

# Medlemsbladet

Nr 2 april 2019

Årgång 28

## Från redaktionen

Med detta nummer följer en förteckning över affärer, restauranger m.m. i Tyresö där våra medlemmar kan få rabatt. Även affärer m.m. med generella rabatter för alla pensionärer finns med.

Nästa nummer av Medlemsbladet kommer ut i månadsskiftet augusti/september och kommer att innehålla programmet för september – november 2019. Programuppgifter, övriga textbidrag och insändare samt eventuella bilder lämnas till redaktionen senast den 15 augusti 2019, gärna via e-post till [gun.tombrock@telia.com](mailto:gun.tombrock@telia.com).

**Notera bl.a. följande i almanackan!**

**Tisdag 14 maj**

**Politikerutfrågning**

Se sid. 8.



**Tisdag 21 maj**

**Vårlunch med "Någotning att äta,  
Någotning att dricka..."**

Anmälan senast 12 maj. Se sid. 9.

## *Glad Påsk och Skön Sommar!*

### Innehåll

Sid. 2	Styrelse och övriga funktionärer	Sid. 7	Korsord 2 år 2019 – Lösning korsord 1
Sid. 3	Ordföranden har ordet – Nya medlemmar	Sid. 7	Medlemskortet
Sid. 3	Uppgifter till medlemsregistret	Sid. 8	Teaterbladet – Politikerutfrågning 14 maj
Sid. 4	Rapport från gubbgänget	Sid. 9	Föreningsträffar
Sid. 4	PUB-eftermiddag i samarbete med PRO	Sid. 10	Resor
Sid. 4	Årsmötet	Sid. 11	Resor (forts.) – Kulturvandringar
Sid. 5	G-tanten – SPF:s vårgolf	Sid. 12	Boule – Bowling
Sid. 5	Lördagskafé 27 april	Sid. 12	Bridge – Handarbetskafé
Sid. 6	Från några av vinterns föreningsträffar	Sid. 12	Mattcurling – Målarcirkel
Sid. 6	Varning för falska telefonsamtal	Sid. 12	Sambacanasta – Sång – Teater

# Medlemsbladet

Nr 2 april 2019

Årgång 28

*Glad Påsk och Skön Sommar!*

## Innehåll

Sid.	2	Styrelse och övriga funktionärer	Sid.	7	Korsord 2 år 2019 – Lösning korsord 1
Sid.	3	Ordföranden har ordet – Nya medlemmar	Sid.	7	Medlemskortet
Sid.	3	Uppgifter till medlemsregistret	Sid.	8	Teaterbladet – Politikerutfrågning 14 maj
Sid.	4	Rapport från gubbgänget	Sid.	9	Föreningsträffar
Sid.	4	PUB-eftermiddag i samarbete med PRO	Sid.	10	Resor
Sid.	4	Årsmötet	Sid.	11	Resor (forts.) – Kulturvandringar
Sid.	5	G-tanten – SPF:s vårgolf	Sid.	12	Boule – Bowling
Sid.	5	Lördagskafé 27 april	Sid.	12	Bridge – Handarbetskafé
Sid.	6	Från några av vinterns föreningsträffar	Sid.	12	Mattcurling – Målarcirkel
Sid.	6	Varning för falska telefonsamtal	Sid.	12	Sambacanasta – Sång – Teater

## Styrelse och övriga funktionärer 2019-03-15

### STYRELSE

Ordförande	Ewa Kardell <i>ewa.kardell@bredband.net</i>	531 88 212 070-610 83 91
Vice ordförande	Håkan Norell <i>bakan.norell@combem.se</i>	712 47 81 073-261 09 00
Sekreterare	Birgitta Lundell <i>birgitta.lundell@telia.com</i>	076-811 19 27
Kassör och medlemssekr.	Maj-Lis Anderstedt <i>majlis.anderstedt@combem.se</i>	742 07 38 070-518 01 50
Ledamöter	Roland Berg <i>roland.berg1@combem.se</i>	712 80 15 070-250 28 45
	Solvig Bäckström <i>sohvigbackstrom@hotmail.com</i>	712 45 22 070-570 8557
	Lars-Åke Hallin <i>hallinlarsake@gmail.com</i>	712 61 39 070-394 64 49
	Yvonne Holmqvist <i>yvonne39.holmqvist@gmail.com</i>	070-842 13 04 712 38 59
	Lena Pettersson <i>lenapettersson4708@gmail.com</i>	712 54 28

### 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	712 84 36
	Ingrid Johansson	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	712 47 81
Ersättare	Bengt Elander	712 59 09
	Birgitta Lundell	076-811 19 27
	Eva Rosensparre	073-981 71 94

### RÅDGIVNING

Hörselombud	Vakant	
Friskvårds- ombud	Ingrid Nolenger	070-760 64 52
Trafikfrågor	Bengt Elander	712 59 09
Studieombud	Lena Pettersson	712 54 28
Synombud	Vakant	
Väntjänsten	Vakant	

