

SPFS Tyresö

SENIORERNA

Medlemsbladet

Nr 4

December 2022

Årgång 31

Från redaktionen

Teaterbladet återfinns denna gång som ett löst blad. Nästa nummer av Medlemsbladet kommer ut i månadsskiftet januari/februari 2023 och kommer att innehålla programmet för februari-april 2023. Uppgifter om program, resor, studiebesök övriga textbidrag och insändare samt bilder lämnas till redaktionen senast den 15 januari 2023, gärna via e-post till båda redaktörerna på adress gun.tombrock@telia.com och cmelander@yahoo.se.



JULKONSERT

Tisdag 13 december

Manskören BIRGER

under ledning av Stefan Bergman

Sopransolist: Lena Persson

Se sid. 9

Innehåll

Sid. 2	Styrelse och övriga funktionärer	Sid. 7	Konst i Villa Akleja med Claes Moser
Sid. 3	Ordföranden har ordet – Nya medlemmar	Sid. 7	Från jazz till klassisk musik
Sid. 3	Valberedningen	Sid. 8	Testamente och Framtidsfullmakt
Sid. 4	Attityd 65 plus Ett nystartat projekt	Sid. 8	Höstlunchen
Sid. 4	Information från medlemssekreteraren	Sid. 9	Föreningsträffar
Sid. 5	Rapport från Digitala bryggan	Sid. 10	Föreningsträffar forts. – Studiebesök
Sid. 5	Sambacanastatävlingen	Sid. 11	Promenader – Boule – Bowling – Bridge
Sid. 5	G-Tanten filosoferar, höst 2022	Sid. 11	Digitala bryggan – Handarbetskafé
Sid. 6	Korsord 4 – Rätt lösning korsord 3	Sid. 12	Körsång – Lördagskafé – Målarcirkel –
Sid. 6	Vinprovningen	Sid. 12	Sambacanasta – Teater – Tennis på studs

Kansli Radiovägen 3

Telefon 712 69 22, 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 2022-11-15

STYRELSE

Ordförande	Ewa Kardell	070-610 83 91
	ewa.kardell@bredband.net	
Vice ordförande och sekreterare	Birgitta Lundell	076-811 19 27
	birgitta.lundell@telia.com	
Kassör och medlemssekreterare	Maj-Lis Anderstedt	08-742 07 38
	majlis.anderstedt@gmail.com	
		070-518 01 50
Ledamöter	Roland Berg	08-712 80 15
	roland.l.berg@gmail.com	070-250 28 45
	Solvig Bäckström	08-712 45 22
	solvigbackstrom@hotmail.com	
		070-570 85 57
	Yvonne Holmqvist	070-842 13 04
	yvonne39.holmqvist@gmail.com	
	Christer Olofsson	070-569 90 06
	olofsson.christer@telia.com	
	Lena Pettersson	070-485 57 19
	lenapettersson4708@gmail.com	
	Jan Nordelöf	08-556 590 40
	janneno@telia.com	070-642 41 80

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

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET - KPR

Ledamöter	Kerstin Hallgren	076-229 08 38
	Ewa Kardell	070-606 85 14
	Håkan Norell	08-712 47 81
Ersättare	Lilian Boström	076-206 00 38
	Birgitta Lundell	076-811 19 27
	Eva Rosensparr	073-981 71 94

RÅDGIVNING

Studieombud	Lena Pettersson	070-485 57 19
Väntjänsten	Eva Rosensparr	073-981 71 94

MEDLEMSBLADET

Ansvarig utgivare	Ewa Kardell	08-531 88 212
Redaktör	Gun Tombrock	070-716 50 48
	gun.tombrock@telia.com	
	Christina Melander	070-822 44 10
	cmelander@yahoo.se	

HEMSIDA

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

BREVDUVOR

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

ATTITYD 65+

Projektledare	Lisbet Crabo Ljungman	070-583 39 39
---------------	-----------------------	---------------

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	070-326 98 00
	Göran Aldenberg	070-312 27 48
	Yvonne Holmqvist	070-842 13 04
	Margareta Lindgren	070-229 02 80

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>	08-742 17 84
	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

<i>Grupp 2:</i>	<i>Eivor Petersson, ansv.</i>	076-868 78 85
	Mona Avér	070-697 05 61
	Kerstin Berglöf	073-084 15 93
	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
	Bodil Sandin	076-834 56 69
	Göran Törnquist	070-787 71 05

AKTIVITETSANSVARIGA

Amatörteater	Monica Wallstedt	070-725 89 46
Boule	Ebba Berglund	073-965 43 65
	Bengt Malmberg	070-657 12 31
Bowling	Anna-Liisa	079-341 38 26
	Paananen	
Bridge	Carl Gustaf Dahlin	070-919 14 13
Digitala bryggan	Ewa Kardell	070-610 83 91
Handarbetscafé	Gun Tombrock	070-716 50 48
Målargruppen KiT	Håkan Gåvsten	070-223 87 50
Kulturvandringar	Inger Edman	072-188 83 12
Sambacanasta	Agnetha Ekestam	070-751 71 94
	Lindström	
	Monica Nilsson	070-559 58 95
Sångkör	Greta Johansson	070-228 20 05
Teaterombud	Margita Jansch	Helst sms:
	margita.jansch20@gmail.com	070-910 50 08
Tennis på studs	Bengt Elander	076-034 68 46

Ordföranden har ordet



Det sjuder av liv i vår förening. Det är högtryck inom i princip alla aktiviteter som vi bedriver. Det är väl det bästa betyg en förening kan få.

