

SPF Tyresö

Medlemsbladet

Nr 1

Februari 2024

Årgång 33

Från redaktionen

Kallelse och förslag till dagordning för årsmötet bifogas denna tidning.

Nästa nummer av Medlemsbladet kommer ut i månadsskiftet mars/april 2024 och kommer att innehålla programmet för april - september 2024. Uppgifter om program, resor, studiebesök övriga textbidrag och insändare samt bilder lämnas till redaktionen senast den 15 mars 2024, gärna via e-post till båda redaktörerna på adress gun.tombrock@telia.com och cmelander@yahoo.se.



Tisdag 27 februari

Årsmöte



Årsmöteshandlingarna kommer att finnas tillgängliga på hemsidan och i vårt postfack utanför kansliet senast en vecka före årsmötet.



Efter årsmötet kommer Björn Eriksson att berätta om sitt händelserika liv. Se sid. 8.

Innehåll

Sid. 2	Styrelse och övriga funktionärer	Sid. 7	G-tanten Hänger med – nyår 2024
Sid. 3	Ordföranden har ordet	Sid. 7	Teatererbjudande våren 2024
Sid. 3	Nya medlemmar	Sid. 8	Föreningsträffar
Sid. 3	Medlemssekreteraren har ordet	Sid. 9	Föreningsträffar forts. – Studiebesök
Sid. 3	Besök oss på Facebook!	Sid. 10	Resor
Sid. 4	Medlemmar som avlidit under år 2023	Sid. 11	Resor forts. – Kulturvandringar
Sid. 4	Tyresömästerskap i sambacanasta	Sid. 11	Digitala bryggan
Sid. 4	Jazzkryssning över dagen till Åland	Sid. 12	Boule – Bridge – Handarbetskafé
Sid. 5	Korsord nr 1 och rätt lösning korsord 4	Sid. 12	Körsång – Lördagskafé – Målarcirkel
Sid. 5	Äntligen ett lexikon så man förstår	Sid. 12	Sambacanasta – Teater – Tennis på studs
Sid. 6	Hemsida igen! – SPF Trivselgrupp 1		

Kansli Radiovägen 3

Telefon 070-239 51 05

Swish 123 533 53 77

Postadress Radiovägen 3, 135 48 Tyresö

Org.nr 812 400 - 9534

Bankgiro 5487-5604

E-post info@spftyreso.se

Hemsida www.spfseniorena.se

Styrelse och övriga funktionärer 2024-01-15

STYRELSE

Ordförande	Ewa Kardell <i>ewa45779@gmail.com</i>	070-610 83 91
Vice ordförande	Jan Nordelöf <i>janneno@telia.com</i>	070-642 41 80
Sekreterare	Birgitta Lundell <i>birgitta.lundell@telia.com</i>	076-811 19 27
Kassör och medlemssekreterare	Maj-Lis Anderstedt <i>majlis.anderstedt@gmail.com</i>	070-518 01 50
Ledamöter	Roland Berg <i>roland.l.berg@gmail.com</i>	070-250 28 45
	Solvig Bäckström <i>solvigbackstrom@hotmail.com</i>	070-570 85 57
	Christina Melander <i>cmelander@yahoo.se</i>	070-822 44 10
	Christer Olofsson <i>olofsson.christer@telia.com</i>	070-569 90 06
	Lena Pettersson <i>lenapettersson4708@gmail.com</i>	070-485 57 19

REVISORER

Revisor	May Björklund	070-626 22 73
	Elke Löfgren	073-946 66 40
Revisorssuppl.	Göran Aldenberg	070-312 27 48
	Torbjörn Pettersson	070-251 53 00

VALBEREDNING

Sammanställande	Gun Tombrock	070-716 50 48
	Ingrid Johansson	070-631 28 86
	Bengt Elander	076-034 68 46
	Yvonne Holmqvist	070-842 13 04

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET - KPR

Ledamöter	Ewa Kardell	070-610 83 91
	Håkan Norell	073-261 09 90
	Birgitta Lundell	076-811 19 27
Ersättare	Inga-Britt Bäcklund	070-313 01 10
	Ingrid Johansson	070-631 28 86
	Vakant	

RÅDGIVNING

Studieombud	Lena Pettersson	070-485 57 19
-------------	-----------------	---------------

MEDLEMSBLADET

Ansvarig utgivare	Ewa Kardell	070-610 83 91
Redaktör	Gun Tombrock <i>gun.tombrock@telia.com</i>	070-716 50 48
	Christina Melander <i>cmelander@yahoo.se</i>	070-822 44 10

HEMSIDA

Ansvarig	Jan Nordelöf <i>janneno@telia.com</i>	070-642 41 80
----------	------------------------------------------	---------------

