

SPF Tyresö

SENIORERNA

Medlemsbladet

Nr 4

December 2023

Årgång 32

Från redaktionen

Ett blad med uppgift om våra lokala SPF-rabatter bifogas denna tidning. Nästa nummer av Medlemsbladet kommer ut i månadskiftet januari/februari 2024 och kommer att innehålla programmet för februari-april 2024. Uppgifter om program, resor, studiebesök, övriga textbidrag och insändare samt bilder lämnas till redaktionen senast den 15 januari 2024, gärna via epost till båda redaktörerna på adress gun.tombrock@telia.com och cmelander@yahoo.se



Tisdag 12 december

ERIK LINDERS JULMUSIK



Se sid. 9.

Innehåll

Sid. 2	Styrelse och övriga funktionärer	Sid. 8	Vill du bli volontär i Tyresö Väntjänst
Sid. 3	Ordföranden har ordet – Nya medlemmar	Sid. 8	Teatererbjudande 2023 – 24
Sid. 3	Mötesplats och Gemenskap	Sid. 8	Nya villkor vid biljettköp
Sid. 4	Korsord 4 – Rätt lösning korsord 3	Sid. 9	Föreningsträffar
Sid. 4	Medlemsavgiften 2024	Sid. 10	Årsmöte – Studiebesök m.m. – Resor
Sid. 5	G-Tanten filosoferar – höst 2023	Sid. 10	Kulturvandringar
Sid. 5	Konferens Attityd 65 Plus	Sid. 11	Kulturvandringar forts. – Digitala Bryggan
Sid. 6	Utforskade Albanien ...	Sid. 11	Boule – Bridge
Sid. 6	Hej och Hå med Farbror Frej ...	Sid. 12	Handarbetskafé – Körsång – Lördagskafé
Sid. 7	Funktionärsträffen på Almåsa	Sid. 12	Målarcirkel – Sambacanasta – Teater
Sid. 7	Våra brevduvor	Sid. 12	Tennis på studs
Sid. 8	Klubbmästare sökes		

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 2023-11-15

STYRELSE

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

REVISORER

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

VALBEREDNING

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

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET - KPR

Ledamöter	Ewa Kardell Håkan Norell Birgitta Lundell	070-606 85 14 073-261 09 90 076-811 19 27
Ersättare	Inga-Britt Bäcklund Ingrid Johansson Vakant	070-313 01 10 070-631 28 86

RÅDGIVNING

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

MEDLEMSBLADET

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

HEMSIDA

Ansvarig	Jan Nordelöf janneno@telia.com	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 Roland Berg Solvig Bäckström May Björklund Margareta Lindgren	070-842 13 04 070-250 28 45 070-570 85 57 070-626 22 73 070-229 02 80
-----------------	--	---

RESEOMBUD

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

TRIVSELGRUPPER

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

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

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

Grupp 2:	Eivor Pettersson, ansv. Mona Avér Eva-Lotti Björk Solvig Bäckström Jan-Åke Kardell Christina Melander Jan Nordelöf Inger Olofsson Monica Pettersson Bodil Sandin Göran Törnquist	076-868 78 85 070-697 05 61 070-642 07 70 070-570 85 57 073-599 83 38 070-822 44 10 070-642 41 80 070-584 23 16 076-805 05 63 076-834 56 69 070-787 71 05
----------	--	---

AKTIVITETSANSVARIGA

Amatörteater Boule	Monica Wallstedt Ebba Berglund Bengt Malmberg	070-725 89 46 073-965 43 65 070-657 12 31
Bridge Digitala bryggan Handarbetscafé Målargruppen KiT Kulturvandringar Sambacanasta	Carl Gustaf Dahlin Ewa Kardell Marléne Gunnelin Håkan Gåvsten Inger Edman Agnetha Ekestam Lindström t.o.m. 2023 Ulla Magnusson fr.o.m. 2024 Gunnel Forsberg Greta Johansson Margita Jansch margita.jansch20@gmail.com Bengt Elander	070-919 14 13 070-610 83 91 076-246 74 08 070-223 87 50 072-188 83 12 070-751 71 94 070-54891 13 070-273 87 51 070-228 20 05 070-910 50 08 076-034 68 46

