

TibbleSenioren

SPF
SENIORERNA

Medlemstidning för SPF Seniorerna Tibble, Täby

Nr 1,
2025



Redaktion

Karin Thorán, ansvarig utgivare

karinthoran@gmail.com

Eva Forshällen

eva.forshallen@gmail.com

Sonja Wallbäck

sonja.wallback@gmail.com

Layout

Stellan Abramson

stellan.abramson@gmail.com

Annonser

Birgitta Nelhagen

nelhagen21@gmail.com

Distribution

Karin Neiderud

karin.neiderud@gmail.com

Tryckeri

Täbykopia AB, Arninge

Publiceringspolicy

Foton som tas vid föreningens möten eller andra sammankomster kan komma att publiceras i denna tidning eller på föreningens hemsida eller Facebook-sida. Den som inte samtycker till att förekomma på en publicerad bild ska meddela fotografen vid tillfället då fotot tas.

Foto framsidan

Vitsippor. Fotograf Karin Thorán

Foto baksidan

Fotograf Karin Thorán

Innehåll nr 1, 2025

Ordföranden har ordet	3
Tibbleseniörernas årsmöte 2025.....	4
Skogen och framtiden	6
RESOR.....	8
TRÄFFAR OCH UTFLYKTER	10
CIRKLAR OCH FRISKVÅRD	18
Näsby slott i Täby	20
ÅTERBLICKAR	24
AKTUELLT FRÅN KPR	28
Om föreningen.....	30
Förtroendevalda	31
Funktionärer	31

Annonssörer

Länsförsäkringar Fastighetsförmedling .	5
ReseSkaparna	9
Vårdstyrkan	11
Medicinsk fotvård i mammas fotspår	15
Tjeja fashion	15
Täby församling	17
Fina Fötter.....	19
Kirsti's medicinska fotvård	19
Fotvårdskliniken Maeve Lavelle.....	19
Senior Flow.....	23
Crafoord Auktioner	23
Hallsenius begravningsbyrå.....	25
Veteranringen	29

Gynna våra annonsörer!

Ordföranden har ordet

Ensamhet – vad är det är och hur kan man hantera det?

Ensamhet är en känsla som kan uppstå när vi saknar meningsfull kontakt med andra människor, oavsett om vi är fysiskt ensamma eller inte. Ensamheten kan vara kortvarig eller långvarig men påverkar ofta vår mentala och fysiska hälsa.

Nu går vi mot ljusare tider och dagarna blir längre. Gå gärna ut på promenad, både kroppen och knoppen mår bra av daglig promenad i friska luften.

På promenaden möter man ofta andra som är ute och går. Om man säger *Hej* eller bara ler eller nickar mot dem man möter så får man ofta ett *hej* eller ett leende tillbaka.

Det värmer i hjärtat. När man kommer hem och sätter sig i fåtöljen känns det skönt, även om promenaden bara var runt kvarteret.

Att engagera sig i någon aktivitet som ger stimulans, både kroppsligt och själsligt, kan vara en bra väg till att träffa andra människor. Social samvaro är viktigt.

Föreningen har många aktiviteter med trevlig samvaro – det kan till exempel vara



på puben eller i en grupp som motionerar tillsammans.

SPF uppmuntrar medlemmarna att vara mer aktiva och hålla igång kroppen, även när vi kommer upp i åren. Vi lever längre nu än tidigare.

Nytt år, nya möjligheter.

Sätt gärna upp ett mål, som passar dig, om att du ska vara aktiv X minuter om dagen.

Det kan vara att *Gympa med Sofia* på TV eller annan aktivitet utomhus.

Lycka till önskar *Erik Söderberg*
Ordförande

Ord på vägen

Bästa sättet att få en vän är att vara en vän.

Livet är inte de dagar som gått, utan dagarna man minns.

Tips på aktiviteter

Det pågår många aktiviteter runt om i kommunen. På Täby kommuns hemsida kan man se kommande evenemang och aktiviteter i kommunen.

Gå in på <https://www.taby.se> Skrolla ner så hittar du rubriken *Evenemang och aktiviteter* på högra delen av sidan.

Tibbleseniörernas årsmöte 2025

Årsmötet hölls den 20 februari i Grindtorpskyrkan.

55 medlemmar deltog.

Mötet öppnades av föreningens ordförande **Erik Söderberg**.

En tyst minut hölls för vänner som inte längre finns kvar bland oss.

Mötets ordförande **Gunilla Rönnholm** lotsade oss genom årsmötet.

Revisorerna har granskat föreningens verksamhet och förvaltning för år 2024. I enlighet med revisorernas rekommendation har **årsmötet beslutat** att styrelsens ledamöter får ansvarsfrihet.

Medlemsavgiften för 2026

Styrelsen föreslog att nuvarande årsavgift -330 kr per medlem kvarstår.

Årsmötet beslutade i enlighet med styrelsens förslag.

Årsmötets val av funktionärer

I enlighet med valberedningens förslag valde årsmötet **Erik Söderström** till föreningens **ordförande** på 1 år

Följande valdes till styrelseledamöter i enlighet med valberedningens förslag:

Ingalill Bylund	nyval 1 år
Judy Albinsson	omval 2 år
Sonja Khechini	omval 2 år
Torgil Granström	omval 1 år
Karin Thorán	omval 1 år.
Anders Berghagen	kvarstår 1 år
Inger Wallin	kvarstår 1 år

Revisorer

Karin Neiderud	kvarstår 1 år
Mats Westerdahl	omval 1 år

Valberedning

C-H Segerfeldt, ordförande	1 år
Sylvia Molander	1 år
Britt-Marie Jansson	1 år

Övriga frågor

Föreningens hemsida presenterades av webbredaktör Anders Wallin.

Efter årsmötet bjöd föreningen på kaffe och tårta.

Protokollet från årsmötet kommer att finnas på föreningens webbsida www.tibbleseniorena.se under fliken Om oss/Årsmötet.

Karin Thorán, årsmötets sekreterare



Den nya styrelsen. Från vänster: Erik Söderberg, Ingalill Bylund, Inger Wallin, Torgil Granström, Karin Thorán, Sonja Khechini. Saknas på fotot: Judy Albinsson, Anders Berghagen



Vi på Länsförsäkringar Fastighetsförmedling
förmedlar 30% av alla lägenheter och över 40% av alla villor i Täby.

**Boka en fri värdering med oss och vi skänker
samtidigt 300kr till SPF Seniorerna Tibble i Täby.**

Vi har nu ett fint samarbete med TibbleSenioren
där vi erbjuder en kostnadsfri värdering av din bostad.

Om ni bokar en värdering med oss och anger
"Tibblesenioren" så ger vi 300 kr i ersättning
till er seniorförening.

Det spelar ingen roll om du funderar på att sälja eller inte.
Allt du behöver göra är ett skicka ett mail till taby@lansfast.se.
Ange dina kontaktuppgifter och adress, så kontaktar vi er snarast.



Skogen och framtiden

I alla tider har människor upplevt att skogen har haft en magisk kraft. Enligt den gamla folktron bodde tomtar och troll och andra väsen i skogen. En tät skog kan även idag kallas för *trollskog*.

Ända sedan inlandsisen drog sig tillbaka har människor levt av och med skogen.

Fortfarande har skogen en viktig roll i våra liv. I skogen plockar vi svamp och bär, vi rastar hunden eller jagar vilda djur. Vi joggar, promenerar och leker. Vi kan förundras av skogens lugn och vi låter oss omsvepas av skogens dofter och ljud.

För många har skogen blivit ett andligt rum där vi kan möta oss själva eller få andra upplevelser.

Idag är närmare 70 % av Sverige täckt av skog. I skogen finns ca 25 000 andra arter av växter och djur, och skogen bidrar därmed till den biologiska mångfalden.