BREVDUVOR

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

ATTITYD 65+

Projektleddare	Ewa Kardell	070-610 83 91
----------------	-------------	---------------

PROGRAMGRUPP

Sammanställande	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	070-229 02 80

RESEOMBUD

	Birgitta Aldenberg	073-326 98 00
	Göran Aldenberg	070-312 27 48
	Yvonne Holmqvist	070-842 13 04

TRIVSELGRUPPER

Klubbmästare	Roland Berg	070-250 28 45
Bitr. klubbmästare	Maj-Lis Anderstedt	070-518 01 50

Lotteriansvarig.	Christer Olofsson	070-569 90 06
------------------	-------------------	---------------

<i>Grupp 1:</i>	<i>Mirja Rudnik, ansv.</i>	070-685 57 94
	<i>Peter Rudnik, ansv.</i>	070-839 92 13
	Eva-Lotti Björk	070-642 07 70
	Hasse Gullans	08-742 88 30
	Linda Gullans	079-313 82 92
	Jan Nordelöf	070-642 41 80
	Ann Norén	073-042 81 88
	Inger Odell	070-320 21 84
	Inger Olofsson	070-584 23 16
	Göran Törnquist	070-787 71 05

<i>Grupp 2:</i>	<i>Eivor Pettersson, ansv.</i>	076-868 78 85
	Mona Avér	070-697 05 61
	Eva-Lotti Björk	070-642 07 70
	Solvig Bäckström	070-570 85 57
	Jan-Åke Kardell	073-599 83 38
	Christina Melander	070-822 44 10
	Jan Nordelöf	070-642 41 80
	Inger Olofsson	070-584 23 16
	Monica Pettersson	076-805 05 63
	Göran Törnquist	070-787 71 05

AKTIVITETSANSVARIGA

Amatörteater	Monica Wallstedt	070-725 89 46
Boule	Ebba Berglund	073-965 43 65
	Thomas Bokö	070-842 84 21
Bridge	Carl Gustaf Dahlin	070-919 14 13
Digitala bryggan	Ewa Kardell	070-610 83 91
Handarbetscafé	Marléne Gunnelin	076-246 74 08
Målargruppen KiT	Håkan Gåvsten	070-223 87 50
Kulturvandringar	Inger Edman	072-188 83 12
Sambacanasta	Gunnel Forsberg	070-273 87 51
	Ulla Magnusson	070-548 91 13
Sångkör	Greta Johansson	070-228 20 05
Teaterombud	Margita Jansch <i>margita.jansch20@gmail.com</i>	070-910 50 08
Tennis på studs	Bengt Elander	076-034 68 46

Ordföranden har ordet



Nytt år, nya möjligheter. Ja, låt oss hoppas att det nya året för med sig fler positiva händelser och möjligheter än 2023.

I föreningen ser allt stabilt och positivt ut. Vi har inte haft något problem att få ihop en styrelse, vilket tyvärr är alltmer vanligt bland föreningar och har även tillräckligt med volontärer för andra uppgifter. Jag tycker dock att vi ändå måste börja tänka i lite nya banor inför framtiden. Att mera arbeta tillsammans antingen i mindre team eller vara två som delar på ett uppdrag. När man väl börjat arbeta tillsammans i en förening så inser man hur fantastiskt roligt och berikande det är. Man mår helt enkelt bättre av att veta att man är med och skapar möjligheter för människor, att både roa sig och få social stimulans. Så fundera på det, ur ditt perspektiv, så ska vi i styrelsen fundera på hur vi ska hitta former för ett utökat samarbete inför framtiden.

Projektet Attityd 65 plus tar stora kliv framåt. Vi har precis påbörjat arbetet med att sammanställa och använda de kunskaper vi fått under första året av projektet, till den utbildning som kommer att bli det resultat projektet producerar. Det känns som vi har kommit en god bit på väg.

Vår tidigare projektledare har slutat och jag har övertagit rollen som projektledare. Lite oväntat, men läget känns ändå mycket stabilt, med en väl fungerande styrgrupp och ett gott samarbete med våra olika partners så kommer vi att kunna slutföra projektet precis som tänkt.

Vi kommer även under projektets sista år behöva ha en del sammankomster och hjälp ifrån flera personer som är med och har synpunkter på och testat det material vi successivt får fram. Men vi har ju märkt att intresset kring frågan ålderism har markant ökat under de senaste åren och vi har en stor grupp som deltagit i nästan alla våra sammankomster.

Den gruppen kommer vi att ha användning av framöver.

Jag hoppas att ni läste senaste **Senioren** och den stora artikel vi fick införd där.

Jag önskar alla, av hela mitt hjärta, ett Gott Nytt År!

Ewa Kardell



Nya medlemmar

Vi hälsar följande nya medlemmar hjärtligt välkomna till vår förening.