Inte nog med det, vi har även en mycket god tillströmning av nya medlemmar. Det är kanske ett tecken på att den verksamhet vi bedriver är attraktiv och passar vår målgrupp. Kom gärna med ytterligare förslag på aktiviteter.

Måste bara nämna den senaste höstlunchen där vi var nästan 160 personer som deltog. Dukningen vacker och höstfin, maten var utsökt, rödbetorna hett eftertraktade och tog tyvärr slut lite för tidigt, men det var nog det enda lilla smolket i bägaren. Underhållningen av Ola Hedén som sjöng Allan Edwalls sånger och Jan-Erik Sandvik som spelade piano, var en av de bästa föreställningar vi haft och alla hade ett stort leende på läpparna när man gick därifrån.

Dagen efter höstlunchen hade projekt 65 plus hyrt in sig i C-huset i Kvarnhjulet där vi hade intervjuer från morgon till sen eftermiddag. Dessa intervjuer kommer att succesivt läggas ut på vår särskilda hemsida <https://attityd65plus.se>

Passa på att prenumerera på vårt nyhetsbrev.

Jag vill passa på att särskilt tacka alla som blev intervjuade under dagen, vilket engagemang och vilka seriösa förberedelser alla gjort. Ett särskilt tack vill jag skicka till kommunstyrelsens ordförande Anita Mattsson, som ställde upp trots en pressad arbetssituation.

Läs mera om projektet i särskild artikel på sid. 4.

Läs också mer om Digitala Bryggan, ett samarbetsprojekt mellan SPF, PRO och Tyresö kommun på sid. 5.

En tidig julhälsning och Ett Gott Nytt År önskar jag alla medlemmar i vår förening!

Ewa Kardell

Nya medlemmar

Vi hälsar följande nya medlemmar hjärtligt välkomna till vår förening.

Anders Andersson	Ewy Larsson
Maj-Lis Appeltoft	Viv-Ann Larsson
Marianne Bjärgård	Margreth Lindblom
Marianne Björkman	Elisabeth Linnanheimo
Anne Björse	Göran Lundqvist
Mnofar Boojakli	Inger Malmeaus
Birgitta Borgman	Barbro Nettelblatt
Christer Brandman	Bengt-Åke Nilsson
Maria Brandman	Inger Olsson Strömer
Olle Bång	Ann-Britt Perman
Christina Cederblad	Paul Perman
Linda Cecilia Ericson	Birgitta Persson
Carina Esk	Maud Prawirodarmo
Marianne Funkqvist	Peter Reismüller
Attebrant	
Mirja Gestblom	Karin Stjärnström
Ann Hagberg Asp	Eva Strömberg
Elisabeth Hahn	Tony Thorén
Eriksson	
Manne Heckscher	Vivi-Anne Toresson
Eva Jellinek	Kristina Wastesson

Välkommen säger vi också till Per-Olof Bengtsson, som är ny vänmedlem.



Valberedningen

Valberedningen drar nu igång sitt arbete, som ska vara klart i god tid före årsmötet i februari. Denna gång ska valberedningen – utöver styrelse, revisorer och ombud till distriktsstämman – också föreslå ledamöter och ersättare för de kommande fyra åren i Kommunala pensionärsrådet (KPR).

Är du intresserad av samhällsfrågor i allmänhet och frågor som rör oss äldre i synnerhet vill du kanske göra en insats för vår förening. Kontakta då någon i valberedningen (kontaktuppgifter finns på sid. 2). Du är också välkommen att kontakta valberedningen om du bara har något du vill fråga om eller om du har ett tips på en person du tycker är lämplig att vara aktiv i föreningen.



Attityd 65 plus Ett nystartat projekt i Tyresö

SPF Seniorerna i Tyresö har ansökt om och fått medel för ett tvåårsprojekt från Allmänna Arvsfonden, för att arbeta mot ålderismen i samhället. Projektet beviljades 2,8 mkr den 1 juni 2022. Vi anser att ålderismen behöver angripas på många fronter och vad kan då vara lämpligare än att en förening som består av medlemmar 65+ är med och medverkar till att förändra synen på äldre personer.

Projektet avser att arbeta i två spår, det ena handlar om att synas och höras i medier och bilda opinion. Skriva insändare, artiklar, medverka i mässor m.m.