Ordföranden har ordet



Precis nu visar sig solen utanför mitt fönster. Jaha, var det så den såg ut, det var så längesen. Jag riktigt känner hur mungiporna rör sig uppåt och livet känns lättare att leva. Lova, ”tå” år, har dessutom just varit och hälsat på farmor och farfar, så då känns det som jag är världens mest privilegierade människa.

I föreningen sjuder det av liv och alla föreningsträffar är i princip fullsatta, vi är i regel långt över hundra personer vid varje träff. Vi har också haft en stor ökning av nya medlemmar, så i dagsläget har vi passerat 1 200 medlemmar med råge. Vi har många som arbetar med våra aktiviteter och drar sitt strå till stacken för att vår förening kan vara både välmående och välorganiserad. Men jag ser ändå orosmoln framöver, vi behöver tänka framåt för att se hur vi kan lösa alla uppdrag som måste fungera i en förening. Fram tills nu har vi exempelvis inte haft några problem att rekrytera till styrelsen, de flesta väljer att sitta kvar och nyrekryteringen har hittills varit enkel. Jag vet dock, eftersom jag sitter i distriktsstyrelsen, att allt fler föreningar har svårigheter att rekrytera till styrelsen och även till vissa andra aktiviteter. Därför tror jag att vi måste börja tänka framåt och se hur vi kan göra det mera attraktivt att vara aktiv inom föreningen.

Just nu har vi en lucka i gruppen som representerar oss i KPR. Fundera gärna på om du är intresserad av äldrepolitiska frågor och anmäl dig i så fall gärna till undertecknad. De frågorna har ju inte så hög status i vårt samhälle och ramlar ofta bort i de stora sammanhangen. Något som vi som är verksamma i KPR försöker ändra på och där vi möter ett stort intresse från Tyresö kommun, som verkligen lyssnar på vad vi framför och också omsätter en del av detta i praktiken. Så det känns verkligen meningsfullt att lägga ner lite arbete på den delen.

Vi arbetar ju också i projektet Attityd 65 plus med att förändra synen på oss seniorer och se till att vi kan vara delaktiga och bidra i samhället med den kunskap och erfarenhet som vi samlat under ett helt arbetsliv.

Jag deltar också i två centrala råd, HSF (Hälso- och sjukvårdsförvaltningen) och SLSO (Stockholms

läns sjukvårdsområden). Där har man också en mycket positiv attityd till våra synpunkter. Det känns ju extra viktigt just nu när man håller på med reformen ”Nära vård” som i högsta grad angår oss seniorer. Det innebär att man lägger en större tyngdpunkt på vårdcentralerna och sätter dessa som en huvudsamordnare av vården kring den enskilde. Tyngdpunkt ska också läggas på att vården ska bli mera personcentrerad. Inget sensationellt nytt egentligen, men om alla goda intentioner genomförs, då blir det nytt och bra för alla.

Önskar med detta alla våra medlemmar en God Jul och Ett Gott Nytt År!

Ewa Kardell

Nya medlemmar

Vi hälsar följande nya medlemmar hjärtligt välkomna till vår förening.

Christer Alfalk	Birgitta Nygren
Birgitta Alfalk	Lars-Erik Nygren
Yveta Asp	Göran Erik Ors
Arne Edgren	Stig Renman
Rolf Elwin	Gunilla Ringqvist
Bo-Göran Engberg	Hans Rydermark
Kerstin Engberg	Ulla Rydermark
Annika Engström	Ilpo Saarisivu
Eva Gentius	Marja Saarisivu
Gunilla Good Perlow	Monica Salomonsson
Britt Granberg	Suzann Smeding
Sonja Gustafsson	Anne-Christine Söderström
Katarina Hamberg	Gunilla Tallqvist
Siv Hägg	Allan Toomingas
Carin Jävert	Lilian Wenngren
Aavo Kingissepp	Lennart Wingård
Josefin Lehtonen	Monica Ålemark
Annelie Lerndahl	Hasse Östbom

Vi välkomnar också Gunilla Lagerström som ny vänmedlem.

