

Ordförande Lisbeth Wernerson
 Vice ordförande Marina Böhm Turesson
 Sekreterare Ann-Marie Eriksson
 Kassör Per-Åke Östlund
 Ledamot Margareta Svensson
 Ledamot Ulf Fredberg
 Ledamot Tommy Norén
 Ledamot Örjan Hedberg
 Ledamot Kent Löfgren

070-6057447
 070-5861649
 073-5685511
 073-9807198
 073-6305903
 076-6225113
 0706-743927
 070-3558076
 072-4491308

Klubbmästare:

Lars Löfgren
 Lena Löfgren

070-2242037
 072-3233747

Resekommitté:

Lisbeth Wernerson
 Marina Böhm Turesson
 Dan Kjellgren

070-6057447
 070-5861649
 070-9411977

Programkommitté:

Lisbeth Wernerson
 Mona Thelenius
 Marina Böhm Turesson

070-6057447
 073-0780945
 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, lisweson@gmail.com

Järnvägsatan 16, 735 31 Surahammar

Surabygden



Förr i världen var tandläkaren en farlig person. Han använde järntänger och drog ut tänder överallt. Till och med visdomständerna drog han ut. Därför visste inte folk så mycket på den tiden.

– Jonna, 6 år

Sommaren har stundtals bjudit på riktigt varmt väder. Hoppas att alla njutit av värmen i den mängd som kroppen har klarat av. Vi som är äldre måste vara försiktiga med allt för varma dagar. Vi måste skydda oss med svala kläder och dricka mycket.

Hösten närmar sig med stormsteg och vi har idag höstens första medlemsmöte. I "bladet" du håller i handen kan du se vad kommande medlemsmöten har att erbjuda.

DigiPen (Digitala pensionärer i Västmanland) fortsätter med studiecirkel i flera av länets kommuner. En del kanske tycker att det dröjer för länge innan ni kommer med i en cirkel. Det kan bero på att det saknas cirkelledare på vissa orter. Låt inte detta hindra er från att anmäla ert intresse för att delta i en studiecirkel så att ni så småningom blir mera digitala. Anmälan gör du till projektledare Lena Gambierazzi, telefon 070-3764419 eller Jenny Tjälldén, eller på telefon 070-3764477. Telefotid på fredagar.

När det gäller resor, har vi fortfarande problem att fylla upp en buss. Därför fortsätter vi att samarbeta med övriga pensionärsföreningar i närområdet. Just nu kan vi presentera 3 resor. De finns presenterade längre fram i "bladet". Ytterligare information finns på hemsidan.

Som också framgår av "bladet" har vi fått nya klubbmästare. Lena och Lars Löfgren. Första klubbafton gick av stapeln torsdag den 4:e september med 32 deltagare. Det finns plats för flera! Nästa klubbafton äger rum torsdag den 2:a oktober (OKTOBERFEST).

Nu hoppas jag tillsammans med styrelsen att vi får en givande höst och vinter, med trevlig gemenskap och mindre ofrivillig ensamhet. Ta gärna med någon bekant till våra sammankomster
Lisbeth

ÖVRIGA AKTIVITETER

Promenader som vanligt på onsdagar samling vid Ekängsstugan kl 09:30

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.

Ons 24 sept. Vi åker till Björnön. Där finns det många olika promenadstigar att välja mellan. Där finns också en fin grillplats som vi kan utnyttja. Den ligger ca 400 m från parkeringen.

Avresa: 09.30 från parkeringen vid Apoteket. Ta med matsäck (+ något att grillas om så önskas) och sittunderlag.

Ons 15 okt Sörkvarnsforsen ligger i Hallstahammar och dit tänkte vi åka denna dag. Vi parkerar vid sporthallen och går söderut längs kanalen till en grillplats alldeles vid åkanten. Avstånd 600 m. För den som vill gå lite längre finns andra alternativ. Avresa: 09.30 från parkeringen vid Apoteket. Ta med matsäck (+ något att grillas om så önskas) och sittunderlag.