Den största delen av skogen ägs av skogsbolag eller av enskilda personer. Men trots det har vi alla, på grund av den unika svenska allemansrätt, möjlighet att vistas i ute i skog och mark. En förutsättning är att vi inte stör eller förstör i naturen.

Skogen är också en förutsättning för flera av Sveriges viktiga industrier och för export. Behoven av den råvara som skogen ger går inte hand i hand med vår önskan att få vandra i orörda marker. Skogen har därför alltid varit kantad av intressekonflikter som spetsas till ytterligare i klimatkrisens spår. Det finns dock förhoppningar att skogen ska bidra till att lösa klimatkrisen.

Trä – ett förnybart material för många funktioner

Trä har gått från att vara ett traditionellt byggmaterial till att kunna bidra till många andra funktioner, bland annat huvudkomponenter i nya högteknologiska produkter.

Några exempel:

- * Av trä har man i många år kunnat göra materialet viskos som används till textilier. Processen att göra textilfibrer av cellulosa utvecklas nu så att den som kräver mycket mindre vatten och kemikalier jämfört med annan fiberframställning.



- * Nanocellulosa är träets minsta fibrer. Dessa starka fibrer utmanar nu spindelsilke som länge har varit det starkaste materialet i naturen. Nanocellulosa är ett extraordinärt starkt och lätt material och kan komma att användas i bl.a. sportutrustning och fordon.
- * Behovet av sensorer och mikroenheter ökar i dagens samhälle liksom behovet av batterier. Ny uppfinning där man använder papper, kol, zink, cellulosa, glycerin och bordssalt. Total nedbrytning inom två månader utan naturpåverkan.
- * I landlevande växter finns lignin som fungerar som trädets eget lim. Genom sidoprocesser i tillverkning av pappersmassa kan ett lim framställas av träets lignin.
Det är ett biobaserat lim som är fritt från farliga ämnen, vilket ger ett hälsosammare inomhusklimat.

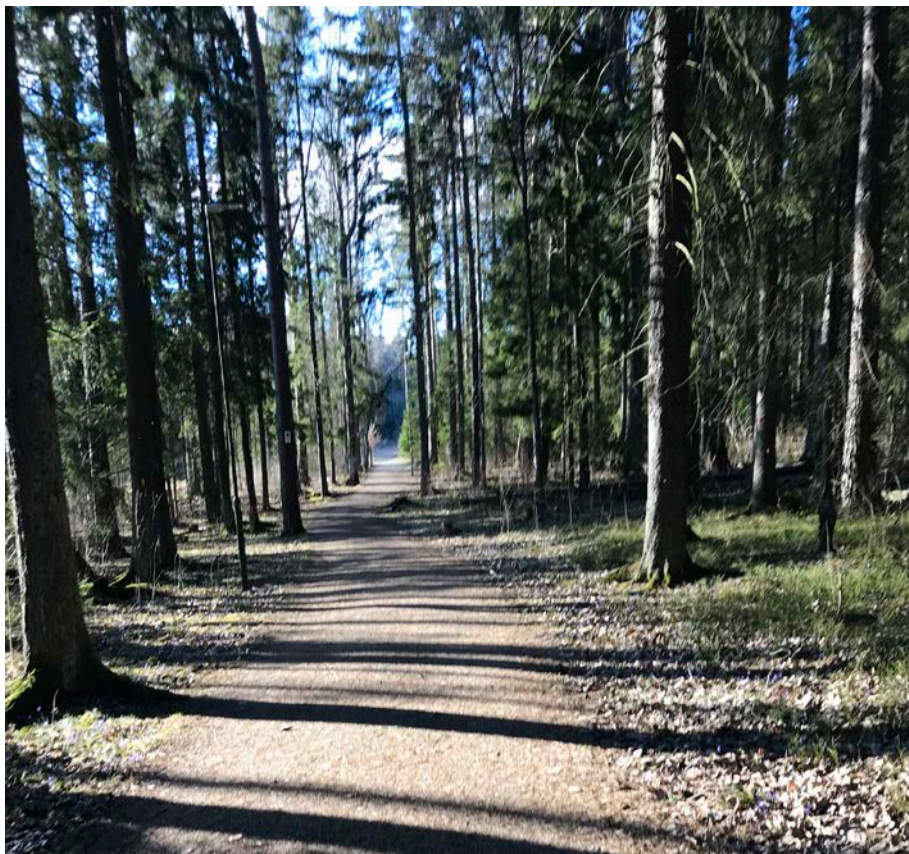
Om du är intresserad av mer information om skogens framtid så besök gärna Tekniska museet där det finns en utställning om nya innovationer med trä som bas.

Skogens framtid

Skogen har över tid byggt stora delar av vår välfärd. Men för att skogen i framtiden ska kunna ha samma betydelse måste dagens behov vägas mot framtidens behov.

Oavsett vad du tycker måste man ställa sig frågan om skogen räcker till allt och alla. För alla har vi på ett eller annat sätt ett förhållande till vår fascinerande skog.

Text och foto Torgil Granström



RESOR

Köpenhamn 6–10 juni

Till denna vackra huvudstad ska färden gå och mycket ska vi hinna med.

Dag 1 Förmiddagsfika och sedan lunch i Vandalorum, Värnamo. Här får vi också titta på den fina utställningen. Middag blir det i Landskrona och sedan åker vi över bron till vårt hotell, Comfort Hotel Vesterbro.

Dag 2 Rundtur och stadspromenad. På eftermiddagen besöker vi Nya Operan, där vi får en rundvisning. Vi ser Glada änkan och avslutar med en trerätters middag på Operan.

Dag 3 Besök på Karin Blixen-museet, Louisiana och Christiania.

Dag 4 Nu startar vi vår hemresa och tar båten över till Helsingborg för färd mot Sofiero. Därefter åker vi till Kosta och sover på Kosta Boda Art Hotell. Hyttsill med underhållning serveras på kvällen.

Dag 5 Nu kan vi shoppa en stund på Kostas Outlet. Därefter kommer vi att göra ett ännu ej bekräftat utflyktsmål. Sedan går bussen hem till Täby.

Samtliga dagar serveras frukost (inte första dagen), lunch och middag.

Det blir mycket att uppleva under intensiva dagar. Vi kommer att ha Jöran Nielsen som guide + lokala guider. Enda plats där vi klarar oss själva är på Louisiana, där de inte tillhandahåller guider på söndagar.

Priset för resan blir 18 990 kr per person i dubbelrum.

Detaljer om pris och betalningsdatum på föreningens hemsida.

Anmälan till Tibbleseniörerna:

Gunilla Rönnholm, 070-216 23 86

gunilla910@gmail.com

Christina Olausson, 070-575 85 37

echristina.olausson@gmail.com

Betalning: Resebevis samt faktura skickas från Viatour Resor & Event AB

Vid anmälan – tänk på att du alltid ska få en bekräftelse från oss på din anmälan.

Där får du besked om att du finns med på deltagarlistan.

Hangö – Finlands sydligaste stad – den 12–15 augusti

Denna resa är en samordnad resa med övriga SPF föreningar i Norrort.

Följ med på en spännande resa till Finland där vi under två dagar i land får uppleva konst och kultur i södra Finland.

Vi besöker 1600-talsbruket Fiskars, Front-museet i Lappvik samt får rollguidning av Helene Schjerfbeck i Ekenäs, för att bara nämna några av de många upplevelsorna som står på programmet.

Se alla detaljer i programbladet på föreningens hemsida.

www.tibbleseniörerna.se/Kalendarium/
Resor

Pris: 7.855 kronor per person.

Anmäl senast den 9 maj.