Mötesplats och Gemenskap

I Tyresö finns många möjligheter till en stunds samvaro, kanske över en god kopp kaffe. Vindfånget är en verksamhet som vänder sig till pensionärer och andra daglediga på måndagar kl. 10 - 12 i Trollbäckens Kyrka. Varje måndag är det ett programinslag som Vindfångets Programråd har planerat.

Varmt välkommen att delta regelbundet eller vid enstaka tillfällen. Ingen föransmälning krävs.

Korsord 4 år 2023

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 2024. Märk kuvertet: **"Korsord"**. De tre först öppnade rätta lösningarna får vardera två trisslotter.

Vågrätt

- Gammalt palats i Stockholm
- Ska man hästar
- Omtalad affär
- Uppsluppen
- Upphöra att finnas till
- Musikalisk familj
- Viskat hemlighetsfullt
- Framförs baklänges
- Luktar nog illa
- Kyrkligt organ
- Kemisk förkortning
- Tycker om sig själva
- Väcka avsmak

Lodrrätt

- Joakim von Anka
- Bra betyg förr
- Finns bestämd sådan
- Den följer med
- Kan man sår till
- Gammal kuf
- Star Trek-figur
- Finns i gruva
- Är du på tomten
- Full rulle
- Piken
- Rest
- Skrev man i skolan

- Produceras i munnen
- Hjortdjur
- Sker vart fjärde år
- Finns kaviaren i
- Streck
- Kolstoff
- Sträcka sig efter
- Den kan ringla sig
- Är barn ibland mot varandra
- Kan man göra
- Borttagningsmedel
- Stort vattendrag
- Dag i januari
- Kan vara dyra
- Riktigt fattig
- Kärl
- Hängiven

Korsord 3 år 2023

– Rätt lösning

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

Som flera av korsordslösarna noterat, och som också Ebba informerat om på en föreningsträff, blev det fel i vågrätt 30. Det saknades plats för ett m i Lammrätt. Alla som lämnat in lösningar där det står Lamrrätt, Lagrrätt eller Laurätt är med i dragningen.

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

- May Björklund
- Mignon Carsten
- Margaretha Olsson

Medlemsavgiften 2024

Förbundet har skickat ut avierna för medlemsavgiften 2024 antingen via din internetbank, Kivra eller posten. Sista betalningsdag är 31 januari 2024.

Om du har för avsikt att begära utträde är vi tacksamma om du gör det senast under december månad. Om du gör det senare räknas du som medlem den 31 december och vi får betala 210 kr till distrikt och förbund.

G-Tanten filosoferar – höst 2023

Jag mötte Tanten oförhoppandes nedanför Strandskolan dit hon kom med rollatorn på väg till en av idrottsplanerna. Det var cup med mängder av matcher med knattar från hela Stockholmsregionen.

– Ska du verkligen titta på fotboll? frågade jag när vi stötte ihop – visste ju att hon inte var särskilt intresserad...

– Du vet, ålderdomen är underskattad, svarade Tanten.

– Hur menar du då? frågade jag.

– Bara helt enkelt att man kan göra något som man uppfattar ska glädja någon annan numera.

"It's okay to be happy for no reason" har mitt nittonåriga tvillingbarnbarn i Australien skrivit i en diktlunta hon mejlat till mig, dessutom har jag pratat med henne lite idag också.

Min dotter brukar ringa på lördagsförmiddagarna när jag äter frukost – och hon lagar middag, tidsskillnaden du vet...

Jag är uppspelt länge efter samtal med både nittonåringen, hennes yngre syster och min dotter – dom gläder mig.