Birgitta Andrén
Gunhild Arthen
Brita Grundås
Lars Grundås
Anita Hjortsberg
Rosita Norr
Eva Pilblad
Ingegerd Rast
Kjell Rask
Carl-Erik Rönnlund
Susanne Williamson



Medlemssekreteraren har ordet

Mailadresser

Får du några gruppmail från oss, SPF Seniorerna Tyresö? Om du inte får det – har vi rätt mailadress eller är det så att vi saknar din? Skicka gärna ett mail till majlis.anderstedt@gmail.com så kollar jag i vårt medlemsregister och ändrar om det behövs eller lägger till det.

Mobilt telefonnummer

Har du uppgett ditt mobila telefonnummer till oss? Maila det gärna till majlis.anderstedt@gmail.com.

Maj-Lis Anderstedt



Besök oss på Facebook!

SPF Seniorerna Tyresö har öppnat en Facebook-grupp. För att kunna ta del av den installerar du Facebook-appen på din mobil eller dator, om du inte redan har den. Starta appen, uppe till höger ser du ett förstöringsglas, klicka på det och skriv in: **SPF Seniorerna Tyresö**. En fråga om du vill gå med kommer upp, svara på den! Administratören godkänner och du blir medlem.

Administratörer: Christina Melander, 070-822 44 10 och Jan Nordelöf, 070-642 41 80.

Medlemmar som avlidit under år 2023

Siv Althini	85 år
Anita Andersson	78 år
Bengt Andersson	91 år
Gösta Appelftofft	85 år
Berthold Bengtsson	91 år
Vivan Calmered	91 år
Uno Engman	86 år
Berit Eriksson	80 år
Alf Glesing	91 år
Nils Grund	87 år
Birgit Gunnarsson	82 år
Sven Hamberg	92 år
Per Harrfors	88 år
May-Gret Ingerstad	90 år
Arne Johannesson	95 år
Seppo Jussi-Pekka	86 år
Per-Erik Larsson	88 år
Agneta Lundberg	78 år
Rolf Magnusson	84 år
Liselotte Müller	93 år
Ingrid Nilsson	85 år
Sven-Erik Nilsson	86 år
Uno Nilsson	90 år
Kerstin Norell	80 år
Hans Palmgren	95 år
Elisabeth Pettersson	99 år
Ernst Prastorfer	93 år
Elsa Rahmqvist	92 år
Astrid Rydén	88 år
Lilian Margareta Schultz	78 år
Gerdis Severinsson	93 år
Marie-Louise Svelander	86 år
Rolf Svenblad	91 år
Kerstin Svensson	81 år
Monica Unander	76 år
Tommy Vängberg	77 år
Helen Walter	76 år
Lars Widlund	91 år
Doris Åhman	102 år



Tyresömästerskapen i sambacanasta

2023 års mästerskap i sambacanasta gick av stapeln en lördag i november. Det var drygt 30 personer från SPF och PRO som samlats i gamla restaurang Utsikten för att se vem eller vilka som kunde vinna de flesta av de fem spel som skulle genomföras.



Man startade redan kl. 10 och höll sedan på hela dagen med avbrott för lunch. Fram emot kl. 18 var alla spel slut och man kunde börja räkna ut hur många gånger man vunnit (och förlorat). Vinnare blev Ulla Magnusson som hade vunnit alla fem spelen. Grattis Ulla!

Söndag 17 mars 2024 Vårlig dagskryssning till Åland med Tyresö Hafsband!



Direktbussar från Tyresö

Ät god mat, spisa, dansa, handla, njut av havsresan!
Alléplan & Krusboda kl. 12:00/Tyresö C kl. 12:15.
(Antal bussar beroende på antal anmälningar). Åter ca 21:45.

Pris för båt och buss tor: 160 kr för oss (ord. 180 kr).

Anmälan senast torsdag innan avfärd.

Anmälan **direkt** till Eckerölinjen tfn 0175-25 800, ange **kod TJAZZ23** och var ni kliver på bussen, Krusboda, Alléplan eller Tyresö Centrum.

Mer info: peteringhe@gmail.com.

Arr: Tyresö Jazz & Blues Club

Korsord 1 år 2024

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, Myggdalsvägen 4, 135 43 Tyresö eller lämnas i SPF:s brevlåda på Radiovägen 3 senast den 15 mars 2024. Märk kuvertet: **"Korsord"**. De tre först öppnade rätta lösningarna får vardera två trisslotter.