Anmälan till SPF Österåker, Leif Engman, tel 070-828 53 08 eller mejl

leifengman42@hotmail.com

Årets vandringsresa går till Åland

Den 1–5 september (5 dagar).

I den vackra och lättgånga skärgårdsmiljön kombineras naturupplevelser med historiska och kulturella inslag.

Ni får uppleva Ålands rika landskap, från lummiga skogar och kustleder till historiska platser som Bomarsund och Kastelholms slott.

Vi bor bekvämt och äter bra på Park Ålandia Hotell, där man kan njuta av deras bastu och inomhuspool.

Anmälan: s.anders.wallin@gmail.com

Detaljer om resan finns på föreningens hemsida.

www.tibbleseniorena.se/Kalendarium/Resor

Text och foto Anders Wallin



Bomarsund, Åland



ERBJUDANDE TILL SPF MEDLEMMAR

Opera på Skäret med Rita & Linnéa

Upplev Puccinis sista opera "Turandot" i detta virkesmagasin med en unik akustik som är så magnifik att den är svår att överträffa.

SPF PRIS: 5 950 kr ord. pris 6 250 kr 10/8, 2 dagar

Premiären på Läckö slott med Petra

Följ med vår nya reseledare, Petra Valman, på premiären av Offenbachs mästerverk "Fantasio" till årets sommaropera på Läckö slott.

SPF PRIS: 5 190 kr ord. pris 5 490 kr 11/7, 2 dagar

Toscana ända ut i påska med Bodil - NYHET!

Följ med Bodil Jacobsson till Siena och Florens och njut av kultur, historia och vin med speciellt utvalda kulinariska upplevelser.

SPF PRIS: 16 950 kr ord. pris 17 450 kr 21/4, 5 dagar

Solens Mat & Vin 18/5, 6 dagar **SPF PRIS: 16 950 kr**

08-94 40 40 • info@reseskaparna.se

Se fler erbjudanden på reseskaparna.se/spf

ReseSkaparna
EVENT & RESOR

TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

Tibbleträff onsdag den 26 mars

Stockholm på trekvart! Om konst och konstheter i huvudstaden.

Vi gästas av **Eva-Karin Gyllenberg** som under många år var journalist på DN.

Bland annat får vi höra berättelser om möten med två älskade kulturpersoner, om namnförvirring vid Globens invigning, om påkörd konst och om bokstäver som hamnat snett. Många skratt utlovas.

Lokal: Tibble kyrka, Sällskapsrummet

Adress: Attundavägen 3, Täby

Tid: kl. 14.00. Pågår ca 60 min.
Kaffe serveras från kl. 13.45.

Antalet platser är begränsade.

Anmäl till tibbleseniorerna@gmail.com eller tel 08-758 91 05.

Avgift: Medlem 100 kr. Övriga 120 kr. Betala så snart du fått besked om plats.

Betala till föreningens plusgiro 477 28 94-4 eller med Swish 123-355 63 96

Vid betalning uppge vilka personer, datum och aktivitet som betalningen avser.

Om du får förhinder meddela oss snarast.



Puben

Våra populära pubkvällar fortsätter.

OBS! Puben är öppen endast för föreningens medlemmar.

Puben har öppet onsdag den 26 mars

Tid: kl. 17.00–19.30

På puben finns tillgång till öl, vin, alkoholfria drycker och tilltugg. Vi har även smörgåsar till försäljning.

Antalet platser är begränsat, din anmälan behövs.

Välkommen med din anmälan till Sylvia Molander, tel/sms 070-853 68 43, eller mejl till molander.sylvia@gmail.com.

OBS! Alla får svar om plats.

Lokal: Gårdslokalen Kalven, Marknadsvägen 249–251.

Ingång från gatan. Marschaller visar vägen.



Sylvia Molander tar emot pubgästerna



Hemtjänst med värme, omtanke och trygghet i Täby

Gedigen erfarenhet av vård och omsorg

Vårdstyrkan är lokalt förankrade i Sollentuna och Täby. Vi startade med hemtjänst 2007 och har stor erfarenhet av både vård och omsorg.

Våra medarbetare

Våra engagerade medarbetare är utbildade undersköterskor och vårdbiträden. För att säkra kontinuiteten hos dig och öka din trygghet arbetar medarbetarna i mindre grupper och du erbjuds en fast omsorgskontakt.

Kvalitet

Vi kvalitetssäkrar våra insatser och genomför årliga medarbetar- och kundundersökningar för att fortsätta utveckla Vårdstyrkans kvalitet.

Välkommen till Vårdstyrkan i Täby!



Kontakta oss

Vårdstyrkan Täby
Gribbbylundsvägen 9
187 62 Täby
Tel: 08-792 53 00
hemtjanst.taby@vardstyrkan.se
vardstyrkan.se



Läs mer om
Vårdstyrkan

TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

Tibbleträff torsdag den 24 april

Grabbarna från Eken – kom och njut av denna musikupplevelse!

Dessa tre grabbar är en ungdomlig trio med hjärta för den svenska och irländska vismusiken. Gruppen består av Samuel Linderström som spelar dragspel och sjunger, Kim Persson som spelar mandola, flöjter och även sjunger, samt Tommy Lundgren på fiol. De är utbildade på SMI resp. Kungliga Musikhögskolan.

Musikernas repertoar hämtas från den svenska visskatten, bl.a. Olle Adolphson, Cornelis Wreeswijk och Evert Taube, och dessa varvas med visor från Irland och deras egna visor.

Dessa grabbar bjuder på en energifylld sprudlande musikupplevelse där man kastas mellan allvar och humor. Visornas berättelse bärs fram av toksvängig musik och teatrala uttryck.

Lokal: Grindtorpskyrkan

Adress: Grindtorps Skolgränd 4.

Tid: kl. 13.00. Kaffe med kaka ingår och serveras efter underhållningen.

Avgift: medlem 160 kr,
ej medlem 175 kr – i mån av plats.

Betala till föreningens plusgiro 477 28 94-4 eller med Swish 123-355 63 96

Uppge namn, aktivitet och datum för dem som betalningen avser.

Om du får förhinder meddela oss snarast!



Tommy Lundgren, Samuel Linderström och Kim Persson

Lunchträffar

Vill du äta lunch med trevligt sällskap?

Vi träffas på olika restauranger i Täby. Var och en betalar sin lunch och sätter sig bland vännerna från Tibbleseniörerna.

Datum och vald restaurang läggs in i kalendariet på hemsidan:

www.tibbleseniörerna.se/Kalendarium

Den som vill vara med på lunchen anmäler sig till Yvonne Björkwall som bokar bord.

Mejla till yvonne.bjorkwall@gmail.com

Yvonne kontakter alla anmälda för vidare information om restaurangens meny.

Välkomna!

TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

PUB-lunch torsdag den 8 maj

Dags för vårens trevliga publunch

OBS! Endast för medlemmar.

Vi träffas i Publokalen för att avnjuta den populära publunchen tillsammans. En glad lunch med dina vänner i Tibbleseniörerna och ett fint tillfälle att lära känna nya vänner.

Tid: kl.13.00

Adress: Marknadsvägen 249–251 (ingång från gatan).

Begränsat antal platser.

Anmälan senast den 29 april till Sylvia Molander, tel/sms 070-853 68 43 eller mejla molander.sylvia@gmail.com

OBS! Alla får svar om plats.

Anmälan är bindande.

Pris: 150 kronor

Betala till föreningens plusgirokonto 477 28 94-4 efter besked om plats.

Vid betalning uppge vilket namn, datum och aktivitet som betalningen avser.



Meny: Sallad, ett glas vin eller öl, bröd och smör samt kaffe och kaka.