### MEDLEMSBLADET

Ansvarig utgivare	Ewa Kardell	
Redaktör	Gun Tombrock <i>gun.tombrock@telia.com</i>	712 84 36

### HEMSIDA

Ansvarig	Jan Nordelöf <i>janneno@telia.com</i>	556 590 40 070-642 41 80
----------	------------------------------------------	-----------------------------

### BREVDUVOR

Samordnare	Kerstin Norell	712 47 81
------------	----------------	-----------

### 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	712 92 35
	Ingrid Nolenger	070-760 64 52

### RESEOMBUD

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

### TRIVSELGRUPPER

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

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

<i>Grupp 1:</i>	<i>Lars-Åke Hallin, ansv.</i>	712 61 39
	Inga-Carin Ahlén	742 17 23
	Kerstin Drangel	073-715 53 46
	Inger Odell	070-320 21 84
	Tore Jansson	742 17 23
	Ingrid Johansson	712 40 25
	Mirja Rudnik	070-685 57 94
	Peter Rudnik	742 17 84
	Lars-Olof Thörn	712 97 39

<i>Grupp 2:</i>	<i>Yvonne Holmqvist, ansv.</i>	070-842 13 04
	Mona Avér	070-697 05 61
	Solvig Bäckström	070-570 85 57
	Bengt Elander	712 59 09
	Margareta Lindgren	712 92 35
	Ingrid Nolenger	070-760 64 52
	Eivor Petersson	076-868 78 85
	Maud Pontusson	712 77 46

### AKTIVITETSANSVARIGA

Amatörteater	Monica Wallstedt	070-725 89 46
Boule	Kent Lingman	070-720 43 10
	Maud Lundqvist	070-453 28 05
Bowling	Maj-Lis Anderstedt t.v.	070-518 01 50
Bridge	Arja Paulin	070-387 88 46
Golf	Håkan Norell	712 47 81
Mattcurling	Seppo Jussi-Pekka	070-774 57 52
Målargrupp	Ingrid Petersson	712 06 91
Promenader	Ingrid Nolenger	070-760 64 52
Sambacanasta	Anita Ekestam	070-834 15 21
	Monica Lindberg	070-377 86 28
Sångkör	Greta Johansson	712 46 31
Teaterombud	Margita Jansch	070-910 50 08 712 20 73

## Ordföranden har ordet



Tack kära medlemmar, för det stora förtroendet att bli vald till ordförande ett år till. Det är ett fantastiskt uppdrag och jag tycker det är så roligt att få vara med i denna trevliga församling!

Hela tiden händer det nya saker och tillfällen ges att få vara med och påverka situationen för alla seniorer i Tyresö och delvis också på nationell nivå. Nästa lite större uppdrag där vi som förening deltar är en heltäckande undersökning av alla vårdcentraler i Stockholms län. I Tyresö är det undertecknad och Kerstin Hallgren som ska genomföra detta. PRO har tre representanter. Vi har alla gemensam erfarenhet av att antingen arbeta på, eller som för egen del arbeta med vårdcentraler. Vi kommer att gå en utbildning och få ett gemensamt frågeformulär. Alla vårdcentraler är vidtalade och kommer att ta emot oss. Syftet är givetvis att utvärdera hur tillgänglighet och omhändertagande ser ut för personer +65. Att också få en bild av hur hemsjukvården fungerar ingår givetvis också i uppdraget. Så småningom kommer resultaten att presenteras.

Aktionsgruppen för bättre äldreomsorg i Tyresö lever och agerar. Aktionsgruppen är ett samarbete mellan PRO, SPF och Tyresö Finska förening. Vi har bjudit in kommunalrådet och hela äldre- och omsorgsnämnden till ett studiebesök i Brandbergen till den träffpunkt som bedrivs där. Vi bjuder också in till en politikerutfrågning den **14 maj kl. 18:30** på Kvarnhjulet i sal Nyfors. Se till att boka den dagen i almanackan!! Det är viktigt att visa att vi engagerar oss.

Kommunala Pensionärsrådet fick utse två representanter, en från PRO och en från SPF för att delta i en inledande work-shop kring hur ett framtida Björkbacken kan se ut. Det är ett synnerligen komplext uppdrag, men inte olösligt. Vi, båda representanterna, ser fram emot att även fortsättningsvis få delta i den utvecklingsprocessen. Senaste mötet i KPR (kommunala pensionärsrådet) var ett välmatat och positivt möte. Det bådade gott inför framtiden. Vi har påtalat att alla ärenden som rör oss seniorer måste komma till KPR så pass tidigt att vi har möjlighet att påverka och inte bara bli informerade. Ordförande, Anita Mattson,

(kommunalråd, S), lovade att vi med gemensamma krafter skulle försöka få till det arbetssättet framöver.

Glöm nu inte att utnyttja våra nya rabatter så att vi kan behålla dessa framöver!

Våren är på ingång, även om det just nu känns lite avlägset. Jag gläds åt mina snödroppar i trädgården, tappra kämpar!

*Ha det gott!  
Ewa Kardell*



## Nya medlemmar

Följande nya medlemmar hälsar vi hjärtligt välkomna till vår förening.