Vågrätt

1. Kan det bli av nordligt djur
6. Kan lära sig tala
9. Gammalt dragdjur
10. Kvinnor
11. Stråkinstrument
13. Hör hit!
14. Ska lägenhet
17. Torde
18. Kanskeförkortning
19. Högt lärosäte
21. Har tofsar
23. Stämman
25. Hattprydnad
27. Är kantarellen
28. Riktning

Lodrrätt

1. Den bör inte fattas på julbordet
2. Kan bli väldigt gammal
3. Spelar lite
4. Karaktärlöst
5. Högt höns
6. Bedömningsinstrument
7. Åk!
8. Karaktär
11. Luktar illa
12. Dra på mungiporna
15. Kanske sommarstugan är
16. Inmundiga
19. Fransk flod
20. Gjordes bok
22. Är de man inte upptäckt

29. Vak
30. Ej godkända
33. Modell av Kia Niro
34. Konstgjort språk
35. Dumburk
37. Stor stad
38. Kan vara osaliga
24. Bliga
26. Viktigast
31. Gardner
32. I slutet av film
34. Vindpust
36. Rymma

Korsord 4 år 2023

– Rätt lösning

M	A	K	A	L	Ö	S		S	K	O
I	B		R	E		Y	S	T	E	R
L		U	T	D	Ö			Ö	S	T
J		T	I	S	S	L	A	T		
O		E	K	A		A	S		K	T
N	A		E	G	E	N	K	Ä	R	A
Ä	C	K	L	A		S	A	L	I	V
R	E	N		R		E		V	A	L
	T	U	B	E	R	N	A		N	O
S	O	T		N	Å		R	Ö		R
Å	N		EB		D	U	M	M	A	

Bland inlämnade lösningar har följande tre vinnare med rätt lösning dragits. Vi gratulerar och skickar över två trisslotter vardera till:

- Gertrud Björklund
- Eivor Bokstam
- Margaretha Olsson



Äntligen ett lexikon så man förstår vad datanissarna pratar om:

- Backup – Ligga på mage
- E-post – Långsammare än både A- och B-post
- Fildelning – En halv liter var
- Laptop – Mössa på same
- Modem – Motsats till ödem
- SD-kort – Idolbild på Jimmy Åkesson
- USB – Landet som kommer efter USA
- Bluetooth – Har den som ätit blåbär
- Gränssnitt – Knivslagsmål i Tornedalen
- Hemsida – Gavel på huset
- Internminne – Anekdot från Kumla
- Megahertz – Stor biluthyrningsfirma
- Moderkort – Bild på lilla mamma
- Plattskärm – När man suttit på kepsen

Hemsidan igen!

Det verkar som det är många som inte regelbundet går in på vår hemsida för att söka efter aktuell information om vår förening. Kanske beror det på att man inte är van att söka på olika hemsidor. Därför upprepar vi här nedan en utförlig information, som tidigare publicerats, om hur man hittar till och på vår hemsida. Det finns tre nivåer på vår hemsida, förbundets del, distriktets delar och föreningens delar.

Gå in på förbundets hemsida www.spfseniorena.se. Överst på sidan finns en knapp "Föreningar". Klicka på den så kommer du till sökfunktionen "Sök föreningar", skriv in ditt postnummer eller Tyresö i rutan "Sök förening", inga mellanslag i postnumret. Scrolla ner och nederst på den sidan kommer Tyresö upp. Klicka på "Gå till föreningssidan". Du kommer då till SPF Seniorerna Tyresö.

Du kan också komma till vår hemsida genom att skriva "SPF Tyresö" i din webbläsare, scrolla ner till "Tyresö" och klicka på den. Nu kan du botanisera på hemsidan genom att klicka på de menyer som finns på sidan: "Start", "Om föreningen", "Bli medlem", "Förmåner", "Aktiviteter" och "Bildgalleri". Det som är mest intressant för vår del, föreningen SPF Tyresö, finns under menypunkten "Aktiviteter".

SPF:s sidor är öppna för alla oavsett om man är medlem eller inte, dvs. sidorna är offentliga. I motsats till det krävs det inloggning om man vill komma åt "Mina sidor".

Överst på sidan till höger finns en knapp, "Mina sidor", här kan du uppdatera dina personliga uppgifter m.m. samt bl.a. "Ändra lösenord". För att komma in på "Mina sidor" krävs alltså en inloggning.

Du fyller i ditt personnummer, inga mellanslag eller streck samt ditt lösenord.

Om du inte redan skaffat ett lösenord så kan du använda funktionen "Glömt lösenord".

Klicka på länken "Glömt lösenord" och följ anvisningarna, då får du ett provisoriskt lösenord som skickas till din e-postadress. Lösenordet är giltigt 24 timmar.

Du måste således byta ut lösenordet till ett eget lösen inom 24 timmar.

Det gör du genom att använda funktionen "Ändra lösenord" under "Min sida".

Hela proceduren är inte så krånglig som det kanske ser ut. Testa!

Lycka till!

