

Medlemsbladet

Nr 1 Februari 2020

Årgång 29

Från redaktionen

Kallelse och förslag till dagordning för årsmötet den 25 februari bifogas i denna tidning.

Nästa nummer av Medlemsbladet kommer ut i månadsskiftet mars/april 2020 och kommer att innehålla programmet för april – september. Programuppgifter, övriga textbidrag och insändare samt eventuella bilder lämnas till redaktionen senast den 15 mars 2020, gärna via e-post till gun.tombrock@telia.com.

Tisdag 25 februari

Årsmöte



Kom och delta i vår förenings årsmöte! Efter förhandlingarna blir det sedvanlig semla till kaffet och sedan visor av olika slag. Mera information finns på sid. 7.



Innehåll

| | | | | | |
|------|---|----------------------------------|------|----|------------------------------|
| Sid. | 2 | Styrelse och övriga funktionärer | Sid. | 8 | Föreningsträffar forts. |
| Sid. | 3 | Ordföranden har ordet | Sid. | 8 | Studiebesök |
| Sid. | 3 | Nya medlemmar – Hälsoträffen | Sid. | 9 | Resor |
| Sid. | 4 | G-tantens blandade känslor | Sid. | 10 | Resor forts. |
| Sid. | 4 | Mattcurling – Rabatterna | Sid. | 10 | Kulturvandringar |
| Sid. | 5 | Korsord 1 år 2020 | Sid. | 11 | Kulturvandringar forts. |
| Sid. | 5 | Korsord 4 år 2019 Rätt lösning | Sid. | 11 | Boule – Bowling |
| Sid. | 5 | Årets första föreningsträff | Sid. | 12 | Bridge – Handarbetskafé |
| Sid. | 6 | Teaterbladet | Sid. | 12 | Mattcurling – Målarcirkel |
| Sid. | 7 | Föreningsträffar | Sid. | 12 | Sambacanasta – Sång – Teater |

Styrelse och övriga funktionärer 2020-01-15

STYRELSE

| | | |
|----------------------------|--|--------------------------------|
| Ordförande | Ewa Kardell ewa.kardell@bredband.net | 08-531 88 212 070-610 83 91 |
| Vice ordförande | Håkan Norell hakan.norell@combem.se | 08-712 47 81 073-261 09 00 |
| Sekreterare | Birgitta Lundell birgitta.lundell@telia.com | 076-811 19 27 |
| Kassör och medlemssekr. | Maj-Lis Anderstedt majlis.anderstedt@combem.se | 08-742 07 38 070-518 01 50 |
| Ledamöter | Roland Berg roland.berg1@combem.se | 08-712 80 15 070-250 28 45 |
| | Solvig Bäckström sohvigbackstrom@hotmail.com | 08-712 45 22 070-570 8557 |
| | Lars-Åke Hallin hallinlarsake@gmail.com | 08-712 61 39 070-394 64 49 |
| | Yvonne Holmqvist yvonne39.holmqvist@gmail.com | 070-842 13 04 08-712 3859 |
| | Lena Pettersson lenapettersson4708@gmail.com | 070-485 57 19 |

REVISORER

| | | |
|----------------|---------------|---------------|
| Revisor | Tomas Lilja | 073-920 17 01 |
| | Sten Nilsson | 070-631 62 99 |
| Revisorssuppl. | May Björklund | 070-626 22 73 |

VALBEREDNING

| | | |
|-----------------|------------------|---------------|
| Samman kallande | Gun Tombrock | 08-712 84 36 |
| | Ingrid Johansson | 08-712 40 25 |
| | Leif Ström | 073-946 94 81 |

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET - KPR

| | | |
|-----------|------------------|---------------|
| Ledamöter | Kerstin Hallgren | 076-229 08 38 |
| | Ewa Kardell | 070-606 85 14 |
| | Håkan Norell | 08-712 47 81 |
| Ersättare | Bengt Elander | 08-712 59 09 |
| | Birgitta Lundell | 076-811 19 27 |
| | Eva Rosensparr | 073-981 71 94 |

RÅDGIVNING

| | | |
|----------------------|-----------------|---------------|
| Friskvårds- ombud | Ingrid Nolenger | 070-760 64 52 |
| Trafikfrågor | Bengt Elander | 08-712 59 09 |
| Studieombud | Lena Pettersson | 08-712 54 28 |
| Väntjänsten | Eva Rosensparr | 073-981 71 94 |

MEDLEMSBLADET

| | | |
|-------------------|--|---------------|
| Ansvarig utgivare | Ewa Kardell | 08-531 88 212 |
| Redaktör | Gun Tombrock gun.tombrock@telia.com | 08-712 84 36 |
| | Christina Melander cmelander@yahoo.se | 070-822 44 10 |

HEMSIDA

| | | |
|----------|--|--------------------------------|
| Ansvarig | Jan Nordelöf janneno@telia.com | 08-556 590 40 070-642 41 80 |
|----------|--|--------------------------------|

BREVDUVOR

| | | |
|------------|--------------------|---------------|
| Samordnare | Maj-Lis Anderstedt | 070-518 01 50 |
|------------|--------------------|---------------|

PROGRAMGRUPP

| | | |
|-----------------|--------------------|---------------|
| Samman kallande | Yvonne Holmqvist | 070-842 13 04 |
| | Roland Berg | 070-250 28 45 |
| | Solvig Bäckström | 070-570 85 57 |
| | May Björklund | 070-626 22 73 |
| | Margareta Lindgren | 08-712 92 35 |
| | Ingrid Nolenger | 070-760 64 52 |

RESEOMBUD

| | | |
|--|--------------------|---------------|
| | Yvonne Holmqvist | 070-842 13 04 |
| | May Björklund | 070-626 22 73 |
| | Margareta Lindgren | 08-712 92 35 |