Den andra delen avser att ta fram någon form av utbildning/utvecklingsprogram som riktar sig brett i samhället. Det ska kunna anpassas och användas av olika grupper. Exempelvis seniorerna själva, att medvetandegöra och vara observant på när man blir utsatt, äldreomsorgspersonal i deras yrkesutövning, arbetsgivare m.m.

Vi kommer att samla seniorer till seminarier, fokusgrupper, referensgrupper bl.a. för att bygga så mycket erfarenhetsbaserad kunskap som möjligt. Vi kommer också att samarbeta och ta del av forskningen kring ålderism i form av större föreläsningar och direkt medverkan i framtagandet av utbildningen.

Vi hade ett seminarium den 7 september och samlade då ca 60 personer till ett möte som inleddes av Barbro Westerholm som talade om hur ålderism kan visa sig i samhället både strukturellt och individuellt. Alla deltagare bidrog också med olika berättelser om hur antingen de själva eller någon annan blivit utsatt för ålderism.

Vi har i styrgruppen även besökt Lunds universitet och träffat professorerna Håkan Jönsson och Susanne Ivarsson. Universitetet har identifierat området pro-aktivt åldrande som ett av sina profilområden fram till 2030. Det betyder att ämnet ålderism har en naturlig plats i deras arbete och båda var synnerligen intresserade av vårt projekt och vill ha ett framtida samarbete med oss.

Vi har idag samarbetspartner i flera SPF-föreningar. PRO i Tyresö, distriktsstyrelsen i Stockholm (referensgrupp), Nordiskt Valideringsforum med föreningen Sverige Kan och sektionen för Kravmärkt Yrkesroll, Nestor FOU med sin seniorgrupp.

Exakt hur våra samarbeten ska se ut får utarbetas efterhand. Från föreningarna och NESTOR:s seniorråd ser vi framförallt ett deltagande i

initialfasen då vi ska bygga upp kunskap kring vad ålderism kan bestå av.

Från distriktsstyrelsen SPF Seniorerna i Stockholms län, ser vi att den kan fungera som referensgrupp och bollplank och för spridning i länet. Distriktsstyrelsen kan även hjälpa till med en förankring i förbundet.

Förbundet är också en viktig samarbetspartner i förlängningen, när projektet väl kommit igång. Från NESTOR och Nordiskt Valideringsforum samt den ideella sektionen i föreningen Sverige Kan, Kravmärkt Yrkesroll, ser vi i förlängningen stöd i framtagandet av en utbildning samt förankring i den yrkesverksamma delen av vård och omsorg om äldre.

Nästa seminarium kommer att äga rum den **26 januari** och gå av stapeln på Quality Hotel Winn i Haninge. Så håll utkik efter nästa inbjudan.

*Ewa Kardell
Ordförande i projektets styrgrupp*

Information från medlemssekreteraren

Medlemsavgifter

Medlemsavgiften för 2023 är 330 kr. Betalningsavierna har skickats ut under november månad och beloppet ska finnas på SPF:s bankgirokonto senast den 31 januari 2023. Vid betalningen är det viktigt att ange det OCR-nr som finns på avin.

Eventuellt utträde

Om du av någon anledning vill begära utträde är det bra om du gör det innan årsskiftet. Kommer ett sådant besked i januari får vi betala 210 kr till distrikt och förbund.

Betalning med Swish

Numera har du möjlighet att betala entréavgifter m.m. med Swish. Numret är **123 533 53 77**, **men viktigt att du i meddelanderutan anger vad det gäller**, exempelvis lotter, entré etc. Det underlättar för kassören att härleda de olika insättningarna till rätt källa, bokföringsmässigt.

Förköp av entrébiljetter

Du kan idag köpa "entrébiljetter" á 40 kr till föreningsträffar. Entréavgifterna är i regel 40 kr om inget annat anges. Smidigt att bara lämna en biljett och slippa stå i kö. Kan också användas om betalningsmedel vid lördagsträffarna.

Rapport från Digitala bryggan

Varje fredag mellan kl. 10 och 12 träffas vi i Nyforslokalen för att ge möjlighet för Tyresöbor över 65 år att utveckla sin digitala kompetens. Detta är ett samarbete mellan SPF Seniorerna, PRO och Tyresö kommun.

Hittills har vi varit mellan 20-30 personer på varje träff, vilket vi tycker är en bra anslutning. Många är föreningsanslutna, men det kommer allt fler som inte är det, vilket vi ser som positivt.

I regel går mötet till så att vi visar något för alla, t.ex. har vi gått igenom hur mail och KIVRA fungerar. Efter det har man haft tillfälle till individuell handledning eller handledning i smågrupper. Vi dricker alltid en gemensam go'fika med gott kaffebröd och uppsluppen stämning.

Inför våren kommer vi att lägga upp ett mer strukturerat program där vi i förväg annonserar vad vi har gemensam genomgång kring och när.