Jan Nordelöf
070-642 41 80

SPF Tyresö Trivselgrupp 1

För att våra SPF-träffar ska fungera finns det personer som frivilligt hjälper till med allt som krävs. Inköp av all förtäring, bord och stolar ska fram, dukning och sedan ska allt diskas och iordningställande av lokalen. Här ser vi från vänster Inger Odell, Monica Pettersson, Eva-Lotti Björk, Ann Norén, Göran Törnquist, Mirja Rudnik, Linda Gullans, Hasse Gullans, Inger Olofsson, Peter Rudnik, Jan Nordelöf och Roland Berg.



G - Tanten hänger med – nyår 2024

Ett bra tag sen jag mötte Tanten men nu stötte vi ihop då hon kom med rollatorn i snömodden nere på Strandtorget – lite julprat i förbigående. Jag följde med in på biblioteket dit jag vet att Tanten går titt som tätt hon säger att hon bland annat läser dagstidningen för nu har hon egen prenumeration bara på helgerna – smart tänker jag.

Dom är toppen här ska du veta, sa Tanten när vi slog oss ner i de svarta fätöljerna mitt emot varandra, dom beställer böcker jag läst om eller hört om – lätt som en plätt... och småpratar med mig, det värdefulla småpratet, du vet fortsatte hon.

Gissar att du bidrar med minnen från ditt långa liv lyckades jag inflika – jag har nyss hört att dina minnen talar om vilken människa du är...

– Ja minnena är en rikedom, sa Tanten, har ju sagt dom dyker upp rätt vad det är.

Hörde ett upprop på TV – om Sverige under andra världskriget – man bad om bidrag, vad man eventuellt kommer ihåg – jag skrev ner lite som min mamma berättat och skickade till TV, man har tackat mig. Kul.

Det är så här förstår du, jag har förmånen att komma ihåg och referera till de minnen som gläder mig vid blotta tanken – de andra glömmet jag. För visst sjutton finns det sorgliga, tråkiga, orättvisa saker som händer oss alla:

Jag har en nära, jämnårig granne som härstammar från Korpilombolo. Hennes modersmål är tornedalska. Min vän och granne har berättat hur hon som sexåring skulle läras svenska, placerades ensam, närmast isolerad från sin familj för att hon skulle lära sig svenska – förskräckliga minnen för ett förskolebarn!

Så har vi hållit på i det här landet oxå – verkligen inget att vara stolt över!

Eivor Långström



En svärande far

Lille Måns är med när farfar håller på att snickra. Farfar slår sig på tummen med hammaren och vräkte ut sig en hel ramsa fula ord.

Måns springer till mamma:

-Nu vet jag varför du kallar honom för svärfar!

Teatererbjudanden våren 2024

STADSTEATERN

Som jag tidigare meddelat kommer jag även under våren 2024 erhålla 20 % rabatt på Stadsteaterns föreställningar. Jag har förbokat en del pjäser, men får inte ”ligga” på biljetterna särskilt länge, så boka snarast, tack!

GENGÅNGARE av Henrik Ibsen med Helena af Sandeberg, Emil Johnsen, Johannes Kuhnke
söndag 25 febr kl 16 pris 315 kr

TRE SYSTRAR Anton Tjechovs klassiska drama med Tove Magnusson, Louise Peterhoff, Carla Sehn
1 mars, 3 mars, 12 mars, 17 mars pris 380 kr

JUSSI med Mattias Nordkvist, Vanna Rosenberg, Jacob Eklund
13 mars, 16 mars, 17 mars, 21 april pris 355 kr

EN MIDSOMMARNATTSDRÖM Shakespeares klassiker med Leif Andréé (Puck), Angelika Prick (Tatiana), Bahador Foladi (Botten)
18 april, genrep, 24 april, 4 maj pris 380 kr

Välkommen att boka!

Margita Jansch

margita.jansch20@gmail.com

070-9105008



Limerickar

En uppgiven redaktör i Fårdala
Såg ut över manussidor så kala
Fick så en idé
Hur hon snart skulle se
Tidningen full av limerickar så fala

Och hon fick genast napp från Birgitta och Håkan
Sturk, som knåpat ihop följande bidrag.

En ”flicka” var med i SPF
Gick på varje trevlig träff
Men gubbarna var (inte) för många
En del för korta, en del för långa
Så hon gick hem till hunden Jeff

En prudentlig man från Trollbäcken
Tyckte om att visa häcken
Nu får det vara nog
Sa hans fru och drog
Det var minsann en fräck en

Program för februari – april

FÖRENINGSTRÄFFAR

Tid: kl. 13:00 om inte annat anges
Plats: Kulturcentrum Kvarnhjulet, sal Nyfors, Pluggvägen 6 B (vid Nyboda skola)
Aktuell information och program enligt nedan
Lotterier samt kaffe med bröd
Hörselringa finns
Entré: 50 kr om inte annat anges

Tisdag 13 februari

Föredrag om Emma Zorn



Ing-Marie Eriksson berättar om Emma Zorn, hustru till Anders Zorn, om hur det var att leva i skuggan av sin kände make.