TRIVSELGRUPPER

| | | |
|-----------|--------------------|--------------|
| Värdinnor | Anna-Lisa Hallin | 08-712 61 39 |
| | Margareta Lindgren | 08-712 92 35 |
| | Britta Rosenlind | 08-712 37 10 |

| | | |
|--------------|---------------|--------------|
| Lotteriansv. | Bengt Elander | 08-712 59 09 |
|--------------|---------------|--------------|

| | | |
|-----------------|----------------------------------|---------------|
| <i>Grupp 1:</i> | <i>Maj-Lis Anderstedt, ansv.</i> | 070-518 01 50 |
| | <i>Roland Berg, ansv.</i> | 070-250 28 45 |
| | Inga-Carin Ahlén | 08-742 17 23 |
| | Linda Gullans | 079-313 82 92 |
| | Hasse Gullans | 08-742 88 30 |
| | Lars-Åke Hallin | 08-712 61 39 |
| | Tore Jansson | 08-742 17 23 |
| | Ann Norén | 073-042 81 88 |
| | Inger Odell | 070-320 21 84 |
| | Mirja Rudnik | 070-685 57 94 |
| | Peter Rudnik | 08-742 17 84 |

| | | |
|-----------------|--------------------------------|---------------|
| <i>Grupp 2:</i> | <i>Eivor Pettersson, ansv.</i> | 076-868 78 85 |
| | Mona Avér | 070-697 05 61 |
| | Solvig Bäckström | 070-570 85 57 |
| | Bengt Elander | 08-712 59 09 |
| | Yvonne Holmqvist | 070-842 13 04 |
| | Jan-Åke Kardell | 073-599 83 38 |
| | Margareta Lindgren | 08-712 92 35 |
| | Ingrid Nolenger | 070-760 64 52 |
| | Maud Pontusson | 08-712 77 46 |
| | Bodil Sandin | 076-834 56 69 |

AKTIVITETSANSVARIGA

| | | |
|------------------|--------------------|-------------------------------|
| Amatörteater | Monica Wallstedt | 070-725 89 46 |
| Boule | Maud Lundqvist | 070-453 28 05 |
| Bowling | Maj-Lis Anderstedt | 070-518 01 50 |
| Bridge | Arja Paulin | 070-387 88 46 |
| Golf | Håkan Norell | 08-712 47 81 |
| Handarbetscafé | Gun Tombrock | 08-712 84 36 |
| Mattcurling | Seppo Jussi-Pekka | 070-774 57 52 |
| Målargrupp | Ingrid Petersson | 08-712 06 91 |
| Kulturvandringar | Ingrid Nolenger | 070-760 64 52 |
| Sambacanasta | Anita Ekestam | 070-834 15 21 |
| | Agneta Ekestam | 070-751 71 94 |
| | Lindström | |
| Sångkör | Greta Johansson | 08-712 46 31 |
| Teaterombud | Margita Jansch | 070-910 50 08 08-712 20 73 |

Ordföranden har ordet



Nu börjar den "grå" vardagen igen. Dock inte för oss som är medlemmar i SPF Seniorerna i Tyresö, för oss stundar ett nytt skimrande verksamhetsår. Fullproppat med aktiviteter av allehanda slag, både åt det mer lite seriösa hållet, men också sådana som bara är njutbara och ansvarslöst härliga!

Jag ser fram emot detta och är så glad att vi är en av de föreningar i Stockholms län som har störst medlemsökning. Så stor att jag blivit ombedd att berätta hur vi gör på en rekryteringsdag som distriktet anordnar.

Ja, hur gör vi? Berätta för mig! Vad är våra framgångsfaktorer?

Jag kan ju konstatera en del saker själv, exempelvis att vi har föreningsträffar var 14:e dag och att innehållet i dessa är varierande och väldigt bra. De flesta föreningar har träffar en gång i månaden och jag tror att tätare träffar är en framgångsfaktor. Träffarna är välbesökta och har en positiv och uppsluppen stämning.

De aktiviteter vi bedriver håller hög kvalitet och stor bredd och vi har aktivitetsansvariga med stort engagemang.

Styrelsen är engagerad och alla gör mer än vad styrelseuppdraget innebär.

Vi har en fantastisk servicegrupp som jobbar och sliter för att alla träffar ska bli bra.

Vi har numera ett gott samarbete med Tyresö kommun och ett mycket bra samarbete med de andra pensionärsföreningarna i Tyresö.

Men, jag tror att många föreningar skulle kunna beskrivas på ett liknande sätt, så vad skiljer oss från andra eller är det bara slumpen som spelar in? Maila mig gärna din åsikt eller ring eller prata med mig på föreningsträffarna.

Direkt efter helgerna hade vi förmånen att kunna anordna ett studiebesök på Funkisgruppens gym, på Radiovägen 27. Runt 40 personer kom och provade på. Det som skiljer detta gym från andra är bl.a. att man tar emot max. sex personer i taget för att bevara en lugn och vilsam miljö, vilket passar många av oss lite äldre. Det finns också ett café i anslutning

till gymmet. I januari månad får man prova på gratis, annars kostar det 249 kr per månad utan bindningstid. Tid behöver bokas i förväg via mail gym@funkisgruppen.se eller tfn 073 915 78 34.

Glöm inte cirkeln om att förebygga ofrivillig ensamhet, sista anmälningsdag 31 januari till undertecknad.

Väl mött!

Ewa Kardell



Nya medlemmar

Vi hälsar följande nya medlemmar hjärtligt välkomna till vår förening.

| | |
|-----------------|---------------------|
| Lea Bengtsson | Nomi Lind |
| Gudrun Bergér | Rolf Magdalinski |
| Olle Bergstedt | Torbjörn Pettersson |
| Lars Bergström | Ove Solem |
| Jan-Olof Hedman | Veronica Widegren |
| Ulla Jacobsson | Marianne Åsberg |



Hälsoträffen – påverka din tillvaro och må bättre

Vi träffas i Kulturcentrum Kvarnhjulet, sal Nyfors, Pluggvägen 6 B.