När du anmäler dig väljer du samtidigt vilken sallad du vill äta. Välj mellan

1. Kycklingsallad
2. Rostbiffsallad
3. Grekisk sallad -Vegetarisk
4. Räksallad -OBS! 10 kr extra

Vill du ha sällskap till kaffet?

Kom och fika med oss!

Vi träffas i cafeterian i Tibble kyrka på tisdagar kl. 13.00–15.00. Föreningarna Tibbleseniörerna och Jarlabanke bjuder på

kaffet och du köper själv ditt kaffebröd.

Det brukar bli många trevliga samtals- och roliga berättelser om allt möjligt. Vi har alla ett långt liv med många minnen och erfarenheter att relatera till.

Träffarna gör uppehåll på helgdagar.



TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

Modevisning

Torsdagen den 10 april kl 13.00 i Grindtorpskyrkan

Vi är glada att åter kunna erbjuda en modevisning.

Charlotta Fagerland från butiken *Tjeja Fashion* i Vallentuna visar oss de bästa av vårens och sommarens modeplagg för damer.

Kaffe och kaka serveras i anslutning till visningen.

Tid: Torsdag den 10 april kl 13.00

Plats: Grindtorpskyrkan,

Adress: Grindtorps Skolgränd 4, Täby.
Begränsat antal platser.

Anmälan senast 2 april till Sylvia Molander;

Mejl: molander.sylvia@gmail.com

Tel/sms 070-853 68 43.

OBS! Alla får svar.

Pris: 150 kronor för medlemmar

Icke medlemmar betalar 175 kr,
är välkomna i mån av plats.

Betala när du fått besked om plats.

Avgiften sätts in på föreningens konto
plusgiro 477 28 94-4

Vid betalning uppge vilka personer, datum
och aktivitet som betalningen avser.



KULTURSPANING – utflykt till olika museer

Den uppskattade kulturspaningen fortsätter. Veronica Duske leder utflykter till olika museer. Inga guider bokas på museet utan var och en förbereder sig inför museibesöket.

Besöket avslutas med gemensam lunch eller fika.

Tänk på att det kostar inträde på museerna!

Anmälan och information: kontakta Veronica Duske, skurhink3@gmail.com eller tel 070-262 58 25.

Om du har fått plats, men får förhinder, var vänlig meddela Veronica så att någon annan kan få platsen.

Håll utkik på föreningens hemsida www.tibbleseniorerna.se för mer information.

Medicinsk fotvård



I MAMMAS FOTSPÅR

Pia Tagesson,
fotterapeut

Biblioteksgången 10,
Täby

Tel. 08-7580158



Boka på: 08-7580158



Möt våren i butiken

Lätta ljusa färger och
starkare färgskalor till sommaren.

Välkommen in och prova!
önskar Charlotta

Tjeja
fashion

Öppet Mån-fre 10-18 • Lör 10-15
Vallentuna Centrum • Tel 08-511 700 14

Tibble-erbjudande!

20% rabatt på ETT valfritt plagg* mot denna kupong.

Gäller t o m 30 april 2025 och endast en gång per person.

TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

Pressbyrån



Pressbyråns företagsmuseum 6 maj

ÄNTLIGEN!

Efter att ha köat i över två år har vi nu erbjudits en unik chans till guidad visning av Pressbyråns företagsmuseum. Missa inte detta sällsynta tillfälle!

Under rubriken

”Pressbyrån från i går till i dag”

får vi en inblick i hur Pressbyrån har utvecklats under drygt 100 år.

Svenska Pressbyrån bildades år 1906 då 59 tidningsutgivare gick samman som aktieägare.

Tid: tisdag den 6:e maj kl. 9.45

Bindande anmälan till Sylvia Molander Mejla molander.sylvia@gmail.com

Tel/sms 070-853 68 43. Alla får svar

Priset för visningen är 50 kr per person. Antalet är begränsat till 20 personer.

När du fått besked om plats betalar du till föreningens plusgiro 477 28 94-4

Färdbeskrivning:

Adress: Strandbergsgatan 55.

- * Tunnelbanans blå linje till Stadshagen.
- * Efter spärren tag höger utgång till S:t Göransgatan.
- * Följ S:t Göransgatan till vänster till Warfvinges väg.
- * Vid Warfvinges väg 33 går du en mindre väg nerför backen och genom parkeringsplatsen och kommer då direkt till Pressbyrån (ca 10 minuters promenad).

Där samlas vi kl. 9.45 för en gratis kopp kaffe. Visningen startar kl. 10.00.



Filmklubben

Tycker du om att gå på bio tillsammans med andra?

Ca en gång i månaden går Filmklubben och ser en film på Filmstaden i Täby Centrum. Eftersom Filmstaden publicerar veckans filmer på onsdagarna kan biobesöket ske med kort varsel.

Det kostar inget att vara med i klubben. Var och en bokar och köper sin egen biobiljett.

Anmäl till yvonne.bjorkwall@gmail.com

Information om kommande träffar finns i kalendariet på föreningens hemsida www.tibbleseniorena.se/kalendarium

Efter filmen kan de som vill följa med och ta en öl, vin eller en fika.

Då kan vi prata om filmen och säkert om en hel del annat.

VÄLKOMNA!

TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

Hälsoveckan den 12–16 maj

Den årliga hälsoveckan kommer i mitten av maj. Tibbleseniörerna planerar aktiviteter några dagar i veckan:

Måndag 12 maj **Prova på en vandring** med Tibbleseniörernas Vandringsgrupp, ca 7–10 km

Onsdag 14 maj **Tipspromenad** i Ängsholmsparken

Torsdag 15 maj **Spela boule** på banan i Täby Park

Fredag 16 maj **Rundvandring i Täby Park**, det nya området

Mer information kommer i början av maj på hemsidan www.tibbleseniörerna.se /Kalendariet, och i nyhetsbrevet som skickas ut i början av varje månad till alla medlemmar som meddelat sin e-postadress till föreningen.

Välkommen till Täby församling

Täby församlings fem kyrkor är fyllda med allt från gudstjänster, föreläsningsserier och andra öppna verksamheter.



Se öppettider, kalendarium och aktuell information på www.svenskakyrkan.se/taby eller skanna QR-koden.



**Svenska
kyrkan**

Täby
församling

CIRKLAR OCH FRISKVÅRD

– fasta grupper som träffas regelbundet

Det kan bli ändringar – håll utkik på webbsidan www.tibbleseniorerna.se

Cirklar

Aktier och fonder 1

Dan Kronström 070-433 47 68.

Gruppen tar f.n. inte emot fler deltagare.

Aktier och fonder 2

Gustav Frost 070-327 11 91

Bokcirkel Elena

Ann-Christine Bratt Kollberg
070-949 49 31

Bokcirkeln tar f.n. inte emot fler deltagare.

Lilla Museicirkeln

Britt-Marie Reinhold 079-334 36 95
Gruppen kan ta emot nya deltagare.

Kortspel

Bridge

Torsdagar kl. 12.30–16.30, Seniorcenter.
Arne Wasslund, 070-883 22 43
Monica Söderström 070-524 51 07
*Det finns plats för nya deltagare.
Anmäl en person eller ett par.*

Canasta

Tisdagar kl. 13.15–16.15
Anna-Lena Sedvallson, 070-309 92 05
Birgitta Bergström Fredriksson,
070-214 17 21
Det finns plats för några fler deltagare.

Friskvård

Badminton

Tisdagar och fredagar kl. 9.00–11.00,
Olle Swahn 070-872 25 89
Robert Hultman 070-532 54 55
Täby Racketcenter.
Nya medlemmar är välkomna, dock inte helt nybörjare.
Onsdagar kl. 9.30–10.30
F2-hallen Hågernäs Strand
Torsten Larsson 070-442 44 73

Boule – den varma årstiden

Boulebanan i parken bakom Åkerbyvägen 1.
Onsdagar kl. 10.00–12.00. Ta med egna
bouleklot.
Kontakta Sonja Khechini 076-411 82 65
innan du ska spela första gången.