Gun-Britt Boström	Barbro Kaiser
Gunilla Dahlberg	Bengt Kruså
Eva Danielsson	Ann-Britt Laerum
Britt Frisk	Monica Markusson
Lennart Fält	Vestlund
Eva Granlund	Jill Matz
Bengt von Haartman	Stig Monthan
Filippa Haartman	Thomas Olofsson
Ingrid Hagberg	Anna Liisa Paananen
Inger Hedström	Rolf Paulin
Birgitta Hermansson	Maj-Lis Salomonsson
Åke Hermansson	Anita Schelander
Britt-Marie Johansson	Rune Svensson



## Uppgifter till medlemsregistret

Vi strävar efter att ha ett uppdaterat medlemsregister. Därför är vi tacksamma om du meddelar eventuella ändringar till oss, t.ex. om du har

- tagit bort ditt 08-nummer
- ett mobilt telefonnummer som du inte meddelat oss
- en e-postadress som du inte meddelat oss
- gjort en ändring i din e-postadress.

Meddelanden om detta kan lämnas till Maj-Lis Anderstedt, tfn 070-51 870 150, eller helst via e-post [majlis.anderstedt@comhem.se](mailto:majlis.anderstedt@comhem.se).

## Rapport från gubbgänget



Tisdagen den 29 januari var vi 12 gubbar som träffades på Tele2 Arena. Sören Alm hade tipsat om deras trevliga minigolfbana. Sören fick det bästa resultatet men för övrigt var vi ganska jämna. Efter golfundan åt vi lunch tillsammans och hade en trevlig samvaro. Nästa gubbträff är planerad till den 2 april med ett besök på Vikingaliv på Djurgården. Mera information kommer per e-post till alla som står på "gubblistan".

*Gubbgänget genom Bengt Elander*



## PUB-eftermiddag i samarbete med PRO

Denna PUB-eftermiddag med sportsnack kom det 60 – 70 förväntansfulla och fotbollsintresserade herrar och damer som ville höra Ronnie Hellström och Peter Eng berätta historier och skrönor från sportens värld. Nu blev det inte så att Ronnie och Peter kunde närvara.

Trots detta så blev det en uppskattad träff. Två bra ersättare var förbundskapten/landslagschef Tommy Söderberg och kommunikationschef i Svenska Fotboll-förbundet Jonas Nystedt som berättade om sitt samarbete och sina insatser i svenska fotbollslandslaget. Tommy berättade också om de perioder han var tränare för U21 A-landslaget och en del annat som han har gjort i sitt händelserika liv. En mycket intressant och berikande berättelse. Allt skedde i en "härligt fin sportanda".

*Roland Berg, en av deltagarna*

## Årsmötet

Den 26 februari gick årsmötet av stapeln. Vi var hela 150 medlemmar som denna gång hade hörsammat kallelsen. Den här gången startade vi med kaffe och semla, eftersom det numera är traditionen på föreningsträffarna att starta med fiket.

Årsmötet inleddes med den sedvanliga tysta minuten för våra medlemmar som gått bort under förra året. Även i år blev det Göran Magnusson som sedan ledde förhandlingarna. Årsmötet accepterade alla handlingar som hade lagts fram. När det gällde den ekonomiska redovisningen ställdes en fråga om vad det egna kapitalet är tänkt att användas till. Styrelsens ordförande Ewa Kardell svarade att det bl.a. är tänkt att användas till den höjning av avgiften till förbundet som trätt i kraft redan fr.o.m. år 2019 och till en satsning på aktiviteter för äldre äldre, dvs medlemmar över 85 år.

Årsmötet beslutade också att medlemsavgiften för 2020 ska höjas med 30 kr till 330 kr. Bakgrunden är den nämnda höjningen av avgiften till förbundet.

När det gällde valen följde årsmötet valberedningens förslag. Det innebar omval på flertalet punkter. Till styrelsen blev det två nyval, nämligen Solvig Bäckström och Birgitta Lundell. Solvig ingår sedan ett par år i vår programkommitté och i en av trivselgrupperna. Birgitta har under nästan hela 2018 varit adjungerad till styrelsen och fungerat som sekreterare. Hur styrelsen m.m. nu ser ut framgår av sid. 2.



Sedan fick vi underhållning av sångerskan Rita Saxmark och gitarristen Sabina Agnus som bjöd på ett mycket omväxlande och fint program.



- Beata är verkligen en inbiten vegetarian.
- Ja, nu håller hon ihop med en kille som har både potatisnäsa och blomkålsöron.

## G - tanten 2019, i januari...

DET var en sån turbulens i Svea rike att jag faktiskt inte ville prata om det, eller läsa för den delen heller, med bekanta jag mötte. Gick helt sonika in på Claras här nere på Strandtorget för att ta mig en kopp kaffe och kanske bläddra lite i de glättiga inredningsmagasinen som ligger där på en hylla nära bröddisken.