Första hälsoträffen i vår är **onsdagen den 12 februari kl. 10-12.**

Vad gör vi när hörseln försämras?

Hans Moberg från HRF Haninge Tyresö kommer och föreläser om hörsel och vilka problem som kan uppkomma. Det ges tillfälle till en enkel hörseltest, förevisning om olika hjälpmedel samt svar på frågor.

Onsdagen den 11 mars kl. 10-12 kommer Milja Ranung, specialistsjuksköterska i psykiatri från NESTOR att prata kring ämnet **psykisk hälsa.**

Föreläsningen kommer att beröra oro, ångslan och sömnsvårigheter bl.a. Dessa tillstånd finns hos äldre i stor utsträckning. Därför är det viktigt att beröra dessa ämnen och att hjälp och stöd från psykiatrien också i större utsträckning måste riktas till äldre.

Onsdagen den 15 april kl. 10-12.

Inget ämne fastställt ännu.

Onsdagen den 13 maj kl. 10-12.

Inget ämne fastställt ännu.

Kom gärna med förslag på vilket ämne ni skulle vilja att vi tar upp så får vi se **hur** och **när** vi kan uppfylla detta. Kontakta undertecknad.

Ewa Kardell

G-tantens blandade känslor

– Ska vi ta en kopp? ropade tanten med sin kraftfulla röst, när hon fick syn på mig tvärs över torget. Numera får man rabatt som senior härinne på CLARAS tillade hon, lite tystare. (Claras har bytt ägare och inredning, och dessutom står det "Restaurang" på skylten utanför.) Vi nöjde oss med kaffe och delade på en varm macka.

Ganska snart började hon berätta om nostalgiresan hon gjort i sommar:

– Du förstår, jag hade sån tur att jag fick åka bil upp till Lappland och den ort där jag föddes och växte upp till mitt sextonde år, ungefär hundra mil... Mina vänner skulle fira stor födelsedag med släktingar där uppe – vi har gått i samma realskola, min firande vän och jag.

– Så man kan säga att ni båda har rötterna i den lappländska moränen, inflikade jag.

– Väl framme, ja vi hade övernattnat på vägen – blev jag hämtad av min svåger och fick bo i min kära systers och hans fritidshus, i en vacker liten by cirka fyra mil utanför centralorten – egen friggebod med utsikt över liten sjö, holmar, ängar och skog.

– Låter fint sa jag, som trängts bland turister på diverse sevärdheter.

– Jaa, fortsatte tanten, men du ska veta att jag har ytterst blandade känslor. Är förstas tacksam över att jag kom mig iväg, träffade släktingar, besökte kyrkogården och barndomens marker. Men inte kan jag instämna i Heidenstams ord: "Jag längtar stenarna där barn jag lekt".

Igenväxning, förbuskning i landskapet, ödegårdar och nedlagd service som resultat – min svåger och syster fick köra de drygt fyra milen för att tanka och handla förmödenheter i centralorten som blomstrade på 50-talet när jag var tonåring.

Då var det livlig trafik på Inlandsbanan. Med gulorange rälsbussen åkte man till Umeå vid Bottenviken. Då var det vattenkraftsutbyggnad i Umeälven, med utökad byggnation och befolkning som resultat. Jag hade sommarjobb på Mannbergs konditori – det valde in kraftverksjobbare på lunchen för kaffe och mackor. Någon ordnad matservice för jobbarna hade man tydligen inte hunnit med. Det var en spännande epok må du tro.

Att jag senare kom att förlova mig med en "vattenfallare" blev ingen lyckad historia. Nog med det...

– Det du berättar är ju tyvärr en upprepad utveckling i inlands- och glesbygdskommuner i hela landet, sa jag.

Hela Sverige ska leva, men HUR?

– Nu vill jag höra mera om din sommar, sa tanten medan vi tog oss an den varma mackan, den såg riktigt läcker ut.

Eivor Långström

Mattcurling

Torsdagen den 12 december hade vi säsong avslutning i mattcurlinggänget och intog därefter en trevlig lunch på Café Himlagott i Bollmoradalens kyrka.



Vi är ett glatt gäng på ca 25 personer som hoppas på fler deltagare till vårterminen som börjar den 13 januari. Vi träffas varje måndag och torsdag kl. 10:00-12:00 i Tyresö Sportcenter längst bort på Siklöjevägen. Inga förkunskaper behövs. Ta bara med inneskor och 45 kr för spel och kaffe med bulle. Det är gott om parkeringsplatser som är subventionerade. Vi betalar endast 3 kr per timme.

Välkomna alla ni som vill ha lätt motion och trevlig samvaro med nya kompisar i SPF!

Bengt Elander

Rabatterna!

Ni kommer väl ihåg att utnyttja våra lokala rabatter!? Listan över vilka restauranger och affärer som ger oss rabatt finns på vår hemsida www.spfseniorerna.se.

Kom ihåg att ta med medlemskortet. Medlemskortet för 2019 gäller tills du får det nya, som kommer tillsammans med Seniorens marsnummer - om du har betalt medlemsavgiften senast den sista februari.