Exempel på vad vi kommer att ta upp under våren:

- E-post, sms via kontakter, bifoga bilder, dokument i iCloud
- Använda telefon/iPad via Wi-Fi contra köpa surf via abonnemang
- Lagra säkerhetskopior, bilder, dokument i iCloud
- Kalender, dela kalender, klocka, alarm
- Parkeringsappar, andra appar
- Sociala medier, facebook m.m.

Kom gärna med egna önskemål om vad du känner behov av att veta. Sista träffen i höst är den 2 december. Vi börjar igen den 27 januari och träffas varje helgfri fredag mellan kl. 10 och 12 i Nyforslokalen. Välkomna!

Ewa Kardell

Sambacanastatävlingen

Tyresömästerskapet i sambacanasta gick av stapeln den 17 november i restaurang Utsikten i Björkbacken. Tävligen pågick hela dagen och avslutades med mingel och en charkbricka för dem som så önskade. Vi var 31 deltagare och vi spelade fem omgångar med olika med- och motspelare.



Vinnare blev Anita Byske från PRO som vann alla fem omgångarna. Tack Inger Karlsson (t.v.), som tillsammans med bl.a. Maj-Lis Anderstedt arrangerade tävlingen, och Grattis till Anita (t.h.).

G- Tanten filosoferar, höst 2022

Nu var hon pratsugen Tanten, märkte jag, så vi slog oss ner längst in i hörnet på Linnea's när vi beställt kaffe.

– Du ser dystert ut, sa jag, är det nåt särskilt som hänt?

– Kan jag väl inte säga, svarade hon – men det faller en massa minnen över mig, rent skrattretande ibland för jag undrar var dom kommer ifrån – rätt vad det är dyker de upp, de mest dolda kom-i-håg triggas igång, du ska få se – de verkar komma med åldrandet. Inte vet jag heller om dom är sanna, för minnen lär ju ändra skepnad under livets gång... Jag har till och med börjat använda uttryck som jag minns från mina, för länge sedan bortgångna anhöriga...

– Är minnena obehagliga då? inflikade jag. Jag har hört att gamla från annat ursprungsland än vårt, kan återgå till sitt första språk på ålderns höst.

– Inte alls – dom friseras för mig, blir för det mesta något att le åt. Du vet att jag gillar verser, verser med klokskaper som andra sagt, som den här av Tage Danielsson:

*Det är ens skyldighet
att håla glädjen levande
det kan vara tungt ibland
men man måste försöka
Om man ger upp
och drunknar i sorgen
ökar man världens elände*

– Ja världens elände, nära och längre bort, matas vi ju med dagligdags, sa jag...

– Och död, sa Tanten uttrycksfullt. Jag har inte räknat hur många kondoleanser jag sänt för vänner som plötsligt gått bort! Så blir det ju när vi blir äldre, läs gamla! Man måste inse både det ena och andra ska du veta...

Jag undrade stillsamt om det var hösten, de snart avlödade träden som påverkade Tanten. Men hon var ju rätt bra på att hitta ljuspunkter.

Eivor Långström

Korsord 4 år 2022

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 januari 2023. Märk kuvertet: **"Korsord"**. De tre först öppnade rätta lösningarna får vardera två trisslotter.

Vågrätt

1. Praktiskt att vara
6. Log belåtet
9. Sägs när det gör ont
10. Är ensligt belägen
11. Kvarlåtenskaps
13. Laddad atom
14. Kan fås på höjd
17. Drog
18. Ett mästerskap
19. Hursa?
21. Får överflödig kanske
23. Rysk mystiker
25. En Lundberg
27. Masturbation

Lodrätt

1. Kan man ha oanade
2. Negation
3. Existens
4. Finns en till Guatemala
5. Behövs i biljard
6. Modern post
7. Är man på Gotland
8. Bra sådan är bra
11. Har alltid svarta knoppar
12. Står för tenn
15. Förvaringsplats för avfall
16. Den australiska fågeln
19. Det är gott till köttbiten
20. Fanns förr i en del pennor

28. Stålskena
29. Kuttrasju
30. Kom brevet från
33. Finns i skalan
34. Slänt
35. Räcka
37. Kan täcka tak

22. Klumpig
24. Finns för utgift
26. Kan få en del att svimma
31. Något att be om
32. Kinesisk elbil
34. Placerade
36. Legendarisk journalist

38. Fornnordisk konung

Korsord 3 år 2022

– Rätt lösning

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

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

- Maj-Lis Anderstedt
- Inga-Britt Bäcklund
- Mignon Carsten

Vinprovningen

Fredagen den 21 oktober fick vi en bra information av Christer Olofsson om skillnaden i smak på fyra röda viner från olika distrikt i Frankrike – och provsmakning, förstås.