DEN första jag ser vid ett av de runda borden är G-tanten - som precis fått in sitt kaffe - hon lägger direkt undan ett av de där magasinerna jag nyss tänkte på när hon ser mig.

Jag klämmer mig ner på en stol vid hennes bord - tursamt nog är det ovanligt glest med folk i den lilla lokalen...

- MEN hur har du haft det, börjar jag, så länge sen vi träffades...

- Ja ett och annat har ju hänt, av större eller mindre betydelse, svarar tanten.

Eftersom jag lägger märke till ett stort plåster över hennes vänstra armbåge frågar jag naturligtvis om vad som hänt - så får jag hennes dramatiska berättelse (hon kan verkligen dramatisera)...

- DU förstår, jag hade hälsat på en gammal vän i Uppsala, åkt buss från Cityterminalen, sovit över några nätter, varit på musikevenemang i deras kulturhus, och var på väg hem till Tyresö, med käpp i ena handen och rullväska i den andra.

Har du känt odören när man stiger in i en hiss i T-banan?

Jag har inte har någon särskild erfarenhet av hissar i T-banan, så det sa jag.

- DET stinker! utropade tanten. Av piss! Ett visst klientel använder hissarna som toalett sorgligt nog. Så vid Gullmarsplans T-bana tar jag rulltrappan - den är ju så kort, och jag har stått i den hundratals gånger.

Men inte med käpp och rullväska. Jag vinglar till och faller så klart. Vips är det flera yngre män som försöker dra upp mig medan rulltrappan hela tiden rör sig.

STOPPA den ropar jag - en hoprullad tant, som dessutom svär högt över sin egen dumhet!

Jag känner hur det rinner något inuti koftan, inuti rocken. Blod så klart.

Det är det enda jag känner, när jag till sist står på mina ben uppe vid rulltrappans slut - och tackar mina hjälpare så klart.

Dom står kvar och frågar om det *verkligt* är okej med mig.

Faktiskt känns det så. Jag åker med buss 875 och tar mig hem till mitt eget badrum. Det är inte mycket blod från ett rejält skrubbsår på armbågen, så jag

lyckas tvätta och plåstra om mig själv - får lov att hålla upp armen framför spegeln för att se...

SÅ nu har jag lärt mig:

att det finns speciella, rejäla plåster som jag kan ha på i duschen...

att tacka min gamla kropps motståndskraft - tror det beror på att jag tränar på gym sedan några år...

och skyddsängeln, så klart.

Den stinkande hissen får jag stå ut med i fortsättningen, avslutade tanten.

Vad kunde jag bidra med? Några varningens ord - och kanske ta lite lärdom för mina egna kommande år, tänkte jag. Medan vi småpratade över våra kaffekoppar.

*Eivor Långström*



## SPF:s vårgolf!

Golfvänner, reservera redan nu en dag med SPF:s vårgolf.

Vi har bokat Tyresö Golfbana **onsdagen den 15 maj**. Tävlingen är som tidigare uppdelad i en dam- och en herrgrupp. Första start kl. 09:00.

Efter halva rundan hoppas vi kunna bjuda på frukt, ostfralla och kaffe. Prisutdelning direkt efter tävlingen. Startavgift 100 kr.

Spelform slaggolf. Spelare med reducerad spelrätt på banan och spelare från annan klubb betalar reducerad greenfee. Avgiften betalas direkt i golfshopen. Bokning av golfbil görs direkt i shopen av spelaren.

Anmälan med **golf-ID** skickas till [hakan.norell@comhem.se](mailto:hakan.norell@comhem.se) senast fredagen den **10 maj**.

Gör en notering i almanackan redan i dag!

Välkommen till en lugn och avspänd golffrunda.

*Håkan Norell*

## LÖRDAGSKAFÉ

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

Lokal: Cafétet i Kvarthjulet, Pluggvägen 6 C.

**Lördag kl. 14 – 16  
27 april**

## Från några av vinterns föreningsträffar

### Sören Strid

Den 8 januari rivstartade föreningsträffarna med sång och musik av entertainern Sören Strid. Han for runt i salen som ett torrt skinn och drev med oss, sig själv och några storheter i underhållningsbranschen på ett väldigt roligt och underhållande sätt. Vi fick bl.a. se och höra några underfundiga imitationer av Elvis Presley och Jerry Williams. Men han var svår att fånga på bild!

### Tandvård i Afrika

Vid föreningsmötet den 22 januari var Afrika i fokus. SPF-medlemmarna Margareta och Lars Hedin – båda tandläkare – har efter att de gick i pension varit nere i Kenya vid två tillfällen - 2007 och 2010. De har via Läkarbanken arbetat ideellt på S:t Josefs Mission i Migori i Sydvästra Kenya. Avsikten var att lära upp den lokala personalen. Barn från olika skolor bussades till sjukhuset. Barnen väntade tålmodigt till alla var klara och bussen kunde återvända.