Tisdag 27 februari

Årsmöte



Föreningsträffen inleds med årsmötet. Årsmöteshandlingarna kommer att finnas tillgängliga på hemsidan och i vårt postfack på kansliet senast en vecka före årsmötet.

Därefter följer kaffe med semla och dagens underhållning:

”I huvudet på en gammal landshövding”



Björn Eriksson gästar oss. Denne färgstarke f.d. rikspolischef, landshövding, ledare för kontant-upproret, ordförande i Riksidrottsförbundet, m.m. har mycket att förtälja.

Gratis inträde.

Tisdag 12 mars

Musikresan



Vi får följa med på en resa med visor, sånger och folkmusik som startar i Sverige och kanske något grannland, över till de Brittiska öarna och därefter vidare till USA. Resan som gått på musikens vingar avslutas med en musikalisk återkomst till vårt land.

Tisdag 2 april

Jessica Falk



Jessica Falk är en country-popsångerska, pianist och låtskrivare som även ses nu och då i Tyresö församling, där hon bidrar med sin musik och sång på olika sätt. Jessica känns igen för sina peppande låtar och texter. Hennes förmåga att blanda country, pop och rock skapar en energifylld och varm atmosfär där hon förmedlar sin musik och livshistoria.

Tisdag 23 april

The Winner Takes It All – berättelsen om ABBA



I det underhållande föredraget *The Winner Takes It All – berättelsen om ABBA* berättar **Carl Magnus Palm** sagan om ABBA: hur Agnetha, Björn, Benny och Frida skapade sin musik, men även om deras krokiga väg till framgång och de hinder de stötte på, både i Sverige och utomlands. Föredraget illustreras med bilder och musikinslag.

Tisdag 14 maj

Vårlunch

Information om program m.m. kommer i nästa nummer.

STUDIEBESÖK m.m.

Onsdag 7 februari kl. 13 – 14:45

Visning Kungliga Slottets Representationsvåningar

Studiebesöket är fulltecknat.

Tisdag 19 mars

Persisk kulturafton



Välkomna till ”Jacobssons Inredning och auktion”. Kina Jacobsson håller föredrag om olika persiska mattor och om den Persiska kulturen.

Innan föredraget serveras en persisk buffé, såväl kall som varm, rött och vitt vin samt kaffe och kaka.

Det finns möjlighet att inhandla en matta och det blir även ett lotteri på entrébiljetten.

Adress Hornsgatan 94, T-bana Zinkensdamm.

Kostnad 200 kr. Samling kl. 17:15.

Vi får vara minst 15 och max 32 personer.

Sista anmälningsdag 5 mars.

Bindande anmälan till Yvonne Holmqvist e-post yvonne39.holmqvist@gmail.com eller mobil 070-842 13 04.

Efter erhållen bekräftelse på anmälan insättes 200 kr på vårt bankgiro nr 5487-5604 SPF Seniorerna Tyresö.

Torsdag 25 april kl. 14

Modevisning i Hammarby Sjästad



Välkommen alla klädintresserade damer! Milanius Woman är en modebutik fylld med glädje och service. Den vänder sig i första hand till den mogna kvinnan. Det finns storlekar från 34 upp till 46. När vi kommer får vi bubbel och lite tilltugg. Därefter blir det modevisning.

Kostnad 100 kr/person, som återfås om man shopper för minst 500 kr.

Adress: Hammarby Allé 106.

Ni som vill åka tillsammans träffas vid Gullmarsplan, T-banespärren, kl. 13:30, där vi tar Tvärbanan till Sickla Kaj.

Bindande anmälan senast 8 april till Margareta Lindgren, mobil; 070-229 02 80 eller e-post: marglind@telia.com.

Efter erhållen bekräftelse på anmälan betalas 100 kr till vårt bankgiro 5487-5604 SPF Seniorerna Tyresö eller swish 123 533 53 77.

RESOR

Torsdag 2 maj – fredag 3 maj 2024

Lars Lerins Sandgrund med Mårbacka och Grythyttan



Buss avgår från Regnbågsgatan kl. 08:00, från Trollbäcken kl. 08:10.

Torsdag. Färden går till Örebro och lunch serveras på Karlslunds herrgård. Resan går vidare till **Lars Lerins Konsthall Sandgrund** i Karlstad. En guide berättar om hans konst, han anses vara en av de främsta inom akvarellmåleri! Fyllda av intryck åker vi till vårt centralt belägna hotell Scandic Winn Karlstad. Vi samlas för gemensam middag på hotellet.