Korsord 1 år 2020

Konstruktör: Ebba Berglund

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | | 3 | 4 | | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | | | | | 10 | | | | |
| | | 11 | | | 12 | | 13 | | |
| | | 14 | | | 15 | 16 | | | |
| | | 17 | | | 18 | | | 19 | 20 |
| 21 | 22 | | 23 | | | | 24 | | |
| 25 | | 26 | | | 27 | | | | |
| 28 | | | | | | | 29 | | |
| | 30 | | | | 31 | 32 | | 33 | |
| 34 | | | | 35 | | | 36 | | |
| 37 | | | EB | | 38 | | | | |

Lösningen insänd av:

Namn:

Adress:

Postadress:

Lösningen kan sändas till Gun Tombrock, Mygdalsvägen 4, 135 43 Tyresö, lämnas i SPF:s brevlåda på Radiovägen 3 eller lämnas till Gun Tombrock på föreningsträffar senast den 15 mars 2020. Märk kuvertet: **"Korsord"**. De tre först öppnade rätta lösningarna får vardera två trisslotter.

Vågrätt

1. Är det nu
6. Fågelläte
9. Ledde Janne Josefsson
10. Kanske man gör på tal
11. Förutspår
13. Där kan man klaga
14. Gör man sitt hem
17. Stoj
18. Kan man vara i mössan
19. Fanns en Fröken
21. Trivas
23. Omgärdar hockeybanan
25. Geologisk period
27. Susning

Lodrrätt

1. Väntade barnen på
2. Myrgräs
3. Kasta vatten
4. Rebeller
5. Försäkrar
6. Färdig
7. Sällsynt
8. Guilloufigur
11. Spruta
12. Åter-
15. Grodman
16. Slarvig pluralform
19. Kostat på sig
20. En slags skärning

28. Storfräsare
29. Kan hjässan vara
30. Uppåt väggarna
33. Greppa
34. Titel
35. Vajar för vinden
37. Legitimation
38. Härmar ljudlöst

22. Tid på året
24. Var Joakim von Anka
26. Vanskliga på våren
31. Band
32. Starkvara
34. Se där!
36. Låter positivt

Korsord 4 år 2019 – Rätt lösning

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|
| L | I | V | L | I | G | T | | Å | D | A |
| I | S | | A | N | | Y | T | T | E | R |
| N | | I | N | R | I | | | E | G | G |
| B | | O | S | Ä | G | B | A | R | | |
| A | | R | I | T | | O | R | | O | A |
| N | U | | Ä | T | T | E | L | Ä | G | G |
| A | N | D | R | A | | R | A | T | A | R |
| N | I | A | | D | | N | | A | G | A |
| | K | R | E | E | R | A | T | | N | R |
| B | U | R | | S | Å | | I | F | | A |
| O | M | | EB | | K | I | K | A | T | |

Bland elva inlämnade lösningar var det bara fyra som hade rätt lösning. Problemet var lodrrätt 36 Ovanlig ärftlig sjukdom, där svaret skulle vara FA (Friedrichs ataxi). Följande tre vinnare med rätt lösning har dragits. Vi gratulerar och skickar över två trisslotter vardera till:

- Maj-Lis Anderstedt
- Greta Johansson
- Aina Larsson

Årets första föreningsträff

Så är vi igång igen. Det var en stor skara som hade samlats till årets första föreningsträff. Över 120 personer hade trotsat stormande vindar och regn för att komma till vår gemenskap. Vi fick lyssna till Skärgårdspojkarna, som var sex stillsamt roliga män med fyra blåsinstrument, ett dragspel och en banjo. Vi bjöds på bl.a. dixieland och Evert Taube och en riktigt rolig nidvisa om Svenska Akademien.

Avslutningsvis kom Margareta Forselius från Afasiförbundet och informerade kort om vad afasi är, vad Afasiförbundet är och om förbundets och föreningarnas verksamhet. Den som vill veta mera kan kontakta Ingrid Nilsson, som är ordförande i den lokala föreningen här i Tyresö. Ingrid kan nås på tfn 08-712 35 62.

VÄLKOMMEN att boka teaterbiljetter! Du får 20 %-25 % rabatt på ordinarie priser och kan se genrepn för halva priset!

Skicka ett mejl eller sms och boka! När din beställning är bekräftad, kan du swisha 0709105008 eller sätta in betalningen på Nordea 3480 3887985, skriv ditt namn under meddelanden. Bokningarna är bindande! Biljetterna mejlas över, skickas per post (portokostnad!) eller förslag! Hälsningar Margita Jansch, margita.jansch@comhem.se, 070-910 50 08

DRAMATEN

I väntan på Godot sönd 16 febr, kl 16, tisd 3 mars kl 19 pris 295 kr

Dövheten fred 7 febr kl 19 pris 360 kr

MAJ tisd 31 mars kl 19, sönd 19 april kl 16, fred 24 april kl 13 pris 295 kr

Röde Orm fred 10 april kl 16, onsd 15 april kl 19, sönd 3 maj kl 16 pris 360 kr

MAXIM

Katt på hett plåttak ord 505 kr/pensionär 445 kr/ ungd 475 kr
Fred 14 febr kl 19 premiär!, sönd 16 febr kl 16, fred 21 febr kl 19

ÅRSTA TEATER

Min fantastiska väninna ord 420 kr/370 kr/150 kr spelas kl 18
Fred 21 febr, onsd 26 febr, fred 6 mars
Se nedan under Stora scenen, Kulturhuset genrep 18 sept, Nypremiär!