Konst i Villa Akleja med Claes Moser

Vi var 40 personer som klev på en ny fin tvåvåningsbuss kl. 9 den 20 oktober vid Regnbågsgatan för färd mot Waxholm. När vi kom fram blev vi väl mottagna av Claes och hans fru Sanna. Vi fick börja med kaffe och goda smörgåsar.



Därefter slog vi oss ner och Claes började med att berätta att det här är hans och Sannas hem. Villan uppfördes av konstnären J.A.G. Acke. (Johan Axel Gustaf). Många författare, konstnärer och musiker har varit här.

Claes berättade att han tidigt bestämde sig för att bli konstsamlare. Den första tavlan han köpte föreställde Ackes son, men det visste han inte då. Han betalade 275 kr för den. Den har stigit i pris sedan dess. Acke målade inte mer än 450 tavlor under sitt liv. Guidningen varade i 2,5 timme. Vi fick veta mycket både om huset och om konstnären Acke.

Sedan körde bussen den korta biten in till Waxholm. Vädret var strålande, så många passade på att ta en liten promenad. Lunchen intogs på Waxholms hotell. Det var fin utsikt över hamnen och maten smakade bra.

Klockan 15:15 startades hemfärden mot Tyresö. Alla var mycket nöjda med dagen.

Yvonne Holmqvist

Från jazz till klassisk musik

Onsdagen den 26 oktober samlades vi vid Gullmarsplan för färd mot Tekniska Högskolan. Sedan en kort promenad till Baldersgatan. Vi var 26 medlemmar som välkomnades till denna intima salong, Skeppar Karls Salong, med ett glas vin och vi slog oss ner i soffor, fätöljer och stolar.



Maria Baczynki, mezzosopranen, tyckte att det var lika spännande som vi, Det var första gången som hon tog emot en grupp pensionärer. Hon såg fram emot att göra fler konserter av detta slag.

Musiken var mycket varierande. Pianisten Johan Westre var mycket skicklig, han hade bl.a. arbetat i Wien. Mezzosopranen hade bl.a. varit med i många musikaler. Hon hade många sångelever i denna lokal.



Jazzångerskan Cecilia Rafstedt Ray började med Fly me to the moon. Därefter varvade artisterna olika musikstycken. Det var en härlig konsert. Efteråt fylldes glaset på och vi fick en mycket god laxtoast samt kaffe och kaka.

Det var en härlig hösteftermiddag i musikens tecken.

Yvonne Holmqvist

Testamente och Framtidsfullmakt



Den 25 oktober hade jag äran och nöjet att, efter inbjudan av SPF Tyresö, tala lite om arvskiften, testamenten och framtidsfullmakter. Mitt anförande berörde ganska ytligt, för att få en bakgrund, några begrepp inom arvsrätten. Härefter gjorde jag en genomgång av hur och varför man kan upprätta ett testamente. Reglerna om testamente finns i Ärvdabalken och omfattar nio kapitel utav de 25 kapitel som balken totalt består av. Således en omfattande skrivning för att orientera i frågor runt upprättande och givande av testamente. Härutöver finns en hel del rättsfall från HD (Högsta domstolen), vilka ger ledning om komplicerade frågor om tillämpning av lagen och vad lagstiftaren har menat eller tänkt när lagen kom till. Det är också klart att det finns en hel del ”rättslära”, som skrivit böcker om ämnet. Materialet är således omfattande och man hinner naturligtvis inte beröra allt som rättsområdet spänner över på någon timme. Det ges inte heller tillfälle att svara på annat än allmänna frågor, typ vilka berör och kan intressera ett flertal av åhörarna. Mot bakgrund av vad jag nämnt vill jag ge det rådet att inte försöka skriva ett testamente på egen hand om man inte har fördjupade kunskaper i juridik – anlita i stället någon juridiskt sakkunnig, vilken minst kan granska och uttala sig om det du själv författat.

Jag avslutade mitt anförande med att gå igenom avsikten med att förse sig med en framtidsfullmakt. Lagen om framtidsfullmakter har tillkommit för att en anhörig eller annan pålitlig person skall kunna hjälpa till med att fatta beslut för fullmaktsgivaren när denne inte längre kan sköta sina åtaganden beroende på sjukdom.

Formkraven för en framtidsfullmakt framgår av Lagen om framtidsfullmakt (SFS 2017:310).

Beroende på att lagen är relativt ung finns det i motsats till vad som gäller för testamenten i stort sett inga domar från HD som kan vara till hjälp och stöd om vad man skall tänka på vid upprättandet av en framtidsfullmakt. Det kan dock sägas att formkraven för upprättande av en framtidsfullmakt i mycket liknar formkraven vid upprättande av ett testamente. Även i denna del förordar jag att man ska ta hjälp av en juridiskt sakkunnig person – det är så lätt att ”gå fel”. Konsekvenserna kan bli ödesdigra.

Jag kan erbjuda att man tittar på min hemsida där jag har skrivit bl.a. om framtidsfullmakter. Du hittar dessa skrivningar på min hemsida www.citus.se.