Vid första besöket 2007 var elen mycket opålitlig och de fick uppleva långa elavbrott. Vid Margareta och Lars gemensamma 75-årsfest uppmanades alla att i stället för presenter skänka en slant som bidrag till en elgenerator till sjukhuset. De fick 40 000 kronor och vid andra besöket fanns generatoren på plats. Infrastrukturen är urusel, vägarna är dåligt underhållna. Vi fick se många fina bilder från Afrika. Bland annat från de besök som Margareta och Lars gjorde ute på skolor i området.

### Jeja Sundström

Den 12 februari lockade Jeja Sundström och ett strålande väder till publikrekord. Det var uppdukat för 150 personer, men det räckte inte långt. Flera

bord fick tas fram, Lars-Åke fick gå iväg och köpa mera kaffebröd och ytterligare ett antal kannor kaffe fick bryggas. Det blev lite trångt och det tog en liten stund innan alla hade fått plats, men stämningen var god.



Ännu bättre blev den när Jeja började spela och sjunga och berätta glimtar från sin uppväxt i Storuman och sitt liv som vissångerska.



### Varning för falska telefonsamtal

Bedrägerier via falska telefonsamtal ökar kraftigt och många förlorar sina pengar genom att de luras att lämna ut kortuppgifter och koder eller logga in på sin bank.

Polisen ger tips för att undvika att du ska drabbas. Sprid budskapet till alla du bryr dig om.

- Använd aldrig din bankdosa eller bank-id på uppmaning av någon som kontaktar dig. Ingen seriös aktör skulle be dig om det per telefon.
- Lämna aldrig ut kortuppgifter, koder eller andra känsliga uppgifter till någon. Någonsin. Kortuppgifter och koder är nycklar till dina pengar.
- Om någon du inte känner ringer och du blir osäker, lägg på luren eller be att få ringa tillbaka på ett nummer som du själv tar reda på. Det gäller oavsett om personen säger sig vara en nära släkting eller från banken, ett företag eller en myndighet.
- Lita inte på den som kontaktar dig bara för att den har personliga uppgifter om dig. Bedragare kan hitta information på nätet för att lura dig.
- Om du drabbas av eller misstänker bedrägeri, kontakta din bank omgående. Polisänmäl alltid och ta stöd av människor i din närhet.

## Korsord 2 år 2019

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, lämnas i SPF:s brevlåda på Radiovägen 3 eller lämnas till Gun Tombrock på föreningsträffar senast den 15 augusti 2019. Märk kuvertet: **"Korsord"**. De tre först öppnade rätta lösningarna får vardera två trisslotter.

### Vågrätt

- Går under
- Blomsterkärl
- Spindeldjur
- Kan gester vara
- Disciplin
- Medelpunkt
- Har deltagit i Mello
- Illasinnad
- Används för jämförelse
- Kan lång
- Nallekompis
- Gjordes i rymden
- Hyena

### Lodrrätt

- Kanske kassören gör
- Bordsstudsare
- Hade Jill på TV
- Excentrisk
- Alldenstund
- Finns ovanför bostaden?
- Sådan spis fanns förr
- Livssaft
- Norsk politiker
- Används inte så mycket längre
- Finns utan gränser
- Surrar
- Fanns en Andersson i

- Är öknarna
- Fransk gata
- Spelade det igen
- Går man runt vid midsommar
- Fashionabelt varuhus
- Rensa potatis
- Startpunkt
- Bokförlag
- Skjuts upp
- Vålla
- Bruklig
- Skymmer solen
- Snedda
- Under skorpan
- Finns öländsk
- Akut hotad art
- Relativt ovanlig diagnos



## Korsord 1 år 2019 – Rätt lösning

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

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

- Gunnar Björklund
- Inga-Britt Bäcklund
- Greta Johansson



## Medlemskortet

Medlemskortet finns med i Senioren nr 2, som distribuerades i början av mars. Spara dessa så att ni kan avnjuta diverse rabatter som är specifika för oss i SPF Seniorerna Tyresö. Se det bifogade bladet med sammanställning över vilka företag som ger oss rabatt.



**VÄLKOMMEN att boka teaterbiljetter! Du får 20 %-25 % rabatt på ordinarie priser och kan se genrep 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!  
Hälsningar Margita Jansch,  
[margita.jansch@comhem.se](mailto:margita.jansch@comhem.se), 0709-105008**

### DRAMATEN

HAMLET med Adam Lundgren i huvudrollen  
regi Sofia Jupither  
torsd 18 april kl 16, fred 19 april kl 19  
pris 360 kr

LINJE LUSTA av Tennessee Williams för första gången sedan 1949 på Dramaten  
regi Stefan Larsson  
lörd 4 maj kl 13  
pris 295 kr

BORTBYTINGEN av Selma Lagerlöf från 10 år  
spelas på Elverket  
lörd 11 maj kl 13

### STADSTEATERN SKÄRHOLMEN

SHERLOCK HOLMES dramatiker Joakim Stens  
DET VITA HJÄRTAT inspirerad av A C Doyles berättelse från 16 år  
lörd 30 mars kl 15.15, fred 5 april kl 18.15, onsd 24 april kl 18.15  
pris 60/50 kr