Golf – den varma årstiden

Börje Larsson 070-979 09 24
bl_48@hotmail.com
Björn Önnerdal 070-510 57 76
bjornonnerdal@telia.com

Linedance på Seniorcenter

Adress Lyktgränd nr 2 eller 4.
Fortsätn. grupp, fredag kl. 9.15–10.45.
Nya deltagare som har dansat flera terminer
är välkomna.
Karin Thorán, karinthoran@gmail.com

Vill du pröva på linedance?

Nybörjargrupp fredag kl. 10.50–11.30.
Lätt fortsätn. grupp fredag kl. 11.40–12.20.
Ledare är Eva Jansson, e.arndell@gmail.com

Vandringar 7–10 km

Vandringsgruppen går på måndagar
och startar oftast kl. 9.45. Tidpunkt och
samlingsplats kan variera. Information
om nästkommande vandring mejlas till
vandringsgruppen senast dagen före
vandringen. Ta med busskort, matsäck och
sittunderlag.
För aktuell information ska nyttillkomna
vandrare alltid kontakta
Anette Forsberg 070-755 65 41 eller
Anders Wallin 070-413 52 76.
Mejla
vandring.tibbleseniorerna@gmail.com
Se vidare www.tibbleseniorerna.se
*Det är inte tillåtet att ta med djur på
vandringen.*

Medicinsk fotvård

Fina Fötter

Södervägen 44

Täby (Viggbygården)

070-2236265

Medlem i Sveriges Foterapeuter



Kirsti's medicinska fotvård

070-773 54 30

OBS! Ny adress

Grindtorpsvägen 23, Täby



MEDICINSK FOTVÅRD

Fotvårdskliniken

Maeve Lavelle 08-768 32 59

KULLAGRÄNDS SERVICEHUS

ÅKERBYVÄGEN 1, TÄBY



Näsby slott i Täby

I Sverige finns ungefär 160 väl bevarade slott och 11 av dem är kungliga. Det största är Kungliga slottet i Stockholm som för övrigt också är ett av Europas största slott och tillika Sveriges konungs residens.

Utöver kungliga slott finns en hel rad andra slott i vårt avlånga land. I Uppland finns 39 stycken. Ett av dem, Näsby slott, är vackert beläget intill Näsbyviken i vår fina kommun Täby.

Idag finns varken kungligheter eller adel mantalsskrivna på Näsby slott. Men kanske har någon person av kunglig eller adlig börd tillbringat någon natt eller weekend här. Näsby slott är nämligen en hotell- och konferensanläggning och är tillgänglig för alla.

Till Näsby Slott beger du dig om du till exempel ska på konferens eller har tänkt dig ett drop in-bröllop. Du kan också titta in på en brunch eller god middag, njuta av en slottsweekend, gå på konsert, hänga i baren eller koppla av med yoga.

Näsby slott grundades redan under 1400-talet.

Näsby slott är en vacker byggnad med en lång historia. Slottet byggdes 1665 efter ritningar av Nicodemus Tessin d.ä. Slottet har dock en äldre historia än så.

Det grundades redan på 1400-talet och dåvarande ägare var Gustav Vasas mormor, Sigrid Eskilsdotter Banér. Hon fick Täby rättardöme i morgongåva av Nils Eriksson (Gyllenstierna) som var hennes andre make. Slottet kom dock inte att ägas av Gustav Vasa utan gick i arv till Kristina som var dotter till Sigrid och Nils.

Näsby slott är inget gods som gått i arv i samma släkt utan ägarförhållandena har varit många. Listan över ägare är lång och inkluderar svensk ur-adel såsom Banér, Sparre och Stenbock. Från 1400-talet och fram till idag räknar jag till lite drygt 20 ägare och flertalet har förvärvat slottet genom köp. Skaran av adliga ägare ser ut att ha upphört i och med att Carl Lamm köpte slottet år 1902. Carl Lamm var ingenjör, uppfinnare, industriidkare och konstsamlare.



Slottet med annex från framsidan med parken i förgrunden. Huvudbyggnaden är ritad av Nicodemus Tessin d.ä. och uppfördes 1655 och återuppfördes efter branden enligt de gamla exteriöra ritningarna.

Slottet fick nytt liv efter branden

Slottet brann ner år 1897 och det Carl Lamm köpte var egentligen inget annat än en ruin. Hela byggnaden förstördes i branden och det enda som återstod var de två yttre murarna.

Carl Lamm hade således mycket arbete innan slottet blev beboeligt igen. Med hjälp av arkitekten Eric Josephson samt Nicodemus Tessins (d.ä.) ritningar kunde man återuppföra slottet. Exteriören blev mycket lik den tidigare byggnaden. Trädgården och parken fick sin 1700-talsprägel och hela egendomen blev ett mönsterjordbruk med Sveriges första elektrifierade ladugård.

I maj 1905 flyttade Carl Lamm in på slottet med sin hustru, och där bodde han fram till sin död 1938.

Carl Lamm och hans hustru var konstälskare av stora mått. Interiören utformades med utrymme för deras stora konstsamling, och på slottet kan man än i dag beskåda en plafondmålning av Anders Zorn, en skulptur av Carl Milles och en väggmålning av Bruno Liljefors.

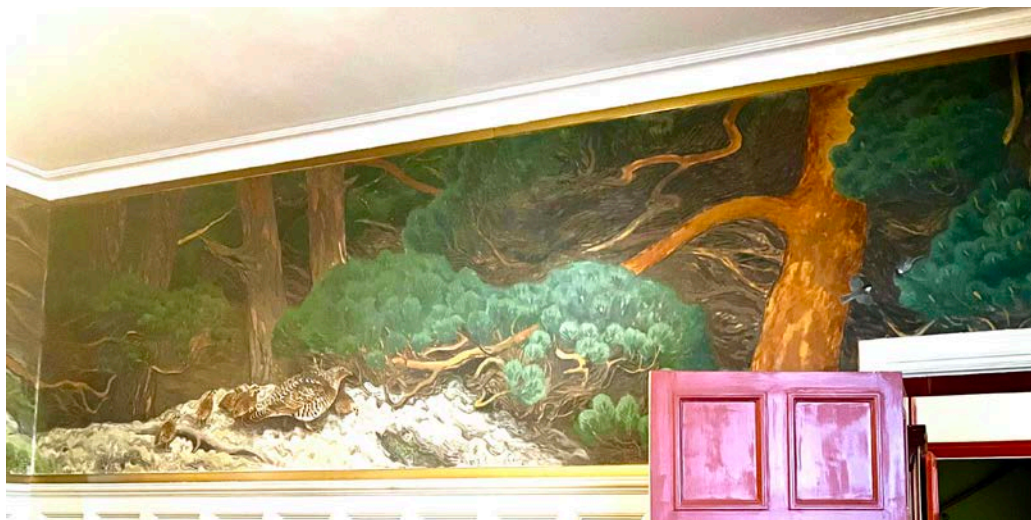
Från försvar till flärd

Fem år efter Carl Lamms död köptes Näsby slott av staten.

Redan i januari samma år flyttade Kungliga Sjökrigsskolan (KSS) in med sin skola för lägre befälsutbildning inom svenska marinen. Slottet behölls i stort sett intakt och användes i huvudsak för administrativ verksamhet. För skolsalar, kaserner och mässar byggdes nya hus.