Jag kan också erbjuda att den som känner sig osäker kan ringa till mig för en kortare muntlig rådgivning. Mitt telefonnummer finns på min hemsida och på sid. 2 i denna tidning.

Jan Nordelöf

Höstlunchen

Lunchen den 8 november bestod av kalops och potatis och uppskattades mycket. Dessvärre uppskattades också salladen och framför allt rödbetorna så mycket att det blev några som blev utan på slutet. Sådant som kan hända när man inte kan gå ut i köket och hämta mera. Nästa gång får man tänka på att beställa mera rödbetor och kanske mindre kalops och potatis.

Sedan kom en positiv överraskning i form av Ola Hedén och hans pianist Jan-Erik Sandvik. De framförde ett antal av Allan Edvalls texter på ett mycket engagerande och trevligt sätt. Ola hade en stark och fin röst och gick t.o.m. runt i lokalen och sjöng utan mikrofon och kunde ändå höras bra. Publiken blev överväldigad!



Program för december 2022 – februari 2023

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
Hörselslinga finns
Entré: 40 kr om inte annat anges

Tisdag 29 november

Teatergruppen Sceniora

SPF: egen teatergrupp Sceniora framför en dramatiserad berättelse om Fogelstadgruppen. Se mera information i nr 3 eller på hemsidan.

Tisdag 13 december

Manskören Birger



Vi firar Lucia tillsammans med Manskören Birger. En liten egenhet är att kören aldrig haft någon dirigent utifrån utan all musikalisk instudering har skett internt. Under åren som gått sedan starten har kören gjort ett antal vårkonsert, capricer, julkonsert m.m. De är i dagsläget drygt 20 sångare. Flera är med sedan starten för 30 år sedan. **Sopransolist: Lena Person, Dirigent: Stefan Bergman.**

Tisdag 17 januari

Ärtsoppa och Christer Fellers New Orleans Stompers



Christer Fellers är kapellmästare, namnet är valt för att betona att man spelar den gamla traditionella New Orleansjazzen. **Erik Persson** sjunger och trakterar altsaxofon, **Fredrik Hellberg** sjunger och trakterar trummor, **Claes Grönberg** spelar banjo, **Renzo Spinetti** sjunger och trakterar sin bas och **Christer Fellers** spelar trumpet och sjunger ibland. Ni kan se fram emot en hårdsvängande jazzupplevelse.

Denna dag kommer det att serveras ärtsoppa med fläsk, bröd, ost samt kaffe med småkaka.

Punch kan köpas till humant pris.

Obs! Inträde denna dag är 60 kr.

Anmälan senast den 13 januari till Maj-Lis Anderstedt, tfn 070-518 01 50 eller e-post majlis.anderstedt@mail.com.

Tisdag 7 februari

En förtrollande dag



Tyresöbon **Tobbe Trollkarl** kommer att showa och fascinera oss med sina magiska konster. Vad kommer att hända?

Tisdag 21 februari

Årsmöte...



Årsmöteshandlingarna kommer att finnas tillgängliga på hemsidan och på kansliet senast en vecka före årsmötet.

Eventuella motioner ska lämnas till styrelsen senast fyra veckor före årsmötet, dvs. senast tisdagen 24 januari.

...med föreställningen Hur svårt kan det vara?



Komikern och ståupparen **Birgitta Klepke** kommer att roa oss med sin föreställning "Hur svårt kan det vara?". Birgitta startade sin karriär som ståuppare i 60-årsåldern med "Visst kan humlor flyga". Sedan 2015 har Birgitta uppträtt från Umeå i norr till Malmö i söder.

Tisdag 14 mars

"När rocken var ung och vi med den"



Dagens pensionärer skapade för första gången en ungdomskultur. Rock & Roll spelade en stor roll i detta. Resan ger sköna minnen från ungdomsåren

med musik av Elvis Presley, Tommy Steele, Fats Domino, Little Gerhard, Jerry Lee Lewis, Bill Haley m.fl. Det blir många minnen från den här tiden, radio, filmer m.m. Vi blev Rock & Roll-generationen.

STUDIEBESÖK

Fredag 10 februari kl. 13:45 – 14:45

Visning av Riksdagshuset



Välkommen till en visning av Riksdagshuset. Att besöka Riksdagshuset ger ökade kunskaper om riksdagens arbete och hur politik på nationell nivå fungerar. Därför erbjuder Riksdagsförvaltningen visningar av Riksdagshuset. Under en timme får vi som besökare fördjupa oss i riksdagens främsta uppgifter – hur ledamöterna arbetar och hur riksdagen fattar beslut.

Säkerhetskontroll och garderob:

- Kom till entrén på Riksgatan 3, minst 15 minuter före bokad tid. Alla besökare behöver passera säkerhetskontrollen.
- Väskor, kepsar och ytterkläder ska av säkerhetsskäl låsas in i skåp i vårt kapprum.
- Mobiltelefoner ska vara inställda på ljudlöst läge eller avstängda. Det går bra att använda telefonen för att fotografera under besöket.
- Alla besökare över 18 år ska kunna styrka sin identitet. Ta därför med legitimation.