Fredag. Efter frukost går färden till **Selma Lagerlöfs Mårbacka** för en guidad tur. Vi fortsätter till **Grythyttans Gästgivaregård** där lunch dukas fram.

Åter i Stockholm omkring kl. 19.30 (Tyresö/Trollbäcken därefter).

Pris per person i dubbelrum: **vårt pris 2 890 kr** (ord. pris 2 990 kr).

Tilllägg för rum för eget bruk: 350 kr.

I dagsläget har vår förening 25 platser fördelat på 10 dubbelrum och 5 enkelrum. Anmälan sker enligt principen "först till kvarn", dock senast fredag 1 mars till: Larssons Resor via e-post info@larssonsresor.se eller per telefon 08-34 82 00. Ange önskad påstigningsplats, namn, adress, telefonnummer, e-post-adress samt information om eventuella matallergier eller om du är vegetarian/laktos/glutenintolerant.

GLÖM INTE ange att du är medlem i SPF Tyresö för att få rabatt.

Efter anmälan sänder Larssons Resor resebevis med inbetalningskort till respektive resenär. Betala inget innan ni har erhållit detta.

Avbokning kan för denna resa ske kostnadsfritt fram till 60 dagar innan avresa. Avbokning 30 t.o.m. 60 dagar innan avresa debiteras 50% av resans pris. Avbokning inom 30 dagar före avresa debiteras 100% av resans pris.

Tisdag den 11 juni 2024

I Linnés fotspår



Buss avgår från Regnbågsgatan kl. 07:45, från Alléplan, Trollbäcken kl. 08:00.

09:30 – 10:30 Visning av Linnéträdgården

Linnéträdgården är en rekonstruktion av hur Linnés botaniska trädgård såg ut i mitten av 1700-talet. Varje växt var noga utvald av Linné och varje del av trädgården fyllde ett vetenskapligt och pedagogiskt syfte. Idag är trädgården ett av Uppsalas världsberömda besöksmål.

10:30 – 11:30 Vandring i Linnés fotspår

Följ med på en historisk vandring genom Uppsala där ni får följa Linné från hans studentliv på universitetet tills han blev lärare och rektor. Ni får vandra längs Fyrisån där Carl von Linné hade sin egen pärlodling och även besöka domkyrkan där han idag ligger begravnen.

12:00 – 13:00 Lunch i historisk miljö –

Restaurang Borgen, Orphei Drängars Plats 1

- inkl. varmrätt, smör, bröd, bordsvatten, sallad samt kaffe på maten.

13:30 – 14:30 Visning vid Linnés Hammarby

Gården Hammarby är en av Sveriges mest stilriktigt bevarade 1700-talsgårdar. Den köptes av Carl von Linné 1758 som en tillflykt från Uppsalas osunda miljö. Här speglas både Carl von Linnés privatliv och hans vetenskapliga gärning. I den lummiga parken frodas många av de växter Linné själv odlade.

14:30 – 15:30 Eftermiddagsfika vid Linnés Hammarby

17:00 Åter i Tyresö

Pris per person 1 000 kr betalas till SPF:s Swish 123 533 53 77 eller bankgiro 5487-5604, SPF Tyresö, efter att du anmält och fått bekräftelse.

Bindande anmälan till Göran Aldenberg, senast 2 april 2024 till:e-post goran.aldenberg@gmail.com alt. mobil 070-312 27 48 Skriv ditt **namn** samt **I Linnés fotspår**.

Meddela om påstigning sker vid Regnbågsgatan eller Alleplan. Meddela om ev. allergier och specialkost.

Obs! Deltagarantalet är maximerat till 50 personer.

30 september – 7 oktober

Donaukryssning

Mera information kommer i nästa nummer.

KULTURVANDRINGAR

Onsdagar kl. 10

Samling vid Pressbyrån i Tyresö C. Ta alltid med SL-kort, sittunderlag, 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 någon av nedanstående kontaktpersoner för att kolla.

Kontaktpersoner:

Inger Edman, tfn 072-188 83 12

Gunnel Forsberg, tfn 070-273 87 51

Onsdag 7 februari

Vi går från Tyresö centrum till Öringesjön. Matsäck medtages.

Onsdag 14 februari

Vi går från Tyresö centrum till Hanviken. Matsäck medtages.

Onsdag 21 februari

Vi går från Tyresö centrum till Ahlstorp. Matsäck medtages.

Onsdag 28 februari

Vi går från Tyresö centrum till Gammelström och hoppas få se strömstaren. Matsäck medtages.

Onsdag 6 mars

Vi åker buss till Skanstull och går längs Årstaviken mot Hornstull. Matsäck medtages.

Onsdag 13 mars

Vi åker till Odenplan och buss till Ropsten och besöker Spårvägmuseet. Matsäck medtages, det finns matsäcksrum på museet.