Området blev militärt skyddsområde. I och med detta stängdes både slottet och den vackra parken för allmänheten. Först 50 år senare, när KSS avvecklade sin verksamhet på platsen, kunde allmänheten åter få tillträde till området. Under KSS tid K-märktes slottsparken och slottets exteriör. Interiören fick också sin K-märkning, dock först 1997. Med en K-märkning är såväl byggnad som miljö skyddad och får därmed inte rivas eller förändras på sådant sätt att det kulturhistoriska värdet minskar.

KSS stängdes 1987 och efter ett par år utan verksamhet flyttade Försvarets materielverk in. Efter ytterligare ett par år var det dags för Mellersta värnpliktskontoret att ta över.



På Näsby Slott kan du titta in på en kopp kaffe och samtidigt njuta av Bruno Liljefors vackra väggmålningar.

Under åren som mönstring till värnplikten pågick på Näsby slott gjorde 13 000 värnpliktiga sin mönstring här varje år. Mellersta värnpliktskontoret var under den här perioden en av Täby kommuns största arbetsplatser.

Nya ägare har därefter bedrivit hotell-, restaurang- och konferensverksamhet på slottet. Har du ännu inte besökt Näsby slott med omgivningar är mitt tips att du gör det.

Vill du inte göra en s.k. staycation och ta del av det moderna slottsliv som erbjuds idag går det alldeles utmärkt att bara göra en kortare visit och njuta av en god middag eller en häftig brunch i restaurangen. Eller varför inte titta in på en afterwork eller afterpension som arrangeras vissa fredagar under året.

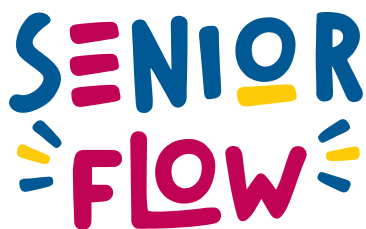
Text och foto Eva Forshällen



Stora Salen där Anders Zorns takmålning finns bevarad. Under Carl och Dora Lamms tid anordnades här poesikvällar, litteraturaftnar och konserter.

Ägare av Näsby slott genom åren

Årtal	Ägare		
1480-talet	Nils Eriksson Gyllenstierna	1716	Johan August Meijerfeldt d.ä.
	(1400-talets slut)	1749	Johan August Meijerfeldt d.y.
1520	Kristina Gyllenstierna	1817	Kristian Tott
1571	Gustav Axelsson Banér	1818	Ernst Fredrik von Willebrand
1600	Kronan	1823	Charlotta Mörner
1612	Kristina Sture (gift Banér)	1834	Fredrik af Klercker
1619	Svante Banér och Lars Eriksson Sparre	1871	Lars Fredrik Cronhielm af Flosta
		1880	Henrik Julius Cronhielm
1644	Svante Svantesson Banér och Per Larsson Sparre	1897	Carl Cronhielm
		1902	Carl Robert Lamm
1689	Kronan	1943	Statsverket för Kungliga Sjökrigsskolan
1690	Johan Gabriel Stenbock	1993	Byggnadsstyrelsen/Vasakronan AB
1691	Ebba Jaqueline Sparre	2008	Niam AB



GLÄDJESPRIDARNA

Hej på dig :-)

Senior Flow är ett företag som byggdes upp stolt efter rekommendationer från sina kunder.

Vi är ett komplett senior service företag som arbetar med stort engagemang för att skapa ett helhetskoncept med varor och tjänster som seniorer i Täby vill ha eller behöver i sin vardag.

Vi har specialiserat oss på hushållsnära tjänster, hjälp med planering av vardagssysslor, aktiviteter, träning, fysioterapi.

Vår vision och största drivkraft är att sprida glädje, bjuda till medvetet samvaro, bidra till våra kunders livskvalité, god hälsa och livslust som varar länge.

Vi har erfarenhet och kunskap av vårdbranschen - senast är vi utbildade i metoden Montessori Senior som skapar förutsättningar till att ge råd och stöd kring kognitiva funktionsnedsättningar.

Varmt välkomna att träffas och umgås i vår nyöppnade mötesplats i Näsby Parks Centrum - där vi tillsammans bygger ett hälsokoncept som ger nya samt gamla vänner förutsättningar till socialt, hälsosamt och ett stimulerande liv.

Besöksadress:
Senior Flow AB
Näsby Park
Eskadervägen 3
Inne i gallerian vid hemköp / Park Café
Telefon 072-292 27 44
epost: flow.gladjespridare@gmail.com



TID FÖR INLÄMNING

Hos oss möter du handplockade experter med lång erfarenhet, breda kunskaper och spetskompetens.

Kontakta oss för hemvärdering av såväl hela hem och samlingar som enstaka föremål, eller besök oss i Läktarbyggnaden på Täby Park.

Vi har öppet vardagar kl. 13-17 och lördagar kl. 11-14. Varmt välkommen till Crafoord Auktioner Stockholm!

tel. 08 409 438 90
stockholm@crafoordauktioner.se
www.crafoordauktioner.se

C R A F O O R D
A U K T I O N E R

ÅTERBLICKAR

Tibbleseniörerna på julresa

Julbord och julkonsert skulle det bli den 9 december 2024.

Men först styrde vi kosan till Västerås och Slottet. Kaffe och smörgås – viktigt att vara mätt – startade vårt besök med. Sedan guidades vi genom Västerås slott.

Slottet hade verkligen förändrats genom åren. Det började byggas på 1100-talet och har byggts till både på bredden och på höjden. Ståndsmässigt skulle det vara minsann, men det skulle också vara en bra byggnad för försvar.

Gustav Vasa har givetvis varit här och härjat. Han intog Västerås och gjorde slottet till sitt residens.

Två viktiga riksdagar hade Gustav Vasa här. Den första 1527 beslutades om protestantismens införande. Banden till den katolska kyrkan klipptes.

Den andra 1544 beslutades att Sverige skulle ha ett arvkungadöme, söner skulle automatiskt ta över. Även en krigsmakt skulle etableras som skulle ledas av Gustav Vasa. Dessa senare beslut var så viktiga så inför denna riksdag lät Gustav Vasa bygga på en kungavåning på slottet.

Johan III hade en storslagen bröllopsfest här 1585 när han gifte sig med Gunilla Bjälke. Gästerna var där flera dagar och det konsumerades 37 500 liter vin.

Många kungligheter och berömda busar har passerat slottet genom historien.

Idag rymmer slottet förutom museum både musik- och opera-högskola samt kontor.

Nu bar det av till Skultuna. 1607 beslutades att Sverige skulle ha mindre import av mässing. Svartån skulle ge bra vattenkraft och Koppargruvan i Falun låg nära så det fick bli i Skultuna som denna tillverkning startade. Så mycket vackra saker det fanns där, välputsade glänste de på hyllorna.

Vi tittade men tog upp plånboken först när vi kom till deras outlet. Lite julklappar blev det allt. Många kyrkor och stora hus i trakten har vackra ljuskronor härifrån.

Nu var vi tvungna att få lite mat, Virsbo herrgård var vårt mål. Den har anor från 1500-talet, vacker inne med bl.a. 18 kakelugnar med olika färger och motiv. Den var privatbostad fram till 2015 då den renoverades och används nu som konferensanläggning. Gården ligger vackert belägen på en udde i Virsbojön.



ÅTERBLICKAR

Maten var inte god, den var utsökt. När vi tittade ut genom fönstren så var det som att befinna sig i en John Bauermålning. Man tyckte sig se en liten prinsessa på den lilla ön.

Mätta och lyriska av utsikten kom så dagens avslutning – en fin julkonsert med Linnéa Sallay och Erik Wadman i Virsbo kyrka. Det blev glad, vacker och traditionell musik och även vi i publiken fick stämma in.

Känslan när denna fina stund är slut är – nu kan julen komma. Vi drack glögg och åkte nöjda hem till Täby. Med orden Glad Advent och God Jul skiljdes vi åt vid Täby Galopp.