VÄLKOMNA

Ia och Olle Granath
073-253 6908 (Ia)

070-399 8091 (Olle)



KLUBBAFTON

Vi träffas på Folkan där vi umgås och har trevligt, äter och dricker något gott.
Kanske blir det en liten svängom till bra musik. Ibland har vi något extra på programmet, t ex quiz, kanske något uppträdande...
Har du inte testat klubbafton, gör det!
Har du testat klubbafton, gör det igen!

PRO och SKPF är välkomna!

Kontaktpersoner:

Lena Löfgren 072-3233747 och Lars Löfgren 070-2242037

----- 2025 -----

Klubbafton är första torsdagen i månaden kl 17:00-21:00 i Folkan

2025-09-04 Prova på dart, Peter Baggeström, van dartsplare kommer och berättar och lär oss grunderna.

Musik: 60-, 70- och 80-tal Mat: Lasangette med sallad

2025-10-02 Oktoberfest

Musik: Umpabumpa mm

Mat: Brattwurst med surkål och potatissallad

Anmälan senast 25 september till Lena eller Lars

Kommande Klubbaftnar:

2025-11-06

2026-02-05

2026-03-05

2026-04-09

2026-05-07.



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 (tisdagar).



*"Underskatta inte värdet av att göra
Ingenting, av att bara ströva omkring
alldeles ensam, lyssna på allt som man
inte kan höra och bara ha det bra."*



MÅNADSMÖTEN



Torsdag 16 oktober kl 13.30
Folkan, Surahammar
Min Kompis & Jag
underhåller
+ Någon Aktivitet

Torsdag 20 november kl
13.30
Folkan, Surahammar
Brandskydd för äldre
Underhållning av
Soft Jazz Four



Torsdag 11 december
kl 13.30
Folkan Surahammar
Luciatablå
Gröt och skinksmörgås kommer
att serveras. Anmälan till
Tommy Norén tel 070-
6743927 senast 4 dec



Våra månadsmöten sker i samarbete med

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

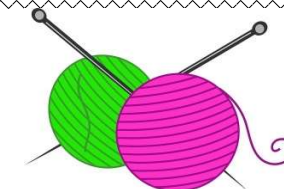
Kortspelsgruppen träffas
 varje tisdag kl 13.00 i
 biblioteket.
 Kontakt: Marianne
 Fredriksson 073-7211724



Boule

Vi spelar boule i Folkan tisdagar,
 och fredagar.
 Kontakt: Lars-Ivar Eklund, 070-5244648,
 Alf Busch, 070-3065345,
 Benny Fredriksson, 070-2466571, och
 Alfred Hirtner, 070-8478660.

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



Ladies talk: Träffas sista fredagen i
 månaden och diskuterar dagsaktuella
 händelser över en lunch
 Kontakt: Ann-Marie Eriksson
 0735685511, ame.hasse@gmail.com
 Margareta Svensson 0736305903
masve46@icloud.com



Resa till Vingåkers Folkets Park söndag 16 november 2025

13.45 Avresa Kolbäcks busstation. 15.15 Ankomst Vingåkers Folkets Park
 16.00 Krogshowen " Långe Leve Radion " Följ med på en humoristisk krogshow som firar radions 100-årsjubileum! I denna unika föreställning bjuds det på humor och musik, ni får uppleva tidens alla decennier-från 1920-talets jazz och radioföljetonger till dagens digitala ljudvärld. Med en härlig blandning av kända låtar och skojiga anekdoter. 18.00 ca Föreställningen slut och vi åker hemåt
 Pris per person **875:-**

**Bindande anmälan senast 10 oktober till Tony Persson på email-
bandyton10@gmail.com tel 070-9127415. Sista betalningsdatum 25 oktober**

Vi samarbetar om resor med SPF Seniorerna, SKPF och PRO, i Hallstahammar, Surahammar och Kolbäck. **Se mera info om resorna på hemsidan.**

Luciakonsert i Hedvig Eleonorkyrka samt julbordskryssning med Birka Gotland onsdag 10 -11 december.