TEATER GILJOTIN vid S:t Eriksplan  
pris 250 kr/220 kr/100 kr

BARNEN en svart komedi och mystisk thriller med Peter Andersson, Gunilla Röör, Katarina Ewerlöf  
lörd 30 mars, fred 5 april, sönd 7 april

TIGGARNÄ nyskriven pjäs av Mia Törnqvist med Ann-Sofie Rase, Andreas Kundler, Samuel Fröler, Eva Rexed  
regi Annika Hallin  
sönd 7 april, torsd 18 april, torsd 25 april, lörd 4 maj, tisd 14 maj

### ÅRSTA TEATER

MIN FANTASTISKA VÄNNINNA efter Elena Ferrantes böcker  
fred 29 mars, fred 5 april, fred 12 april, tisd 30 april  
År 2020: 19 jan, 24 jan, 21 febr, 6 mars pris 300 kr/265 kr/100 kr

DANSENS HUS vid Norra Bantorget

SHAKESPEARE IN LOVE efter filmen med Sofia Ledarp och Alexander Karim  
regi Ronny Danielsson  
12 april kl 19, *genrep*, fåtal bilj  
pris 185/165/110 kr  
månd 22 april kl 17, sönd 19 maj kl 17  
pris 360/320/215 kr

SPELMAN PÅ TAKET med bl a Pia Johansson och Dan Ekborg *genrep* 23 aug (215 kr/190 kr/125 kr), premiär 24 aug, 28 aug, 31 aug, 1 sept, 8 sept, 13 sept, 15 sept, 17 sept, 24 okt, 27 okt (420 kr/370 kr/ 250 kr)

FOLKOPERAN på Hornsgatan

SKAPELSEN av Haydn, förutom solister, kör och orkester medverkar Annika Hallin, Samuel Fröler och Ann-Sofie Rase  
onsd 24 april kl 19 pris 335 kr

TOLVSKILLINGSOPERAN av Berholt Brecht, Kurt Weils musik  
sönd 22 sept kl 16 pris 380 kr  
onsd 2 okt kl 18 Pris 335 kr



**Tisdag 14 maj kl. 18:30**

### **Politikerutfrågning**

Kom och lyssna på och ställ frågor till våra politiker om sådant som rör äldre i Tyresö.

Plats: Kvarnhjulet, sal Nyfors, Pluggvägen 6 B.

Utfrågningen arrangeras av aktionsgruppen för bättre äldreomsorg i Tyresö i samarbete med SPF, PRO och Finska föreningen.

# Program för april - september 2019

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

## FÖRENINGSTRÄFFAR

*Tid: kl. 13:00 om inte annat anges*

*Plats: Föreningsgården 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 9 april**

### Modevisning med Seniorshop



Seniorshop är butiken som kommer till sina kunder. Sex mannekängar, som är från vår förening, visar upp kläder. Efteråt har vi god tid att titta, prova och handla. Betalning görs med kontanter eller kort.

**Tisdag 23 april**

### Musikkryss



Den här gången blir det Musikkryss med trubadur. Bengt Wilhelmsson sjunger till arrangemang för akustisk gitarr. Till sånger och schlager löser vi ett korsord, två och två eller flera.

#### OBS!

Till denna föreningsträff vill vi gärna underlätta för de medlemmar som har svårigheter att ta sig till lokalen och därför inte brukar komma på våra möten. Kontakta Ewa Kardell, tfn 070-610 83 91, så

förmedlar hon kontakt med en bilförare som kommer och hämtar.

**Tisdag 7 maj**



Välkände ekonomijournalisten och f.d. Tyresöbon Anders Andersson har på äldre dar startat en karriär som naturfotograf. Han visar bilder och berättar om sina möten med isbjörnar, brunbjörnar, lejon och kungspingviner under sina resor ute i världen.

**Tisdag 21 maj**

### Vårlunch med underhållning: Någoting att äta, någoting att dricka



Meny: Viltfärsbiffar med kantarellsås, rårörda lingon och potatismos, sallad, smör och bröd. Kaffe och kaka. Vatten/lättöl ingår. Små vinflaskor kommer att finnas till försäljning till ett bra pris.

Sedan följer underhållning med en alldeles nyskapad meny av sånger och visor med mat och dryck i av Bellman, Povel Ramel, Benny Andersson, Cole Porter, Thore Skogman m.fl.

Medverkar gör Hans Kumlien och Krister Ulvenhoff.

Bindande anmälan senast den 12 maj till Maj-Lis Anderstedt, tfn 070-518 01 50 (dock inte under tiden 1 – 8 maj), eller allra helst via e-post till [majlis.anderstedt@comhem.se](mailto:majlis.anderstedt@comhem.se).

Priset är 180 kr, som efter anmälan sätts in på vårt bankgiro 5487-5604, SPF Tyresö Seniorer, dock senast den 13 maj. Glöm inte att skriva avsändare och att det gäller vårlunchen!

## RESOR

### Onsdag 3 april – fredag 5 april Chess i Helsingfors

Fulltecknad. Obs! Tag med legitimation!