Nu hann jag undra hur hon skulle knyta ihop sitt uttalande om ålderdomen – det kom:

– Jag vet att min kusin Karin, som bor norr om Stockholm, är här idag bland mängder av föräldrar, far - och morföräldrar för att uppmuntra knattarna med sin närvaro (och fika ur ryggsäcken).

Nu gick jag för att träffa henne (och hennes man) – det åttaåriga barnbarnet fick jag syn på oxå, han har så vackert rödaktigt hår i fläta på ryggen. Tror faktiskt att släktingarna blir glada att se mig, så det så.

Vi pratades vid all tre en stund men sen drog jag iväg för att inte störa längre – dessutom var det höstens hittills kallaste dag med rejäl nordavind – trots att jag utrustat mig med luva, halsduk och handskar, kändes den (jag hade plockat med mig en liten bukett rosa höstkragar från min rabatt till min kusin, torde frysa bort närsomhelst ...).

Mina reflexioner när vi skiljts åt rörde sig kring ordet glömska – av någon underlig anledning. Själv hade jag lagt märke till hur mycket sämre mitt korttidsminne blivit på senare tid – det jag kommer på måste eller borde åtgärdas direkt – annars är det glömt!

Alltså – verkställ det du kommer på – av vänlighet eller uppmuntran direkt – annars är det glömt och du kanske säger: och jag som hade tänkt höra av mig till Kajsa, Kalle eller vem det nu är – och nu är det för sent...

Dessutom tänkte jag på alla lappar jag har här och där, skrivna för att komma ihåg det jag ska komma ihåg – det jag ska be min son om hjälp med när han kommer i morrn... jaja, vet att det numera trycks på mobilen för kom-i-håget, och så påminner den mig – tack, det går fortfarande utmärkt med papper och penna...

Eivor Långström

Konferens Attityd 65 plus

Tisdagen den 10 oktober hölls en välbesökt konferens på Scandic Continental. Det fanns t.o.m. väntelista med intresserade.

Eftermiddagen inleddes med att Katarina Douane från Diskrimineringsombudsmannen (DO) informerade om hur DO arbetar mot diskriminering. Därefter var det John Henriksson, förvaltningschef för äldreomsorgen i Tyresö, som delgav oss intressanta inlägg om hur han ser på omsorg och synen på äldre. Eftermiddagen avslutades med att äldreminister Anna Tenje informerade om vad som är på gång inom regeringen vad gäller äldre frågor.



Äldreminister Anna Tenje lyssnar på förvaltningschefen för äldreomsorgen i Tyresö Jens Henriksson.

Sammanfattningsvis en mycket intressant eftermiddag!

Birgitta Lundell

Outforskade Albanien var temat för vår resa 23 - 29 oktober



13 personer från SPF Tyresö gjorde denna fantastiska resa, arrangerad av ReseSkaparna. Flyg till Tirana sedan buss 23 mil söderut till Gjirokaster där vi stannade tre nätter. Nästföljande tre nätter bodde vi i Albaniens huvudstad Tirana. Under veckan färdades vi genom vackra landskap, förbi berg och genom dalar, besökte historiska platser som finns på UNESCO:s världsarvslista. Luncher intogs på trevliga platser och middagar på vår guides favoritrestauranger. Vår guide, Josif, född och bor i Tirana, talar en utomordentligt fin svenska. Under resans gång berättade han mycket fängslande, men också med en del humor, om Albaniens historia. Albanien är absolut ett land vi gärna återvänder till.

Göran Aldenberg

Hej och Hå med farbror Frej, ett lattjo-lajban-kul-spel

Farbror Frej slog till ännu en gång i år och skapade ett kulspel som förvandlade oss boulespelare till barn på nytt. Vi blev inbjudna att i tre grupper delta i ett lattjo lajban-spel med våra 3 klot på "Läggmatchen Skjutgalen Ekvatorn?" Varje station med ett avstånd från 5 till 9 meter. Inte lätt att t.e.x. på 9 meter få sitt klot att stanna still i en ring, skjuta bort ett av två klot med en lille emellan och att kasta sitt klot mellan två klot med ett inbördes avstånd på 40 centimeter utan att nudda eller att gå i sargen bakom. Huan mej!