Text och foto Gunilla Rönnholm



Personliga begravningar sedan 1884

Varmt välkommen till oss i Åkersberga, Täby, Vallentuna, Odengatan i City och på Lidingö.

Erbjudande för dig som är medlem i SPF Seniorerna

Som medlem i SPF har du 1.000 kr rabatt på en begravning hos oss. Kom förbi eller ring så berättar vi mer.

Varmt välkommen!

HALLSÉNIUS BEGRAVNINGSBYRÅ
Biblioteksgången 2, 183 70 Täby
Tel: 08-544 732 80
www.hallsenius.se



HALLSÉNIUS
BEGRAVNINGSBYRÅ

ÅTERBLICKAR

Resa till Blomsterboda den 5 februari

En ovanlig start på en utflykt – det var mulet och blåsigt, riktigt grådash.

Trots allt gjorde det inte att vårt humör blev sämre. Väl inne i bussen på väg till Väsby Golf för en god lunch så var vi undan snålåsten och humöret steg.

Tro det eller ej men när vi åt lunch kom solen. Dessutom var det en mycket god lunch.

Fyllda av solenergi och mat åkte vi så till Blomsterboda. Vår guide Pelle tog som vanligt emot oss på trappan och vi steg in i den fantastiska tulpanvärlden. Löken kommer från Holland och planteras i plastlådor med vatten i botten. Ingen jord här inte.

Blomsterboda har ett eget reningsverk, så vattnet från lådorna med de skördade tulpanerna renas och berikas med näring för återanvändning.

När tulpanerna vuxit ca 8 cm flyttas de till drivbänkar i ljus miljö. Efter ytterligare 20 dagar är de klara för att sköras.

Så vacker det är att se dessa mängder av de krispiga tulpanerna.

Blomsterboda odlar 9 miljoner tulpaner mellan december och fram till påsk. Det skulle varit 13 miljoner som förra året men, som vi alla hört, var det ont om lökar på



grund av torka i Holland.

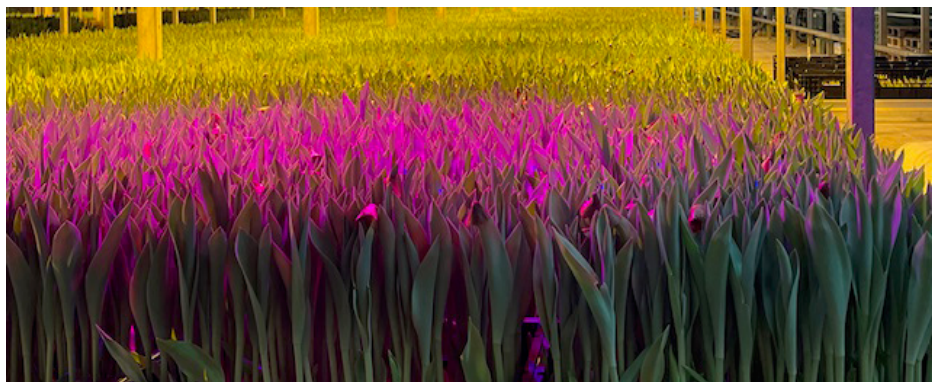
Innan jul blir det 1 miljon hyacinter och 120 000 amaryllis. De säljer också andra blommande och gröna krukväxter men de är alla odlade på annat håll.

Dagligen levererar 35 lastbilar blommor till kunder, varav ICA är en av de större.

Sedan kan du och jag köpa dessa underbara blommor och njuta av dem hemma.

Vi bjöds på kaffe och i vår väska en hade vi bukett tulpaner med oss hem.

Nu var vi påfyllda med energi och vände glada hemåt.



ÅTERBLICKAR

Gustaf von Hofsten – kungens adjutant

På Tibbleträffen den 29 januari gästades vi av Gustaf von Hofsten. Han har haft en mycket lång militär karriär, och var även kungens adjutant i många år.

Gustaf von Hofsten berättade mycket öppet och trevligt om sitt liv nära det kungliga hovet.

Alla kontakter med de kungliga går via adjutanten som alltid måste vara till hands.

Adjutanten får anpassa sitt liv efter de kungligas program. Uppgifter för adjutanten kan vara att ta hand om kungliga släktingar på besök, eller utländska gäster som ska visas runt under besöket.



Gustaf von Hofsten var bland annat med på kungens 50-årsdag och på prinsessan Madelaines bröllop. Även vid sommarvistelse på Solliden slott är adjutanten med för att bistå med allehanda tjänster.

Om du missade Tibbleträffen med Gustaf von Hofsten så misströsta inte. Det kommer ett nytt tillfälle efter sommaren. Håll utkik på hemsidan!



AKTUELLT FRÅN KPR

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET I TÄBY

KPR är ett organ för ömsesidig information och samråd mellan Täby kommun och företrädare för pensionärsföreningarna i frågor som rör pensionärer. KPR är inrättat under kommunens äldrenämnd och har fyra möten per år.

Tibbleseniörernas ledamöter i KPR är Monica Alkblad, Judy Albinsson, Monica Törnqvist och som ersättare Monika Mellqvist.

Kommunens protokoll från KPR finns på hemsidan www.taby.se (sök på *pensionärsrådet*)

Från kommunala pensionärsrådets möte den 2 december

Tibblehemmet – Enhetschef Tomas Bergius informerade

Verksamhet Tibblehemmet är vård- och omsorgsboende som drivs i kommunens regi sedan januari 2023. När kommunen tog över var beläggningen 70 % och nu är det i stort sett fullbelagt.

Där finns 99 lägenheter på fyra våningsplan, och där finns omsorgspersonal, sjuksköterskor och aktivitetssamordnare. Compass Group lagar maten centralt och sedan värms den på avdelningarna.

Brukarundersökningar visar på en sammantagen nöjdhet på 65 % 2024 (60 % 2023). 40–60 % har svarat.

De boende har haft boenderåd där man diskuterat resultatet från undersökningen och hur man ska arbeta vidare utifrån svaren.

Under 2025 startar ett arbete med värdegrund och arbetssätt och senare ska man arbeta med måltidssituationen, utemiljön och aktiviteter.

Information från SRF – Stockholmsregionens Försäkring AB

SRF ägs av 25 kommuner i Stockholms län och försäkrar kommunerna. Täby har olycksfallsförsäkring för alla som bor på ett vård- och omsorgsboende. Tyvärr är det dock så att olycksfallsförsäkringar över lag är dåligt anpassade för äldre personer och ersättningsbeloppen är låga. Arbeta pågått med att se över detta.

Många vanliga olycksfallsförsäkringar slutar gälla när man fyller 65 år – kolla med ditt försäkringsbolag!

De flesta skador som drabbar personer på vård- och omsorgsboende är inte olycksfall utan patientskador. Alla vårdgivare är skyldiga att teckna patientförsäkring. Vårdgivaren har också informationsplikt och ska informera om att patientförsäkringen finns.

Mer information finns på bolagets hemsida, www.srfab.net

Nya socialtjänstlagen – Stabschef Sara Eriksson informerade

Ett förslag till ny socialtjänstlag ska förhoppningsvis träda i kraft 1 juli 2025. Syftet med den nya lagen är att tidigt nå människor, sänka trösklarna och att verksamheter ska bedrivas i

enlighet med vetenskap och beprövad erfarenhet. I Täby pågår arbete med bl a kompetensutveckling, information och en plan för administrationen.

Uppdrag om utvecklingsarbete nära vård – mottagningsteam efter slutenvård

Socialchef Claes Lagergren informerade

Ett utvecklingsarbete ska ske angående vad som behövs när en person skrivs ut från sjukhus och kommer hem. Två av Tibbleseniörernas KPR-representanter kommer att vara delaktiga i detta arbete.