10 dec. Avresa från våra hemorter. Luciakonserten i Hedvig Eleonoras kyrka börjar 14.45 och håller på ca 1 timma. Vi tar oss ner till Stadsgården där kryssningsfartyget Birka Gotland väntar på oss , avgår 17.30. När vi installerat oss i våra hytter åter vi julbord. Kvällen är fri för dans, shopping mm.

11 dec 14.30 ankomst till Stockholm Därefter bussresa hem.

I priset 1 450:- ingår: Buss, Luciakonsert, kryssning, del i insideshytt, julbord inkl öl, vin, läsk, kaffe & dessert, bränsletillägg. **Tillägg för :** Frukost 159:-, Brunch 355:-, Del i fönsterhytt 140:-, Enkelhytt insides 195:-, Enkelhytt utsides 515:-

Anmälan senast 7 november till Christina Jonsson 070-3552965

OBS Medtag alltid giltig legitimation Bussanslutning: Hallstahammar Västerås. Avresetid skickas ut tillsammans med resebevis.

TRASSEL – En halsbrytande skratifest på Oscarsteatern

Söndag den 1 februari 2026

kl 10.15 från Kolbäck, busstation, kl 10.30 från Hallstahammar, busstation, kl 10.35 från Surahammar, busstorget. Kl 13.00 Lunch på Scandic Grand Central (mittemot Oscarsteatern) Kl 15.00 Föreställningen Trassel på Oscarsteatern börjar. Hemresa sker direkt efter föreställningens slut.
 Pris per person: 1.650:- I priset ingår: bussresa, biljett parkett rad 11–13 samt lunch inkl. bordsvatten, kaffe och kaka.

**Anmälan senast 28 nov till Marie Westling 070 349 40 37 eller
mariewestling.valby@gmail.com**

**Torsdag 15 januari kl 13,30
 Folkan, Surahammar
 Återblick på 2025
 Tuna Gitarrer underhåller**



**Torsdag 19 februari kl 13,30
 Folkan, Surahammar
 Årsmöte
 Silén och Llull underhåller**

Torsdag 19 mars kl 13.30

**Polisen kommer att
 informera angående
 Bedrägerier bl a**

Milton underhåller





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



 **villaägarna**

I SURAHAMMARS KOMMUN

Känn dig trygg med våra villaägartjänster.

Du sparar på att vara medlem.

Årsavgift 520 kr

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

07-3211953


Stavem

Stavem Begravning och Juridik

Surahammar

Västerås

Köpmangatan 31

Härnevigatan 20

Tel. 0220 - 334 16

Tel. 021 - 471 79 17

www.stavem.se

Dam & Herr Kläder

Lancashirevägen 4, 735 60, Ramnäs

tel: 070 277 07 08

Måndag – Fredag 11.00 – 17.00

Lördag – Söndag 11.00 – 16.00

Frändesta

mailto:frandesta@pakmsab.com

 **Länsförsäkringar**
Fastighetsförmedling

Din personliga mäklare i Surahammar – 0220 60 00 60

SALONG
Sirpa
din hårdesigner

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

Välkommen till Svenska kyrkan i Sura-Ramnäs församling
-en helt vanlig församling

www.svenskakyrkan.se/sura-ramnas
facebook.com/suraramnasforsamling

Svenska kyrkan 
SURA-RAMNÄS FÖRSAMLING



Wärdshuset 2 Rum & Kök
Enbärsvägen 2 Surahammar
à la carte, lunch, catering
070 4917066



Hallsta
STÄD
0220-200 85

Välkommen till apoteket Apoteket!

Köpmangatan 27-29, Surahammar
Vardagar 9-17.30, Lördag 9.30-13.30
Tel: 0771-450 450, apoteket.se

* Erbjudandet gäller för medlemmar 65+. Gäller ej vid köp av receptbelagda läkemedel, presentkort eller tjänster och kan ej kombineras med andra erbjudanden.



 **apoteket**