### Onsdag 1 maj – onsdag 8 maj Kroatien från kust till inland

Fulltecknad.

### Tisdag 28 maj

### Dagsutflykt till Dalarö



Vi åker kommunalt eller i egen bil till Dalarö. Vi träffas vid busshållplatsen Dalarö torg senast kl. 10. På Tullhuset hälsas vi välkomna med kaffe och hembakat. Vi får en introduktion till Dalarö och det klassiska Tullhuset som byggdes 1788. Därefter beger vi oss till hamnen för en guidad båttur från Dalarö ström, förbi Dalarö skans, upp längs Ornökusten och tillbaka till Dalarö kl. 11:30 – 12:30.

Lunch serveras på en av restaurangerna kl. 12:45 – 14:00.

Efter lunch gör vi en guidad vandring med start från Dalarö kyrka kl. 14:00 – 15:30.

Därefter finns tid för egna strövtåg och besöka byns affärer.

**Kostnad:** Båtfärd, guidning, morgonkaffe samt lunch.

Blir vi 25 personer: 584 kr per person.

Blir vi 50 personer: 392 kr per person.

Betalningen får ni göra när jag vet hur många vi blir. Bussen går 1 gång i timmen och tar ca 1 timme.

Man åker buss 840 från Tyresö Centrum och byter till buss 839 vid Söderbymalmsskolan. Som det ser ut nu i turlistan så går buss 840 kl. 8:36 och är framme kl. 9:40. Men ni får kontrollera tiderna när nya turlistor kommer.

Anmäl er till Yvonne Holmqvist senast 13 maj på tfn 070-842 13 04 eller 08-712 38 59 eller via e-post till: [yvonne39.holmqvist@gmail.com](mailto:yvonne39.holmqvist@gmail.com).

Tala om i fall ni åker i egen bil.

### Lördag 3 augusti

### Opera på Skäret

Opera på Skäret vid Ljusnaren ger i år Trollflöjten av Mozart. 6 platser finns reserverade i bussen med Larssons resor och guide. Bussen avgår från Odengatan 96 kl. 9:30. Lunch på Wirsbo Herrgård. Kostnad 1 590 kr, som betalas direkt till Larssons resor. Vi är hemma vid 23-tiden.

Först till kvarn gäller! Information och anmälan: Ring Ingrid Nolenger, tfn 070-760 64 52.

### Tisdag 10 – tisdag 17 september

### Solens mat och vin i Terracina i Italien



En resa för dig som vill uppleva det genuina italienska köket, pittoreska byar och storslagen natur. Vi bor i den lilla kuststaden Terracina, där vi äter fiskbaserad mat på många av de trevligaste och bästa krogarna.

Kocken Nazareno bjuder in oss i sitt kök och visar hur man lagar en tre-rättersmiddag, som vi sedan avnjuter med ett gott vin. Hos glassmakaren Nunzio tar vi del av några av hemligheterna bakom den fantastiska italienska glassen. Vi får också tillfälle att prova ostron och äta en härlig lunch vid havet.

Emanuel Coppola, ägaren till delikatessaffären La Bottega di via Sarti, tar oss med på en Ost- och Vinresa genom Italien under en lättare måltid. Vi besöker den anrika och pittoreska bergsbyn Cori med dess kända Akropolistempel. Maurizio Ricci visar oss hur han kokar lufttorkad skinka i vin och demonstrerar hur man gör ricotta.

Pris: 14 750 kr/person. Tillägg för enkelrum: 1 600 kr.

I priset ingår:

Svensk reseledare

Flyg Arlanda – Rom t / r

Transfer flygplats – hotell t / r

Del i dubbelrum med italiensk frukost

5 luncher

5 middagar

Utfärd Cori med ricotta- och skinkprovning

Besök på olivgård  
Utfärd San Felice  
Besök på Jupitertemplet med aperitif  
Besök i restaurangkök med visning  
Besök hos en lokal glassmakare  
Ost- och vinprovning  
Ostronprovning  
Ett lektionstillfälle i italienska  
Övriga besök enligt program

Tillval: Utfärd Ponza med lunch 95 euro. Bokas och betalas på plats i euro.

Max 15 personer.

Bindande anmälan till Margareta Lindgren senast 9 april på tfn 08-712 9 235 alt. 070-229 02 80 eller e-post [marglind@comhem.se](mailto:marglind@comhem.se)  
Uppge namn, de 6 första siffrorna i personnumret, adress, telefonnr, e-post, om det finns, och vem ni delar hytt med.



## 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.*

*Vi promenadledare svarar gärna på frågor:*

*Birgitta Karlsson: 08-742 05 87*

*Gunnel Forsberg: 08-712 32 61*

*Nils Wikholm: 08-722 74 18*

*Promenadansvarig Ingrid Nolenger 070-760 64 52*

**Torsdag 4 april**

Vandring med Nils i Kolardalen Älta. Buss 840 kl. 10:22 från Tyresö Centrum.

**Torsdag 11 april**

Skeppsholmen runt och besök på Moderna museet. Ingrid leder.