Korttidsboende

Vid äldrenämndens möte i december fanns ett förslag om att Täby inte längre ska upphandla platser på korttidsboende i Lidingö utan starta ett sådant i egen regi. Tibblehemmet anses bäst lämpat och man tänker där använda en av de avdelningar som redan finns. Där finns plats för 12–13 personer och start beräknas till början av maj.

SPA-rummet på Tibblehemmet

Rummet används inte för boende på Tibblehemmet. Oklart vad som ska ske med utrymmet.

Sommarkollo för seniorer

En motion om att Täby ska ordna sommarkollo för äldre ska behandlas av äldrenämnden. Beslut tas vid kommunfullmäktiges sammanträde den 17 mars.

Trygghetsvandringar

Trygghetsvandringar sker två gånger om året, och det kan bli flera. Inbjudan att delta har hittills gått till berörda boende i området. KPR har önskat och kommer nu också att få inbjudan.

Utvärdering av seniordagen 2024

Avdelningschef Jonas Sundling sammanfattade att dagen var i stort sett bra. Negativt var att utställningsområdet var för trångt och att ljudet från närliggande butiker var störande. Positivt att evenemanget var i Westfield Täby centrum där många människor rör sig, och att det är lättillgängligt för alla.

Judy Albinsson

DU ENSAMBOENDE PENSIONÄR ELLER ANHÖRIGVÅRDARE I TÄBY

Känner Du eller Dina anhöriga Er oroliga för att det ska hända Dig något hemma utan att det uppmärksammas? Då är Veteranringen något för Dig! Du ringer till vår telefonsvarare. Vi lyssnar av den. Har Du inte ringt, ringer vi. Denna trygghet kostar Dig bara ett dagligt samtal.

För information, kontakta:

Åsa Berken	076-317 37 58
Lena Annerborn	072-710 27 37
Marianne H-én Erlandsson	070-523 25 50



Om föreningen

Förening inom förbundet SPF Seniorerna som är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden organisation.

Org.nr 802409-1814

Föreningens kansli finns på
Marknadsvägen 293, 183 79 Täby

Tel: 08-758 91 05. **Kansliet har telefotid**
helgfria mån- och torsdagar kl. 10.00–11.00.
Telefonsvarare när kansliet är stängt.
Besök efter anmälan.

Kansliet stänger på sommaren från 15 juni
till 15 augusti **och på julhelgen** från
15 dec till 10 jan. Under stängning besvaras
mejl och meddelanden en gång per vecka.

Mejl: tibbleseniorerna@gmail.com

Hemsida: www.tibbleseniorerna.se

Plusgiro 477 28 94-4

Webbmaster:

webmaster.tibbleseniorerna@gmail.com

Medlemsavgift: År 2025 är medlems-
avgiften 330 kr per medlem.

Inbetalningskort skickas från centrala
förbundet till dig som inte har E-faktura
eller Kivra-brevlåda.

**Avgiften ska vara betald senast 31 december
året före det år som avgiften avser.**

Medlemskapet gäller från den dag avgiften
är betald.

Medlemsanmälan kan göras på vår
webbsida, eller med mejl eller telefon till
kansliet.

Uppge namn, personnummer, adress, telefon
och mejladress vid anmälan.

Vid anmälan efter den 1 oktober gäller
avgiften även för nästkommande år.

Glöm inte anmäla till kansliet när du ändrar
telefonnummer eller mejladress.

Vänmedlem

Den som är medlem i annan SPF-förening
kan bli vänmedlem i Tibble Täby.
Anmälan görs med mejl eller telefon till
kansliet (*se uppgifter i texten ovan*).
Uppge namn, personnummer, adress,
telefonnummer och mejladress vid
anmälan.

Avgiften är 100 kr per år och inbetalnings-
kort skickas från föreningens kansli.

Skandia mötesförsäkring

Medlemmar i föreningen har försäkrings-
skydd för olyckor vid deltagande i möte
eller arrangemang som ordnas av SPF
förbundet, distriktet eller av föreningen,
samt vid resa till och från sådant möte.
Frågor om denna försäkring – kontakta SPF
Seniorerna tel. 08-692 32 50

Skandia försäkringar för enskild medlem Livförsäkring

Ny medlem i SPF, som är mellan 60
och 70 år, kan inom 6 månader teckna
en livförsäkring på ett och ett halvt
prisbasbelopp.

Olycksfallsförsäkring

Medlem i SPF kan oavsett ålder teckna en
olycksfallsförsäkring där försäkringsbe-
loppet är relaterat till åldern.

Mer information om Skandias försäkringar
och villkor finns på Skandias webbsida
www.skandia.se eller tel.nr till
0771-55 55 00 eller 0771-16 60 60

Förtroendevalda

Styrelsen

Erik Söderberg, <i>ordförande</i>	070-610 71 29	eriksoderberg49@gmail.com
Judy Albinsson, <i>sekreterare, KPR</i>	070-548 44 83	judy.albinsson@gmail.com
Anders Berghagen, <i>program</i>	070-556 66 16	anders.berghagen@telia.com
Ingall Bylund, <i>medlemssekreterare</i>	070-638 04 35	ingallbylund365@gmail.com
Torgil Granström, <i>program</i>	070-322 00 12	torgil.granstrom@telia.com
Sonja Khechini, <i>program</i>	076-411 82 65	sonja_khechini@yahoo.se
Karin Thorán, <i>tidningen</i>	070-444 76 88	karinthoran@gmail.com
Inger Wallin, <i>ekonomiansvarig</i>	070-829 63 65	inger.wallin@telia.com
Adjungerad till styrelsen		
Nils Blomgren, <i>IT-frågor</i>	073-981 40 72	nils.blomgren@hotmail.se

Revisorer

Karin Neiderud	070-459 84 88	karin.neiderud@gmail.com
Mats Westerdahl, <i>ersättare</i>	070-928 53 46	mats.westerdahl@gmail.com

Valberedning

C-H Segerfeldt	070-652 19 80	ch.segerfeldt@gmail.com
Sylvia Molander	070-853 68 43	molander.sylvia@gmail.com
Britt-Marie Jansson		janssonbrittmarie14@gmail.com

Representanter i KPR

Monica Alkblad	070-827 01 46	m.alkblad@gmail.com
Judy Albinsson	070-548 44 83	judy.albinsson@gmail.com
Monica Törnquist	073-380 41 12	monica.tornquist@telia.com
Monika Mellqvist, <i>ersättare</i>	076-804 34 51	monika.mellqvist@gmail.com

Funktionärer

Tidningen TibbleSenioren

Karin Thorán, <i>ansvarig redaktör</i>	070-444 76 88	karinthoran@gmail.com
Eva Forshallen, <i>manus</i>	070-546 28 00	eva.forshallen@gmail.com
Sonja Wallbäck, <i>korrektur</i>	070-572 24 87	sonja.wallback@gmail.com
Stellan Abramson, <i>layout</i>	070-584 07 79	stellan.abramson@gmail.com
Birgitta Nelhagen, <i>annonser</i>	073-080 82 49	nelhagen21@gmail.com
Karin Neiderud, <i>distribution</i>	070-459 84 88	karin.neiderud@gmail.com

Hemsidan www.tibblesenioren.se

Anders Wallin, <i>webbredaktör</i>	070-413 52 76	
		webmaster.tibblesenioren@gmail.com

Resor

Gunilla Rönnholm	070-216 23 86	gunilla910@gmail.com
Christina Olausson	070-575 85 37	echristina.olausson@gmail.com

Pub, modevisning

Sylvia Molander	070-853 68 43	molander.sylvia@gmail.com
-----------------	---------------	--



Utsikt över Vättern från Brahehus slottsrudin