Chefen spelas kl 19 ord 255 kr/ pens 225 kr/ungd 210 kr/barn 100 kr
Lördag 25 april, fredag 8 maj, tisdag 12 maj
OBS! GENREP torsd 16 april kl 19 ord 130 kr/pens 115 kr/ungd 110 kr/50 kr

DANSENS HUS

Spelman på taket ord 420 kr/pens 370 kr/ungd 300 kr/barn 250 kr
Onsdag 19 febr kl 18, söndag 1 mars kl 16, måndag 13 april (röd dag) kl 15, fred 17 april kl 13, fred 15 maj kl 19

STADSTEATERN VÄLLINGBY

Låt den rätte komma in ord 220 kr/ungd tom 26 år 110 kr/barn 60 kr
Lördag 8 febr kl 19 ev fler datum

SOPPTEATERN

Under Fontänen Sergels torg kl 12
Soppa, kaffe och kaka, 1 tim underhållning 240 kr

Kollision med Sara Jangfeldt och Benke Rydman
fred 31 jan, onsd 11 mars, tisd 31 mars

Äntligen på väg (Ted Gärdestad) onsd 19 febr

Svar till: Du och jag fred 28 febr

Simon, Soppa & Garfunkel med Albin Flinkas, Fredrik Meyer, Fabian Fredriksson torsd 5 mars, sönd 15 mars, torsd 26 mars

Hebbe Sisters fred 13 mars

Hösten 2020

STADSTEATERN KULTURHUSET STORA SCENEN

Min fantastiska väninna NYPREMIÄR
Genrep: Fredag 18 sept kl 18 ord 180 kr/pensionär 165 kr/ungdom 50 kr

Dessa biljetter måste bokas omgående! Går tillbaka till teatern 1 vecka efter min förbokning!

Lördag 26 sept kl 18 ord 300 kr/pens 265 kr/ungd 26 år 210 kr/barn 100 kr

Det stora teaterkalaset ord 445 kr/pensionär 405 kr/ungdom 165 kr

Torsdag 22 okt kl 19 ett fåtal biljetter
Lördag 7 nov kl 19 ett fåtal biljetter
(Tisdag 20 okt kl 19 genrep ett fåtal biljetter 250 kr)



Program för februari – april 2020

SPF Seniorerna Tyresö har ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan när det gäller kulturarrangemang och studiecirkelverksamhet för våra medlemmar

FÖRENINGSTRÄFFAR

Tid: kl. 13:00 om inte annat anges
Plats: Kulturcentrum Kvarnhjulet, sal Nyfors, Pluggvägen 6 B (vid Nyboda skola)
Aktuell information
Lotterier samt kaffe med bröd
Hörselslinga finns
Entré: 40 kr om inte annat anges

Tisdag 11 februari

Ärtsoppa och Vad händer i Tyresö?



En representant från stadsbyggnadsförvaltningen kommer för att berätta vad som är på gång och om pågående projekt för infrastruktur och bebyggelse.

Denna dag serveras ärtsoppa med fläsk, bröd, ost samt kaffe med småkaka. Punsch kan köpas till humant pris.

Obs! Inträde denna dag 60 kr.

Anmälan senast den 8 februari till Yvonne Holmqvist, tfn 070-842 13 04, eller e-post yvonne39.holmqvist@gmail.com.



Tisdag 25 februari

Årsmöte

Kallelse och förslag till dagordning bifogas denna tidning. Övriga årsmöteshandlingar – verksamhetsberättelse 2019, ekonomisk årsredovisning 2019, revisionsberättelse, verksamhetsplan 2020, budgetförslag 2020 och valberedningens förslag – kommer att finnas tillgängliga på vår hemsida så snart de är klara och även på kansliet på Radiovägen 3 onsdagen den 19 februari kl. 10 – 12.

Efter årsmötesförhandlingarna blir det kaffe med smla och underhållning av:

VISMUST

Heike och Anders Gustafsson



Vi sjunger visor av olika slag, skämtsamma och sorgliga, poetiska eller burleska. Repertoaren består till stor del av svenska visdiktarens material, Dan Andersson, Bellman, Ferlin, Fröding, Ruben Nilsson och Evert Taube, nutida vispoeter som Allan Edvall, Alf Hambe, Barbro Högberg och Cornelis Vreeswijk m.fl. samt en del egna sånger.

Välkomna till ett spännande Årsmöte!

Tisdag 10 mars

Josef Frank – de okända akvarellerna

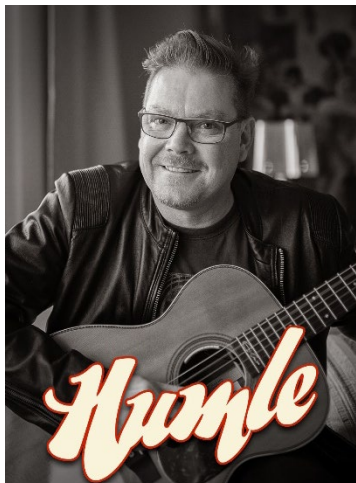


Ulrika Sievert håller ett föredrag och visar bilder om Josef Frank. Josef Frank var en österrisk arkitekt

och formgivare. Hon berättar även om hans tid på Svenskt Tenn. Men han målade även akvareller. Ulrika har skrivit en bok om honom och arbetar nu med en dokumentärfilm för SVT om honom. Kom och lyssna på en intressant berättelse.

Tisdag 24 mars

Visor med inslag av allsång



Sverige är ett land där människor älskar att sjunga tillsammans. Det har vi gjort på bygdegårdar, träffar och det är nu etablerat även på TV i "Allsång på Skansen" m.m. Nu ska vi sjunga tillsammans med "Humle". Han heter egentligen Kenth Holmgren. Det blir visor med inslag av allsång. Sjung med!

Tisdag 7 april

"Min radiotiska barndom"



Lelle Printer kåserar om radions guldålder 1946 – 1966. Han berättar om alla populära program och radiopersonligheter som fanns då, späckat med roliga anekdoter. "Lelle Printer" var den lika trovärdige som otillförlitlige nyhetsuppläsaren i Sveriges Radios satirgrupp "På Håret" som roade P1-lyssnarna 1982 – 2000.

"Lelle Printer" heter egentligen Hans Dahlman och har arbetat inom radio-tv ända sedan 1968. Sveriges roligaste nyhetsankare.