Vid våra möten brukar vi börja med en gruppfoto. Idag är spelarna mer uppsluppna än vanligt och det är svårt att få lugn och ro. Påminner lite om klassfoto i småskolan när man hela tiden retades med varandra: "1: a klassare smårätta eller 2: a klassare silltunna." Häpp!



När Kjelle Stenqvist alias Farbror Frej sätter på sig huvudnäsduken och in i munnen med lösgadden, blåser i sin visselpipa och kallar till spel, då blir det jubel och lilla julafton. Nu är det allvar och från början helt tyst på banorna mellan spelarna. Endast pang med skrapljud och rassel mot gruset när kloten rullar och flyger fram i luften. Efter en stund vågar vi heja på varandra med, "Vajert, Det var inte dåligt, Bra lägg, Där satt den, Oj vilket skott" eller pang ihop av 2 klot för ett ljudligt beröm som hörs över hela Amaryllisparken. På en stilla fråga från undertecknad hur jag låg till just nu blev svaret: "Du ligger sist Svenne".



Tävlingsdagen delades upp i 2 omgångar med rast emellan för vattenintag, kaffe och te, äggmackor, bullar och kakor och kanske något mer personligt av eget medtag. Mycket taktiksnack blev det också. Kjelle skriver att grupperna är indelade efter intresseanmälan. Men undrar sa Flundra om han som vanligt inte lagt ner hela sin kropp och själ för att få så jämna grupper som möjligt? Nu fick vi alla en bra chans att kunna vinna egen grupp med likaseedade spelare och inte hamna mot flera elitspelare.



En kanonrolig dag blev det och Bibbi Grund Frimodig och Thomas Bokö (samma poäng), Bertil Calissendorff och Ulla Stenqvist blev gruppsegrare. Vid prisutdelningen fick segrarna en liten rund klubba med mycket söt smak. Och för att ingen skulle gå hem ledsen så fick även övriga spelare varsin lika söt klubba. Typiskt en hedersman som är den bästa och roligaste Farbror Frej som finns. Dubbelhäpp!

Text och foto: Svenne Forsberg

Funktionärsträffen på Almåsa

Den 19 september åkte 54 av våra totalt ca 70 funktionärer ut till Almåsa i Västerhaninge för årets funktionärsträff. Inledningsvis fick vi lite information från Ewa Kardell om några aktuella frågor och från Lisbeth Crabo-Ljungman om läget i projektet Attityd 65+. Sedan diskuterade vi gemensamt bl.a. frågan om hur vi värvar fler funktionärer och om man inte bör dubblera vissa

funktionärsuppgifter för att minska sårbarheten. Via hemsidan skulle man också kunna informera mera om vad de olika uppgifterna innebär.

Efter den goda lunchen fick vi lyssna till en intressant föreläsning med fokus på tillgänglighet och bemötande av personer med synnedsättning. Det var en kvinna med – som det visade sig senare – ganska grav synnedsättning som på ett levande och personligt sätt informerade om vad en synnedsättning kan innebära och även vad vi som ser bra kan tänka på vid kontakter med synskadade.

Våra brevdovor

Våra brevdovor är en relativt anonym grupp i vår förening, trots att de är så många som 32 stycken f.n. Det är de som delar ut denna tidning i våra brevlådor och postfack fyra gånger om året. Maj-Lis Anderstedt samordnar verksamheten och kallar brevdovorna till kansliet när det är dags att hämta en större eller mindre bunt tidningar som de sedan ska dela ut i sitt brevduveområde. (Tyvärr kom Maj-Lis inte med på bilden här nedan, men det är ju många som känner igen henne ändå.)

