kortspelsgruppen
träffas varje tisdag kl
13.00 i biblioteket.
Kontakt: Marianne
Fredriksson 073-
7211724

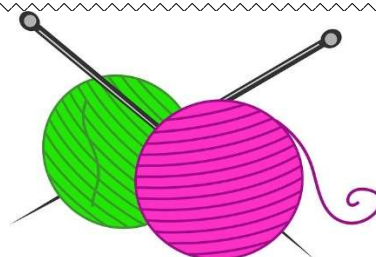


Boule

Vi spelar på bouleplanen vid kanalen
tisdagar, torsdagar och lördagar.
Kontakt: Lars-Ivar Eklund, 070-5244648,
Alf Busch, 070-3065345,
Benny Fredriksson, 070-2466571, och
Alfred Hirtner, 070-8478660.

Handarbetsträffar

Biblioteket. Måndagar 13.00 – 16.00
Kontakt: Annika Östlund 076-8989745



Ladies talk: Träffas och diskutera
dagsaktuella händelser över en lunch
Aktiviteten är vilande för närvarande.



Kontakt:

Ragne Söderström, 070 84 35 791

ÖVRIGA AKTIVITETER

Naturutflykter för SPF Seniorerna Surabygden hösten 2024

Vi fortsätter med våra utflykter till platser i Surahammars närhet. Det blir en kortare promenad till något vackert ställe där vi äter medhavd matsäck, ev. grillar och umgås.

Promenerar gör vi varje vecka. Vi samlas vid Ekängstugan onsdagar kl 9.30. Startdatum ej klart.

Ons 25 sept. Vi åker till Vandraringens klubbstuga vid Fiskkraken. Sjön Fiskkraken ligger idylliskt och rofyllt innanför riksväg 66 och söder om vägen till Gunnilbo. Man åker en grusväg någon kilometer in, sedan är det ca 600 m att gå. Här ligger deras vackra stuga högt på berget med utsikt över sjön. För de som önskar utforska terrängen närmare finns möjlighet att vandra runt sjön. En promenad på ca 5 km. Avresa: 09.30 från parkeringen vid Apoteket. Ta med matsäck (+ något att grilla om så önskas) och sittunderlag.

Ons 16 okt. Vi åker till Trångfors i Hallstahammar. Där går vi längs kanalen i förhoppningsvis fina höstfärger. Vandringssträckorna kan varieras. Här finns ingen grillplats!

Avresa: 09.30 från parkeringen vid Apoteket. Ta med matsäck och sittunderlag.

Nya utflyktsmål kommer i mars 2025.

VÄLKOMNA

Ia och Olle Granath

073-253 6908 (Ia)

070-399 8091 (Olle)



Bilder från tidigare utflykter

Ordförande Lisbeth Wernerson	070-6057447
Vice ordförande Marina Böhm Turesson	070-5861649
Sekreterare Ann-Marie Eriksson	073-5685511
Kassör Per-Åke Östlund	073-9807198
Ledamot Margareta Svensson	073-6305903
Ledamot Ulf Fredberg	076-6225113
Ledamot Tommy Norén	0706-743927
Ledamot Örjan Hedberg	070-3558076
Ledamot Kent Löfgren	072-4491308
Klubbmästare Tommy Norén	0706-743927

Resekommitté:

Lisbeth Wernerson	070-6057447
Marina Böhm Turesson	070-5861649
Dan Kjellgren	070-9411977

Programkommitté:

Lisbeth Wernerson	070-6057447
Mona Thelenius	073-0780945
Marina Böhm Turesson	070-5861649

Ambassadör-kontaktperson för Ramnäs och Virsbo:

Gudrun Smeds	070-2975917
--------------	-------------

Hemsida: www.spfseniorerna.se

Webbmaster: Kent Löfgren, kenta@lov-gren.se

www.spfseniorerna.se/surabygden

SPF Seniorerna Västmanlands Distrikt Hemsida:

www.spfseniorerna.se/vastmanland

Ordförande: Per-Åke Moe, 0705782027, perake.moe@icloud.com eller vastmalandsdistriktet@spfmail.se

Adress: Industrigatan 1 C, 734 30 Hallstahammar

Olycksfallsförsäkring

Du är försäkrad när du deltar i någon av våra aktiviteter, från det du går hemifrån tills du är hemma igen. Försäkringen ingår i medlemsavgiften.

SPF Seniorerna Surabygden; Adress: c/o Lisbeth Wernerson,
Järnvägsgatan 16, 735 31 Surahammar