Tisdag 21 april

Ett Monica Zetterlundprogram

Mera information kommer i nästa nummer.

Tisdag 5 maj

Vårlunch och 35-årsjubileum

Mera information kommer i nästa nummer.

Tisdag 19 maj

Sceniora och Tonåringarna

Mera information kommer i nästa nummer.

STUDIEBESÖK M.M.

Onsdag 19 februari 2020 kl. 14
(Obs! Ändrat klockslag)

Vin- och ostprovning



De som har anmält sig önskas en trevlig eftermiddag.

Onsdagen 4 mars

Vårsalongen på Liljevalchs



Följ med på en guidad visning. 170 konstnärer samsas nu på Liljevalchs, 97 kvinnor och 73 män. Måleri är den populäraste tekniken men fotografi har kommit till samt skulptur.

Samling kl. 12 i entrén till Liljevalchs.

Guidningen startar kl. 12:30 och tar en timme.

Max 30 personer.

Kostnad 90 kr per person. Tag med jämna pengar eller swisha till mig.

Bindande anmälan till Yvonne Holmqvist senast 17 februari per tfn 070-842 13 04 eller via e-post yvonne39.holmqvist@gmail.com.

RESOR

Onsdag 22 – måndag 27 april 2020

Keukenhof blomsterpark, Amsterdam och Blomstertåget



Det finns fortfarande möjlighet att komma med på denna resa. Kontakta May Björklund på tfn 070-626 22 73 eller e-post may.bjorklund94@gmail.com.

För mera information, se föregående nummer av Medlemsbladet eller gå in på www.ekmanresor.se.

Vårt pris 10 990 kr.

I priset ingår bussresa, båtresa Göteborg – Kiel t.o.r., del i tvåbäddshytt/rum (insideshytt), fem frukostar, sju övriga måltider, utflykter enligt program och svensktalande guide.

Tillval per person: enkelhytt/rum 2 700 kr, utsideshytt 600 kr.

Onsdag 3 juni

Tyresö - Norrtelje Brenneri – Kapellskär – Mariehamn – Tyresö



Avresa från Tyresö centrum vid Nordea kl. 9:10 (under förutsättning att vi blir 35 personer).

Hemkomst till Tyresö ca kl. 22.

Kostnad 688 kr per person.

Norrtelje Brenneri är ett småskaligt och familjeägt bränneri, där finaste destillat av frukter och bär samt exklusiv Roslagspunch varsamt tillverkas för hand. Vi får en guidad tur och höra om hur allt började. Kaffe och smörgås serveras.

Efter besöket fortsätter bussen till Kapellskär, där Rosella avgår till Mariehamn. På hemvägen serveras buffé inkl. vin, öl, läsk och kaffe.

Kl. 19:45 Rosella ankommer till Kapellskär.

Hemfärd direkt efter ankomst till Kapellskär.

Allt detta ingår i priset.

Bindande anmälan senast den 4 maj till Margareta Lindgren på e-post marglind@telia.com eller tfn 070 229 02 80.

Söndag 21 – 24 juni

Långkryssning till Visby och Bornholm



Söndag 21 juni går ni ombord på Cinderella. Avgång kl. 17:00. Kocklandslagets middagsbuffé med dryck serveras.

Måndag 22 juni. Frukostbuffé. Båten anländer till Bornholm kl. 13:00. Där kan ni välja att anmäla er till olika utflykter eller strosa runt på egen hand. På kvällen serveras en danskinspirerad buffé med dryck.

Båten avgår kl. 19:00.

Tisdag 23 juni. Frukostbuffé. Båten anländer till Visby kl. 9:30. Där har ni hela dagen på er att utforska staden. På kvällen serveras en tre-rätters meny:

Förrätt: Hummerskagen med löjrom

Varmrätt: Ankbröst, champinjoner, kålrotpuré eller Grillad röding med pepparrotskräm och laxrom

Efterrätt: Cheesecake trifle med jordgubbar

Båten avgår kl. 20:45.

Onsdag 24 juni. Brunch. Båten anländer till Stockholm kl. 14:30.

Priset är 2 775 kr för del i insideshytt (inkl. allt). Man kan även ta en skaldjursplata i stället för tre-rättersmenyn, priset är då 2 825 kr.

Bindande anmälan till Yvonne Holmqvist senast 20 april via e-post yvonne39.holmqvist@gmail.com eller tfn 070-842 13 04.

Lördag 29 augusti – fredag 4 september

Rundresa i Albanien



Nu har du chansen att få uppleva Albanien som nyligen öppnat upp för besökare och möta stolta och vänliga albaner som längtar efter att få visa upp sitt land och berätta sin historia. Josif vår värd, som växt upp under kommuniståren, visar oss det bästa av hans nya Albanien.

Det albanska köket överraskar och alla våra fördomar kommer på skam. De albanska krögarna är utbildade i italiensk och grekisk matkultur, vilka de briljerar i och gjort till sina egna. En dag besöker vi t.ex. en toppmodern ekologiskt driven gård som bjuder oss på en lunch som både vad gäller smaker och fantasifulla presentationer platsar i vilket kocktävlingsprogram eller på vilken modern gourmetkrog som helst.

Både naturen och historien får oss att häpna. Vi reser från majestätiska berg till ett smaragdgrönt hav. Under tiden berättar Josif om sin familj och landets historia, som de flesta varit totalt ovetande om och vi alla berörs starkt av.

Det är lätt att hålla med både trendorakel och Josif om att det är nu man ska besöka Albanien när det gamla orörda ännu finns kvar och landet samtidigt hunnit bygga upp en turistnäring som ger oss den komfort vi är vana vid. Snart kanske även Albanien förlorar en del av sin särart och rättar in sig i ledet av europeisk musik, mat och mode.