De träffar bara varandra om de råkar komma samtidigt för att hämta sin bunt. Vid funktionärsträffen på Almåsa i september fick de emellertid tillfälle att ses och vi samlade dem på en bild. Kanske kan du känna igen vilken brevduva som delar ut tidningen i ditt område?



Från vänster till höger: Bengt Elander, Ulla Magnusson, Margita Jansch, Christine Bauer Settring, Gunnel Hägglund, Marianne Norell, Inger Karlsson, Gun-Britt Erlandsson, Inga-Britt Bäcklund, Barbro Borg, Kenta Silver, Göran Törnquist, Ann Sofie Holma, Sidsel Nybö. Linda Gullans, Siv Axelsson, Bertil Sellman, Christina Melander, Willy Carsten, Irene Åkerman, Hasse Gullans, Roland Berg, Gun Tombrock.

Ej närvarande brevdovor: Gunvor Berg, Eila Bouveng, Mignon Carsten, Jürgen Jansch, Lars Jogedal, Bertil Norell, Inger Olofsson, Ewa Willner, Karin Östlund.

Klubbmästare sökes

Vår nuvarande klubbmästare vill ägna sig åt andra uppgifter och vi söker nu en efterträdare – kvinna eller man – till honom.

Klubbmästaren ska leda trivselgruppernas arbete med iordningställande av möteslokal, dukning och servering, svara för inköp till föreningsträffar och fester samt i övrigt bistå med de uppgifter som styrelsen begär.

Önskvärda kvalifikationer är bl.a. god planerings- och samarbetsförmåga. Tillgång till bil är en praktisk förutsättning.

Tillträde efter överenskommelse.

Kontakta klubbmästare Roland Berg, tfn 070-250 28 45 eller biträdande klubbmästare Maj-Lis Anderstedt, tfn 070-518 01 50 för närmare upplysningar.

Vill du bli volontär i Tyresö Väntjänst?

Tyresö Väntjänst är en ideell förening som är politiskt och religiöst obunden. Deras syfte är att förhindra utanförskap och isolering och erbjuda ett medmänskligt stöd som komplement till samhällets stödinsatser. Man riktar sig till äldre men man driver också ett integrationsprojekt.

För de äldre har man följande verksamheter:

Äldreverksamhet – Väntjänsten anordnar gemensamhetsträffar för äldre.

Fixarservice – För att minska antalet fallskador kan äldre, utan kostnad, få hjälp med riskfyllda sysslor i hemmet.

Hembesök – Ett av de största uppdragen är att komma på besök i hemmet för att ingen gammal person ska behöva vara ensam.

Trygghetsringning – En möjlighet för personer att dagligen tala in ett meddelande på en telefonsvarare, som avlyssnas av föreningens volontärer.

Mera information finns på Väntjänstens hemsida www.tyresovantjanst.se.

Funderar du på att ställa upp som volontär eller skulle du behöva stöd av något slag, tveka inte att ta kontakt med Väntjänsten på tfn 072-858 67 70.

Teatererbjudanden 2023 - 24

STADSTEATERN:

HAMLET med Silvana Imam som Hamlet, musikteater, Peter Andersson, Annika Hallin, Shebly Niavarani, Leif Andrée m fl
9 dec, 21 dec, 26 dec, 27 dec, 29 dec

SKUGGAN ÖVER STENBÄNKEN efter Maria Gripes bok, från 10 år
bl a 10 dec, 17 dec, 20 dec, 26 dec, 29 dec, 30 dec

IN FANTASTISKA VÄNNINNA bygger på Elena Ferrantes böcker 2 dec kl 12, 3 dec kl 12, 15 dec **sista föreställningen!**

MATILDA the musical efter Roald Dahls bok 27 dec kl 13, 29 dec, 31 dec, 5 jan, 19 jan 2024

PROCESSEN humoristisk dansteater efter Kafka, 16 dec kl 18.30, 17 dec kl 15, 20 dec, 21 dec, 28 dec, 29 dec, 30 dec kl 18.30

KRETSEN om **Hilma af Klint**, bl a 19 dec kl 19, 27 dec, 28 dec kl 19

2024 Biljetter är reserverade till JUSSI, TRE SYSTRAR, GENGÅNGARE, EN MIDSOMMAR-NATTSDRÖM

Hör gärna av dig om biljetter till andra föreställningar och dagar på Stadsteatern eller Dramaten via mail eller sms. Är bortrest 23 nov - 7 dec!