Besökets upplägg:

Under visningen får ni besöka olika möteslokaler i Riksdagshuset där viktiga politiska sammanträden äger rum. Under tiden berättar guiden om riksdagens uppgifter, rollen som riksdagsledamot och arbetet från förslag till lag. Ett besök i riksdagens kammare ingår alltid i visningen. Där får ni sitta på åhörarlådan och spana ut över plenisalen.

Visningen är gratis.

Anmälan till Göran Aldenberg, från 12 december 2022 dock senast 20 januari 2023 e-post: goran.aldenberg@gmail.com, mobil: 070-312 27 48. Vi måste vara minst 10 och högst 35 personer, så först till kvarn...

PROMENADER

Torsdagar kl. 10

Samling vid Pressbyrån i Tyresö C. Ta alltid med SL-kort, sittunderlägg, 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

Torsdag 1 december

Vi åker tunnelbana till Gamla stan för promenad. Lunch på stan för den som vill.

Jul- och nyårsuppehåll

Torsdag 12 januari

Vi åker till Odenplan och går till Sven-Harrys konstmuseum. Utställningen Kraftverk - hantverk i en ny tid, det är tio hantverkare som ställer ut. Matsäck medtages.

Torsdag 19 januari

Vi vandrar från Tyresö centrum till Alby. Matsäck medtages.

Torsdag 26 januari

Vi åker till Gamla Stan och går till Medeltidsmuseet. Matsäck medtages.

Torsdag 2 februari

Vi åker buss till Trollbäckens centrum och promenerar i området. Matsäck medtages.

Torsdag 9 februari

Vi åker till T-centralen och går till Nationalmuseum. Matsäck medtages.

Torsdag 16 februari

Vi åker buss 875 mot Tyresö kyrka och vandrar i området. Matsäck medtages.

Torsdag 23 februari

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

Torsdag 2 mars

Vi går från Tyresö centrum till Barnsjön. Matsäck medtages.

Torsdag 9 mars

Vi åker till Östermalms torg och går till Historiska museet. Matsäck medtages.

BOULE

Måndagar och onsdagar

Nu i höst har de flesta börjat spela inomhus i Björnkullahallen i Huddinge på måndagar kl. 12, men på onsdagar fortsätter vi utomhus i Amaryllisparken så länge vädret tillåter. Tiden då är kl. 11 – 13.

Vill du spela med oss, hör av dig till Ebba Berglund på tfn 073-965 43 65, e-post ebba@filuren.com, eller till Bengt Malmberg på tfn 070-657 12 31, e-post b.malmberg@nivimal.se.

BOWLING

Bowlingen pausas t.v.

Frågor besvaras av Anna Liisa Paananen, 079-341 38 26, e-post annaliisa-paanane@telia.com.

BRIDGE

Måndagar kl. 10:30 – 14:30

Plats: Kvarnhjulet, hus B, sal Nyfors.

Höstterminen slutar den 19 december och vårterminen börjar den 9 januari.

Nya spelare är välkomna!

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

DIGITALA BRYGGAN

Fredagar kl. 10 – 12

Lokal: Kvarnhjulets sal Nyfors, Pluggvägen 6 B.

Personlig handledning i att använda smart telefon och/eller surfplatta. Höstens sista träff är den 2 december. Vårterminen startar den 27 januari.

Frågor besvaras av Ewa Kardell, tfn 070-610 83 91, e-post ewa.kardell@bredband.net.

HANDARBETSKAFÉ

Onsdagar kl. 10:00 – 12:00

30 november, 14 december, 11 och 25 januari, 8 och 22 februari, 8 och 22 mars

Vi ses på träffpunkten Kopp och Sjal 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 Gun Tombrock, tfn 070-716 50 48.

KÖRSÅNG

Tisdagar kl. 10:00 – 11:30

Plats: Follbrinken, Kvarnhjulets hus B.
Vårterminen startar den 24 januari. Frågor besvaras av Greta Johansson, tfn 070-228 20 05.

LÖRDAGSKAFÉ

Lördag kl. 14 – 16

28 januari, 25 februari, 25 mars

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

Lokal: Cafétet i Kvarnhjulets hus C, Pluggvägen 6.

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 Gävsten,

tfn 070-223 87 50.



SAMBACANASTA

Måndagar kl. 13:00 – 16:00

Plats: Kvarnhjulets hus B, sal Follbrinken.

Höstterminen slutar den 12 december och vårterminen startar den 9 januari.

Frågor besvaras av Agnetha Ekestam Lindström, tfn 070-751 71 94, e-post agnetha452@gmail.com och Monica Nilsson, tfn 070-559 58 95, e-post bolinsram@gmail.com.