Pris 11 950 kr. I priset ingår:

- Ciceron och guide Josif Papparisto
- Flyg Arlanda - Tirana via Belgrad t/r
- Del i dubbelrum med frukost
- 5 luncher inkl. vin & vatten
- 3 middagar inkl. vin & vatten
- Rundresa 7 dagar med buss
- Guidade rundturer i Gjirokaster, Berat, Tirana, Shkoder & Durres
- Besök till Butrint
- Besök till vingård med vinprovning
- Besök till etnogård
- Guidad visning Bunkart2
- Övriga besök enligt program

Tillval: Enkelrum: 1 150 kr.

På denna resa besöker vi både små och äldre städer med trappor och ojämna markförhållanden. Man behöver kunna gå på egen hand på en stadsrundtur på 1 – 2 timmar för att få ut det bästa av denna resa.

Bindande anmälan till May Björklund preliminärt senast den 25 mars på tfn 070-626 22 73 eller e-post may.bjorklund94@gmail.com.

KULTURVANDRINGAR

Torsdagar kl. 10:00

***Samling vid Pressbyrån i Tyresö C. Ta alltid med SL-kort, sittunderlägg, matsäck, bra skor och gärna stavar. Det kan bli ändringar i programmet, så om man tänker möta upp på annan plats än i Tyresö Centrum ring då Ingrid för att kolla. Ingen anmälan krävs om det inte uttryckligen står. Vi promenadledare svarar gärna på frågor: Birgitta Karlsson 08-742 05 87
Gunnel Forsberg 08-712 32 61
Nils Wikholm 070-787 43 18
Inger Edman 072-188 83 12
Promenadansvarig Ingrid Nolenger 070-760 64 52***

Torsdag 6 februari

Buss och T-bana till Ropsten, tåg till Baggeby och vi besöker Millesgården och Hilma af Klints utställning. Hon har slagit publikrekord på Guggenheimmuseet i New York.
Lunch på Lidingö stadshus. Ingrid leder.

Torsdag 13 februari

Vandring till Alby. Ingrid leder.

Torsdag 20 februari

Vi promenerar på Djurgården. Ingrid leder.

Torsdag 27 februari

Buss 875 till Tyresö kyrka, sedan går vi Tjärnstigen till Strandtorget och Café Klara. Inger leder.

Torsdag 5 mars

Åker vi via Hötorget mot Humlegården. Studiebesök på Kungliga biblioteket och Tössebageriet. Ingrid leder.

Torsdag 12 mars

Tar vi Tvärbanan till Sickla, därefter Saltsjöbanan till Lillängen, sedan går vi Storängen till Saltsjö-Duvnäs mot Ektorps och passerar konstnären Olle Nymans hem. Matsäck. Ingrid och Inger leder.

Torsdag 19 mars

Besök på stadsarkivet i Liljeholmen. Ej helt klart ännu. Birgitta leder.

Torsdag 26 mars

Vi åker T-bana till Ängbyplan och går mot Judarskogens naturvårdsområde och sjön Judarn. Matsäck. Inger och Ingrid leder.

Torsdag 2 april

Vandring från Ekensberg till Kafé Lyran med Nils, där det går att äta eller fika för dem som så önskar.

Torsdag 16 april

Hellasgården 4 km. Samling kl. 10:15. Buss 840 kl. 10:11 från Alléplan och kl.10:22 från Tyresö centrum med Nils. Matsäck.

Torsdag 23 april

Buss 875 till Norra Sköndal. Vi går genom det nybyggda området till Drevviken och fortsätter utefter den vackra stranden till Café Kristinahuset för lunch, sen buss 181 tillbaka till Norra Sköndal. Inger leder.

Torsdag 30 april

Bandhagen ej helt klar. Birgitta leder.

Torsdag 7 maj

Fornudden med Inger och Ingrid.

Torsdag 14 maj

Gökotta!

Vi samåker till Sandemar. Samling på Coops yttre parkering kl. 08:00.

Anmälan till Ingrid och Inger om deltagande och om man kan ställa upp med bil. Guide: Anders Lindblad.

Torsdag 21 maj

Kristi himmelfärds dag. Ingen promenad.

Torsdag 28 maj

Valdemarsudde till Blockhusudden, Isbladskärret - Hundkyrkogården, Djurgårdsbrunn 5,5 km. Nils leder. Matsäck!



BOULE

Måndagar kl. 12:00 – 14:30

Vårterminen pågår i Björnkullahallen i Huddinge måndagar kl. 12 – ca 14:30.

Sommarsäsongen börjar i Amaryllisparken onsdagen den 15 april kl. 10. Därefter spelar vi varje måndag och onsdag samma tid.

Närmare information kan du få på tfn 070-453 28 05, eller e-post maud.wage.lundqvist@telia.com.

Hjärtligt välkommen till roligt spel och trevlig samvaro. Vi har klot att låna ut för dig som inte har skaffat egna ännu.



BOWLING

Onsdagar kl. 14:00 – 15:00

Lokal: Bowlingpalatset, Pluggvägen 2 (Tyresöhallen).

Priset per bana delas på spelarna.

Frågor besvaras av Maj-Lis Anderstedt på tfn 070-518 01 50, e-post majlis.anderstedt@comhem.se.

Flera spelare är välkomna!



BRIDGE

Måndagar kl. 10:30 – 14:30

Lokal: Föreningsgården Kvarnhjulet, sal Nyfors, Pluggvägen 6 B.

Trivselbridge för er som kan spela bridge. Både gamla och nya spelare är varmt välkomna. I lugnt tempo spelar vi 24 brickor fördelade på 12 ronder med paus för medhavd matsäck efter sjätte ronden. Vårterminen startade den 13 januari och avslutas den 1 juni.

Frågor besvaras av Arja Paulin, tfn 070-387 88 46 eller e-post arja_paulin@hotmail.com.