Onsdag 20 mars

Vi åker till Fridhemsplan och går efter Ridarfjärden mot Fredhäll. Matsäck medtages.

Onsdag 27 mars

Vi åker till S:t Eriksplan och går till Röda Bergen och Norra Tornen på Torsgatan. Matsäck medtages.

Onsdag 3 april

Vi åker Tvärbanan till Stora Essingen och går längs Mälaren till Höglandstorget och eventuellt Nockeby. Matsäck medtages.

Onsdag 10 april

Vi åker till Tekniska Högskolan och går igenom Lärkstaden och avslutar vid Observatorielunden. Matsäck medtages.

Onsdag 17 april

Vi åker till Sätra och går längs Mälaren via Lyran till Bredäng. Matsäck medtages.

Onsdag 24 april

Vi åker till Ängbyplan och går runt sjön Judarn i Judarskogens naturreservat. Matsäck medtages.

Onsdag 8 maj

Vi åker buss till Nacka Strand och tar SL-båt till Lidingö och går runt i AGA-området. Matsäck medtages.



DIGITALA BRYGGAN

i Kvarnhulets sal Nyfors eller Cafét

Fredag kl. 10 – 12

I samarbete mellan Tyresö kommun, SPF och PRO fortsätter Digitala bryggan att ge handledning i att hantera smart telefon och surfplatta för nybörjare eller mera vana användare.

Go´fika serveras alltid!

Alla träffar avslutas med individuell handledning och hjälp.

Har du frågor vänd dig till Ewa Kardell (kontaktpgifter på sid. 2).

BOULE

Måndagar kl. 12 – 14:30

Under vintern spelar vi inomhus i Björnkullahallen i Huddinge. Vi samåker så långt möjligt. Sista dagen för inomhusspelet är den 15 april. Så fort vädret tillåter spelar vi utomhus i Amaryllisparken måndagar och onsdagar kl. 11:00 – ca 13:00.

Nya spelare är alltid välkomna, klot finns att låna. Ta med fika till pausen. Vill du spela med oss, hör av dig till Ebba Berglund på 073-965 43 65 eller e-post ebba@filuren.com, eller Thomas Bokö, tfn 070-842 84 21, e-post thomasboko@gmail.com.

BRIDGE

Måndagar kl. 10:30 – 14:30

Plats: Kvarnhjulet, hus B, sal Nyfors.

Nya spelare är välkomna! Frågor besvaras av Carl Gustaf Dahlin, tfn 070-919 14 13, e-post calledahlin@outlook.com.

HANDARBETSKAFÉ

Onsdagar kl. 10 – 12
varannan vecka, jämna veckor

Vi ses på träffpunkten Kopp och Själ på Kyrkogränd 14 i Tyresö centrum för att handarbeta och småprata. Var och en tar med sitt handarbete. Fika finns att köpa. Även de som inte är medlemmar i SPF är välkomna!

Frågor besvaras av Marléne Gunnelin, tfn 076-246 74 08.

KÖRSÅNG

Tisdagar kl. 10 – 11:30

Plats: Follbrinken, Kvarnhjulets hus B.
Frågor besvaras av Greta Johansson, tfn 070-228 20 05.

LÖRDAGSKAFÉ

Lördag 24 mars och 27 april kl. 14 - 16

Vi träffas under trivsamma former och fikar och tar kanske ett glas vin till humant pris. Ibland kan det bli lite underhållning också.

Lokal: Kaféet i Kvarnhjulets hus C, Pluggvägen 6.



Plats för adressetikett

MÅLARCIRKEL

Onsdagar kl. 09:30 – 12:30

Kamratcirkeln KiT - Konstkollektivet i Tyresö.
Plats: Radiovägen 3, 1 tr.

Det finns plats för nya deltagare. Frågor besvaras av Håkan Gåvsten, tfn 070-223 87 50.

SAMBACANASTA

Måndagar kl. 13 – 16

Plats: Kvarnhjulets hus B, sal Follbrinken.

Frågor besvaras av Gunnel Forsberg, tfn 070-273 87 51 och Ulla Magnusson, tfn 070-548 91 13.

TEATER

Fredagar kl. 11 – 13:15

Teatergruppen Sceniora möts i Uddbyfallen, Kvarnhjulets hus B.

Frågor besvaras av Monica Wallstedt, tfn 070-725 89 46.

TENNIS PÅ STUDS

Torsdag kl. 12 – 14

Lokal: Tyresö Sportcenter (Rackethallen) på Siklöjevägen. Ta med gympaskor med ljus sula.

Nya deltagare är välkomna att prova på denna senioranpassade aktivitet.

Frågor besvaras av Bengt Elander, tfn 076-034 68 46.