

Informationsbrev nr 6 – juli 2026

Sommarens soliga dagar fortsätter att lysa över oss, även om midsommar redan har passerat. Vi ser fram emot flera fina dagar innan hösten gör sitt intåg. Just nu är vi i slutfasen av att färdigställa vårt höstprogram, som kommer att skickas ut till er i postlådan under månadsskiftet juli/augusti.

Aktiviteter under sommaren Vår volontärgrupp kommer att erbjuda flera spännande aktiviteter under sommaren. För att hålla er uppdaterade, besök gärna vår Facebook-sida, **SPF Tomas Västerås**, där vi kontinuerligt delar information om vad som är på gång.

Vi vill informera om att det har blivit lite förvirrande angående ”Piorna”. Pia Hjelm Södergran jobbar på Malmabergs mötesplats och Pia Persdotter är i styrelsen för SPF seniorerna Tomas, läs en extra gång vid inbjudningar och kontakt så ni pratar med rätt person.



Trivselträffar på Malmabergs mötesplats

Trivselträffarna kommer i gång igen den 1 september. Då startar vi med sju sorters kakor och underhållning av Irene Sangemark ”Minns ni 50-talet”



Resa



Tillsammans skapar vi de bästa minnena!

Det blev snabbt fullbokat till Allsång på Skansen den 11 augusti. Att intresset är så stort gör oss fantastiskt glada!

Den här resan arrangerar vi tillsammans med Mötesplatsen. Det är just sådana här samarbeten som gör föreningslivet så givande – vi kan göra mer tillsammans och erbjuda ännu bättre aktiviteter för er medlemmar. Tack för att ni reser med oss, nu laddar vi upp sångrösterna inför augusti!



Volontärgruppen– mer gemenskap

Vår volontärgrupp ordnar utflykter och aktiviteter hela sommaren.

Rollatorpromenad varje onsdag kl. 11.00–12.00. Rollatorpromenad med eller utan rollator. Obs! Samling seniorpunkten Munkgatan 16.

Fredag 3 juli

Utflykt Östra Holmen, samling på Färjekajen kl. 10.00.

Anmälan max 15 pers.

Måndag 06 juli

Miniatur Kingdom i Kungsör, Samling kl. 09:30 på Malmabergs mötesplats.
Anmälan max 10 deltagare. kostnad 125 kr.

Onsdag 8 juli

Samtalsgruppen "Sommar med mera" kl.11:00-12:30 Obs! på Seniorpunkten Munkgatan16.

Sommarmusik i Rytterne kyrka, samling kl.17:30 på Malmabergs mötesplats.
Anmälan max 15 deltagare

Torsdag 9 juli.

Fika i Malmabergsskogen kl.11.00-12.00. Samling på Malmabergs mötesplats.

Tisdag 14 juli

Rademaschersmedjorna i Eskilstuna med lunch, visning av museismedjan ca kl.13:00.
Samling kl.10:30 på Malmabergs mötesplats. Anmälan max 10 deltagare.

Torsdag 16 juli.

Allsång med lunch vid Elbakajen, kl.12.00-17.00.
Anmälan, kostnad 200 kr.

Fredag 17 juli

Utflykt till Enköpings parker. Samling på Malmabergs mötesplats kl.10:30, hemma igen kl.16.00.
Anmälan max 12 deltagare, kostnad 100 kr.

Onsdag 22 juli

Samtalsgruppen "Sommar med mera" kl.11:00-12:30 Obs! på Seniorpunkten Munkgatan16.

Lördag 25 juli

Utflykt till Stall Klockartorp kl.11:00-ca.15.00, kostnad 100 kr.
medtag lunch/fika/barnbarn om du vill. Anmälan, max 15 deltagare.

Söndag 26 juli

Sommarkonsert i Ängsö kyrka, samling Malmabergs mötesplatsen kl.16:30.
Anmälan, max 15 deltagare

Tisdag 28 juli

Stugbesök på en ö i Köping med liten båt! samling mötesplats kl. 09:00 hemma igen ca 14.00.
Anmälan, max 7 deltagare

Onsdag 29 juli

Räkkryssning. Anmälan max 15 pers. Kostnad 295 kr. Mer information vid anmälan.

Torsdag 30 juli

Fika i Malmabergsskogen kl.11.00-12.00. Samling på Malmabergs mötesplats.

Mer information och kontakt till volontärgruppens ansvariga

Hans Hedström 070 544 08 15 hanshedstrom56@gmail.com

Anmälan till Maj Morin 070 592 54 72, majmohrin332@gmail.com

Går även att anmäla sig på Malmabergs mötesplats, finns anmälningslista på bordet.
OBS Mötesplatsen har stängt 6-10 juli.

Om du vill veta mer följ oss på Hemsidan och Facebook eller hör gärna av dig för frågor.

Hemsida: www.spfseniorerna.se/tomas

Facebook: SPF Tomas Västerås

E-post: tomas@spfseniorerna.se

Vi hörs igen nästa månad med mer uppdateringar och tips.

Med vänliga hälsningar

SPF Seniorerna Tomas

Glöm inte dricka vatten i sommar!



SPF SENIORERNA

VÄTSKEERSÄTTNING

1 liter vatten
6 tsk strösocker
eller druvsocker
½ tsk salt
(ej örtsalt)

Smaksätt gärna
med t.ex. citron,
gurka, frukt eller bär.