HANDARBETSKAFÉ

Onsdagar kl. 10:00 – 12:15

12 februari, 11 mars, 15 april och 6 maj

Vi fortsätter att handarbета och småprata på vårt kansli på Radiovägen 3, bv. Vi brukar turas om att ta med kaffe till pausen. Nya deltagare är varmt välkomna. Frågor besvaras av Gun Tombrock, tfn 712 84 36 eller e-post gun.tombrock@telia.com.



MATTCURLING

Måndagar och torsdagar kl. 10:00 – 12:00

Lokal: Tyresö Sportcenter, Siklöjevägen 27.

Pris 45 kr per gång inkl. kaffe/te och bulle.

Nya deltagare är varmt välkomna att prova på.

Frågor besvaras av Seppo Jussi-Pekka, tfn 070-774 57 52.



MÅLARCIRKEL

Onsdagar kl. 09:30–12:30

KiT - Konstkollektivet i Tyresö - är en kamratcirkel i Vuxenskolans Tyresöprogram.

Plats: Radiovägen 3, 1 tr i Vuxenskolans lokal.

Vi startade vårterminen den 15 januari. Kostnad 550 kr per termin. Det finns plats för nya deltagare.

Frågor besvaras av Ingrid Petersson, tfn 712 06 91.



B

PP

Sverige, Port Payé

Plats för adressetikett

SAMBACANASTA

Måndagar kl. 13:00 – 16:00

Plats: Föreningsgården Kvarnhjulet, sal Follbrinken, Pluggvägen 6 B.

Du bör vara på plats en kvart före kl. 13.

Frågor besvaras av Anita Ekestam, tfn 070-834 15 21, e-post anita_ekestam@live.se. Vi hälsar alla nya och gamla medlemmar välkomna.



SÅNG

Tisdagar kl. 10:00 – 11:30

Damkören Tonåringarna i samarbete med Vuxenskolan och under ledning av Mona Rosell.

Plats: Kvarnhjulet, sal Follbrinken, Pluggvägen 6 B.

Vårterminen startade den 21 januari.

Eventuella frågor besvaras av Greta Johansson, tfn 712 46 31.



TEATER

Fredagar kl. 11 – 13:15

Vi Teater Sceniora träffas en gång i veckan och spelar kortare sketcher och pjäser. Teaterövningar och improvisationer står också på programmet. En avgift för lokalhyran tas ut.

Lokal: Kvarnhjulet, sal Navet.

Ledare: Monica Wallstedt, tfn 070-725 89 46.



KALLELSE TILL ÅRSMÖTE 2020

Tid och plats: Tisdagen den 25 februari 2020, kl 13.00,
Kulturcentrum Kvarnhjulet, Sal Nyfors, Pluggvägen
6 B

Vi inleder med årsmötesförhandlingarna. Därefter
kaffe och uppträdande.

Förslag till föredragningslista:

1. Årsmötets öppnande.
2. Val av mötesfunktionärer
 - Ordförande
 - Sekreterare
 - Protokolljusterare tillika rösträknare
3. Prövning av att kallelse till årsmötet skett i behörig ordning
4. Fastställande av föredragningslistan
5. Behandling av styrelsens förvaltningsberättelse för 2019
6. Behandling av ekonomisk årsredovisning för 2019
7. Revisorernas berättelse
8. Beslut om resultat- och balansräkning
9. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
10. Beslut om ersättning till styrelse och revisorer
11. Behandling av motioner
12. Behandling av förslag från förbundet, distriktet och föreningens styrelse
13. Beslut om budget för 2020
14. Beslut om verksamhetsplan för 2020
15. Beslut om årsavgift för 2021
16. Beslut om antal ledamöter i styrelsen
17. Valberedningens förslag
 - Val av ordförande för ett år
 - Val av fyra ledamöter för två år
 - Val av två ordinarie revisorer för ett år
 - Val av två revisorssuppleant för ett år
 - Val av ombud och ersättare till distriktsstämman 2020
18. Beslut om antal ledamöter i valberedningen
19. Val av ordförande och övriga ledamöter i valberedningen
20. Årsmötets avslutning

Välkommen!



Hasse Gyngge

Fornuddsvägen 11

135 52 TYRESÖ

tel 0708 - 12 99 44

SPF:s medlemmar i Tyresö
inbjuds till Hasses garage

ONSDAGEN
DEN 12 FEBRUARI 2020

Kl 13.30 Träff i garaget och rundvandring bland bilarna.

Därefter går vi upp en trappa till Guns Hall

Kl 14.00 Kaffe och smörgås och musikunderhållning av Marianne Kock.

Adress: Vendelsövägen 27 i Trollbäcken.

Anmälan senast 7 februari till Maj-Lis Anderstedt, helst via mail

majlis.anderstedt@comhem.se eller per telefon 070-518 01 50. OBS! max 80 personer så först till kvarn.....

Välkomna!

Hasse

Marianne Kock
Njutbara visor, gamla slagdängor
och svängiga jazzstandards ...!



En av våra mest kända sångerskor
tillika med svensktoppare! Kommer
från Karlskrona. 50 skivor. Har job-
bat med alla stora. Nyutgiven sam-
lings-CD med alla succéer. Fältartist.
Sjunger så det går rakt in i hjärtat!

Tillsammans med en pia-
nist framför Marianne någ-
ra av sina bästa nummer som:
Violer till mor, Lyckan, Varje Gång
Jag ser Dig, Spara Sista Dansen,

Av Längtan Till Dig, varvat med turnémin-
nen och minnen från en fantastisk karriär.
Även ett par Gunnar Wiklundmelodier t ex: *I*
Min Lilla Stad, Han Måste Gå, Vandra Vidare.

Hjärtligt välkomna