

MÅNADSBREV MAJ 2026

Vilken härlig känsla att få fästa månaden maj på pränt. Nu grönskar det explosionsartat utanför mitt fönster i arbetsrummet. Koltrastarna, skatorna och kråkorna slåss om utrymmet och rådjuren letar efter godis på tomten. De är oroväckande framgångsrika, kan sägas. De nya rådjursskrämmorna ska få visa, om de var värda utgiften. Tidigare försök har tyvärr misslyckats!

Det är en hel del helgdagar framför oss, men visst hinner vi med att träffas i olika konstellationer inom SPF Seniorerna Trosa!

PANTERPARCOUR – 45 min rolig och omväxlande träning med Qina

Tis 28 april, kl 14.00. Samling utanför Seniorcaféet.

Avgift: 100 kr för 5 ggr.

Anmälan: www.biljettkiosken.se/spftrosa

GUBBLUNK – Stillsam promenad och mycket snack, som avslutas med fika och ännu mer snack. Varje onsdag under maj.

Ons 29 april, kl 10.00. Samling utanför Seniorcaféet. Bara kom!

VÅMHUSKULLORNAS HÅRSMYCKEN OCH VANDRINGAR -

Författaren Ida Halling berättar om sin bok.

Tor 7 maj, kl 14.30. Seniorcaféet. Vi bjuder på kaffe. Några få platser kvar.

Anmälan: www.biljettkiosken.se/spftrosa I samarbete med Författarcentrum.

TRÄDGÅRDSVANDRING NORA TRÄDGÅRD – Brita Zettergren guidar oss runt i trädgården och vi avslutar med fika inne i växthuset och mer prat om växter, trädgård och balkong.

Fre 8 maj, kl 14.00. Nora Trädgård, Vagnhärad. Begränsat antal platser.

Anmälan: www.biljettkiosken.se/spftrosa

MÅNADSMÖTE – känner ni till Elsa Blenda Nordström – undercover journalist 1914!

Mån 11 maj, kl 14-16. Skärborgarnas hus.

Kaffe, smörgås och lotteri. 75 kr.

Anmälan: www.biljettkiosken.se/spftrosa

VÅRSHOPPING HOS STIL & STORLEK, VAGNÄRAD

Vi har butiken för oss själva. Shoppa loss under ledning av Anne, eller bara titta runt. Butiken bjuder på dryck och tilltugg! Max 10 platser!

Tis 12 maj, kl 14, eller Tis 19 maj, kl 14 eller Tor 28 maj kl 14.

Anmälan: www.biljettkiosken.se/spftrosa

TROSAS PARKER OCH GRÖNOMRÅDEN –

Parkingenjör Maria Johansson berättar om nyheterna Scenparken i Vagnhärad, Hamnängen i Trosa och om "Blomsterslingan" med alla vårlökar. Hon hinner nog nämna lite om kommunens nya parkplan också.

Ons 20 maj, kl 14.30. Seniorcaféet.

Anmälan: www.biljettkiosken.se/spftrosa

VANDRING HORSVIK – Kommunekolog Stefan Andersson guidar i naturreservatet. Lätt att gå, hagmark och lätt kuperat.

Tis 26 maj. Samling vid Seniorcaféet kl 10.00. OBS! Ändrat datum!!!!

För mer info ring Inger 070 – 238 31 35

Förhandsavisering om

VINPROVNING – hur kombinera vin och mat?

Munskänkarnas ordförande Lena Gernandt lotsar oss rätt!

Tor 4 juni, kl 17. Seniorcaféet

Information på hemsidan och i appen kommer inom kort! Då kan du anmäla dig i Biljettkiosken.

SPFs FOLKHÄLSOVECKA

Mån 18 maj – fre 22 maj. Föreläsning mån-tor kl 10-11. Vi bjuder på liten frukost kl 9.00 före varje föreläsning. Fred 22 maj – Pricka-tiden-lopp i samarbete med Korpen. Mer info kommer!

RESOR i samarbete med Resekompaniet. www.resekompaniets.se

Ny puls i Bruket och arvet från Fogelstad. Buss till Hälleforsnäs med mat, cider, hantverk och historia. Kvinnliga medborgarskolan Fogelstad. Jurss Mejeri! Buss, kaffe o smörgås, shopping, visningar, lunch.

Ons 20 maj, kl 07.40 från Trosa/ Vagnhärad.

Enköpings parker och Westerlundska gården

Kaffe och smörgås i Strängnäs på Grassagården, guidad tur genom de gröna miljöerna i Enköping med Parktåget, därefter lunch.

Tor 2 juli, kl 08.00 från Trosa/ Vagnhärad

Hangö – konst, historia och musik. Finlands sydligaste stad.

24-27 augusti med Viking Line M/S Gabriella. Omfattande utflyktsprogram!

.....

Har du frågor, synpunkter eller annat, som du vill ska tas upp av våra representanter i det kommunala pensionärsrådet (Äldre och omsorgsrådet), kan du kontakta Kristina Brunfelter, tel 076-147 98 14 eller Lennart Spång, tel 070-674 64 07.

.....

Om du har problem med att boka din plats via www.biljettkiosken.se/spftrosa , så ring mig, så löser vi problemet tillsammans!

Läs mer på SPF:s hemsida eller i SPF-appen!

Glad Valborgsmässoafton i förväg!

Margareta Wallin

Ordförande

SPD Seniorerna Trosa

070-564 47 38

margareta.wallin@gmail.com