**Torsdag 18 april**

Skärtorsdag. Ingen vandring.

**Torsdag 25 april**

Vandring i Bagarmossen med Birgitta och Ingrid, ruttan ej riktigt klar.

**Torsdag 2 maj**

Hammarby sjöstad och dess konst. Kanske körsbärsträden blommar?

**Torsdag 9 maj**

Ältasjön runt med Gunnel Forsberg. Vi hoppas att vitsipporna blommar.

**Torsdag 16 maj**

Åker vi till Rågsved för att vandra i nyregistrerade Rågsveds naturreservat. Inger och Ingrid leder.

**Torsdag 23 maj**

Besök på Swindersviks Café Brygghuset, där man kan äta soppa.

Buss 840 kl. 10:22 till Nacka strand och vandring utefter vattnet till Svindersvik. Ingrid leder.

**Torsdag 30 maj**

Kr. Himmelsfärds dag  
**Försommarutflykt**

Med SL-båten till Tappström från Klara Strand. Lunch på lilla Venedig.

Kostnad omkring 100 kr.

Information: Ingrid, eftersom det f.n. inte finns information om avgångstider.

**Torsdag 6 juni**

Nationaldagen  
**Picknick vid Tyresö slott**

Vi möts vid församlingshemmet vid 11-tiden för gemensam promenad ner till Notholmen. Man kan välja att komma med buss 875 eller gå för att vara med på vår picknick. Vi hoppas på kanonväder. Ingrid leder.

**Mitten av juni**

**Rekognosceringstur till Kymmendö**

Den som önskar komma med på denna förberedande tur är välkommen, då vi torsdagsvandrare gärna vill se flera som vill vara med oss. Ring Ingrid för att höra vilken dag som blir aktuell.

**Torsdag 15 augusti**

**Båttur till Kymmendö från Trinntorp**  
Ring Ingrid om tider m.m. när turlistan kommit ut.

## BOULE

**Måndagar och torsdagar kl. 10:00 – 12:30 i  
Amaryllisparken från 15 april**

Vi spelar måndagar kl. 12:00 – 14:30 i Björnkulla Boulehall i Flemingsberg t.o.m. den 8 april.  
Den 15 april startar vi i Amaryllisparken.  
Närmare information kan du få på tfn 070-453 28 05, eller via e-post [maud.wage.lundqvist@telia.com](mailto:maud.wage.lundqvist@telia.com) eller Kent Lingman, tfn 770 72 90, e-post [kent@lotus-htsh.se](mailto:kent@lotus-htsh.se).

## BOWLING

**Onsdagar kl. 14:00 – 15:00**

Lokal: Bowlingpalatset, Pluggvägen 2 (Tyresö-hallen).  
Pris: Per bana 200 kr, som delas på spelarna.  
Frågor besvaras av Maj-Lis Anderstedt på tfn 070-518 01 50 eller per e-post till [majlis.anderstedt@comhem.se](mailto:majlis.anderstedt@comhem.se).

## 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.  
Vårterminen slutar den 27 maj och höstterminen börjar den 19 augusti. I lugnt tempo spelar vi 24 brickor fördelade på 12 ronder med paus för medhavd matsäck efter sjätte ronden.  
Frågor besvaras av Arja Paulin, tfn 070 387 88 46 eller e-post [arja\\_paulin@hotmail.com](mailto:arja_paulin@hotmail.com).

## HANDARBETSKAFÉ

**Onsdagar kl. 10:00 – 12:15  
10 april, 22 maj (OBS! Ändrad dag)**

Vi fortsätter att handarbete 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](mailto: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.  
Vårterminen slutar sista veckan i maj.  
Frågor besvaras av Seppo Jussi-Pekka, tfn 070-774 57 52.



Plats för adressetikett

## MÅLARCIRKEL

**Onsdagar kl. 09:30–12:30**

**KiT - Konstkollektivet i Tyresö** - är en kamratcirkel i Vuxenskolas Tyresöprogram.  
Plats: Radiovägen 3, 1 tr i Vuxenskolas lokal.  
Det finns plats för nya deltagare.  
Frågor besvaras av Ingrid Petersson, tfn 712 06 91.

## 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.  
Vårterminen slutar den 29 april och höstterminen startar den 9 september.  
Frågor besvaras av Anita Ekestam, tfn 070-834 15 21, e-post [anita\\_ekestam@live.se](mailto:anita_ekestam@live.se) eller Monica Lindberg, tfn 070-377 86 28, e-post [ocke\\_monica@telia.com](mailto:ocke_monica@telia.com). 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 slutar den 23 april.  
Eventuella frågor besvaras av Greta Johansson, tfn 712 46 31.

## TEATER

**Fredagar kl. 11 – 13:15**

I Teater Sceniora ägnar vi oss åt teaterövningar och att studera in kortare pjäser och sketcher. En avgift för lokalhyran tas ut.  
Lokal: Kvarnhjulet, sal Navet.  
Ledare: Monica Wallstedt, tfn 070-725 89 46.