TEATER

Fredagar kl. 11:00 – 13:15

Teatergruppen Sceniora träffas i Uddbyfallen, Kvarnhjulets hus B. Frågor besvaras av Monica Wallstedt, tfn 070-725 89 46.

PP Sverige, Port Payé

Plats för adressetikett

TENNIS PÅ STUDS

Torsdag kl. 12 – 14

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



Här är ett gäng entusiastiska Tennis på studs-spelare. Vi avslutar säsongen den 15 december och börjar spela igen den 12 januari.

Nya deltagare är välkomna att prova på denna senioranpassade sport på torsdagar kl. 12-14 med fikarast och trevlig samvaro för endast 50 kr per gång.

Vi ses i Tyresö Sportcenter (Rackethallen)!

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

G - tanten, sommar 2022

– Men hej, ropade jag till Tanten när hon kom med sina stavar utanför Biblioteket. Jag drog med henne till Hertha Hillfons skulptur mitt på Strandtorget – man kan sitta på kanten – det var varmt i eftermiddagssolen...

Fort går det att komma i samtal med Tanten, hon är verkligen inte svårpratad, kommer ganska snart igång med att berätta om något hon gått och funderat över – det är för det mesta rätt intressant – jag tar till mig...

– Jag hörde om några utländska besökare fundering om vad ordet OJ betydde. Man hade lagt märke till att folk som händelsevis stötte till en, sa OJ om man ens sa något... Till och med på restaurang hade servitrisen sagt OJ när hon råkade spilla vid bordet...

Låter osannolikt tänkte jag, men erinrade mig att jag också märkt att det lilla artighetsordet URSÄKTA sitter långt inne.

– Där får vi skärpa oss, sa jag – det räcker med att man tycker det är snällt att inte bjuda sina barns kamrat att sitta ner vid bordet vid middagen, utan kamraten får vänta på rummet – det har jag läst om.

Nu fick jag lov att tänka till – hur har jag gjort själv?

– Men glädjeämnen, ropade Tanten...hör här:

Dagen före midsommarafon tog jag mig med buss och tunnelbana till Söder. Hade blivit tillfrågad av min vän Kristina om jag kunde komma och prata till en grupp kvinnor som samlades för att samtala lite strukturerat om olika ämnen – Vardagsfilosofi! Lät ju ruskigt snyggt.

I den lilla inhägnade parken till Kristinehovs malmgård skulle vi få träffas, eftersom ingen aktivitet pågick i 1700-tals anläggningen. Det var verkligen en idyll med historisk atmosfär!

Det var bara det att ett antal öländska dvärghöns, mycket vackra, gick fritt omkring i parken – och SKREK! Om du ha hört hur fasaner låter vet du... Det var rent av konkurrens – men att le åt. Tio personer tror jag vi blev kring borden – i skuggan! En man var med sin hustru som hade födelsedag, annars är det ju vi oftast kvinnor som träffas i dylika sammanhang,

En god representant hade födelseår 1926!

Nog är det väl fint att man trots vissa svårigheter med sina åldrande kroppar bryr sig om att samlas så här, lyssna till varandra, tillföra något eget...

– Ja, verkligen inflikade jag – det är ju så viktigt att vara med i något socialt sammanhang, vet vi ju.

Eivor Långström

TEATER december 2022

Glöm inte att teaterbiljetter är uppskattade julklappar!

STADSTEATERN

För de yngre finns chans att se **KULLA-GULLA**, biljetter finns t ex 27 nov kl 12, 14 dec kl 19 och i mellandagarna, lördag söndag dagtid.

ALLTID VARA VI, musikteatern, mycket uppskattad av ungdomarna!

BARA ASTRID försenat biljettsläpp, men spelas t ex söndag 18 dec kl 16, pris 310 kr

KÖKET ÄR HEMMETS HJÄRTA med Grynet Molvig i huvudrollen, 4 platser till PREMIÄREN den 3 dec och t ex 7,8,16,17 dec o mellandag

MANDOMSPROVET främst fred, lörd, sönd i nov o dec o mellandagar

TEMPS MORT en av Lars Noréns sista pjäser sätts upp av Suzanne Osten med duktiga skådespelare biljetter finns 20, 21, 28 dec, pris 310

Vårens stora satsning: **A Chorus Line**, till tisd 31 jan, onsd 1 febr, sönd 5 febr har jag ett fåtal biljetter kvar.

SOPPTEATERN nya föreställningar släpps den 1 dec, biljetterna måste betalas vid bokning, så kom gärna med önskemål, så bevakar jag!

DRAMATEN

ETT DOCKHEM onsdagen den 28 dec kl 19, pris 360 kr

Fr o m 2023 ska du själv kunna välja föreställning och dag och via mig köpa enstaka biljetter med 20 % rabatt.

Välkommen att boka på mejl/sms

Margita Jansch

margita.jansch20@gmail.com 070 910 50 08