Margita Jansch
margita.jansch20@gmail.com
070-910-50-08



Nya villkor vid biljettköp

För några år sedan lade Dramaten ner sin ombudsverksamhet. Numera ges där rabatt om bokningen gäller minst 10 biljetter per föreställning.

Nu ämnar man även på Stadsteatern göra förändringar i ombudssystemet.

Under våren 2024 kommer rabatten 20 % fortfarande att gälla och det antyds att de 10 guldombuden, som jag tillhör, kommer att få ”visst förtroende”. Ta därför en extra titt på den aktuella teaterlistan och välkommen att boka med hopp om att få ta del av kommande förmåner!

Margita Jansch

Program för december 2023 – februari 2024

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: 12 december 40 kr.

Fr.o.m. januari 2024 är entréavgiften 50 kr om inte annat anges.

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

Priser: Ärtsoppa 80 kr, punsch 25 kr 4 cl, alkoholfri öl 20 kr.

Anmälan: Under tiden 27 december - 12 januari senast kl. 20:00 till Maj-Lis Anderstedt, e-post majlis.anderstedt@gmail.com (helst) eller tfn 070-518 01 50. Ange också om du vill boka punsch/öl.

Betalning: Direkt efter anmälan/bekräftelse till Swish 123 533 53 77 eller bankgiro 5487 – 5604 SPF Tyresö. Ange lunch och eventuellt annat du beställt!

Tisdag 12 december

Erik Linder, Emil Grönvall och härlig julmusik



Tomten hälsar oss välkomna. Glögg, pepparkaka, skinksmörgås, kaffe och liten lussebulle serveras. Erik Linder och Emil Grönvall bjuder in oss till en högtidsstund i julens tecken med härlig julmusik.

Tisdag 16 januari

Ärtsoppa och Quiz med Sören Dahlberg



Sir N. Walley Mountain, alias Sören Dahlberg, presenterar ett förtrollande, minnesväckande och medryckande quiz. Alla frågor illustreras och kläs på magiska toner av spelemannen Mats Fiddler.

Tisdag 30 januari

Allan Allsång & Mange Mingel



Här är de, ”killarna” Allan Allsång & Mange Mingel, som bjuder på en humorfylld musikalisk show med allt från allsång, skoj och upptåg till jazz, Elvis, Beatles m.m.

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 på kansliet senast en vecka före årsmötet.

Eventuella motioner ska lämnas till styrelsen senast fyra veckor före årsmötet, dvs. senast tisdagen den 30 januari 2024.

Därefter följer kaffe med semla och:

”I huvudet på en gammal landshövding”



Björn Eriksson gästar oss. Denne färgstarke före detta rikspolischef, landshövding, ledare för kontantupproret och f.d. ordförande i Riksidrottsförbundet har mycket att förtälja.

Gratis inträde.

STUDIEBESÖK m.m.

Onsdag 22 november

Konsten i SEB

Studiebesöket är fulltecknat.

Onsdag 6 december

Skeppar Karls Salong

Studiebesöket är fulltecknat.

Onsdag 7 februari kl. 13 – 14:45

Visning Kungliga Slottets Representationsvåningar

Vi möter guiden vid entrén till Representationsvåningarna, adress Slottsbacken, Gamla Stan. Återkommer om eventuell samling vid T-bana för gemensam promenad till Slottet.

Representationsvåningarna på slottet är samlingsnamnet för de magnifika paradvåningar som används vid Kungens och Drottningens representation. Under en visning av Representationsvåningarna brukar guiden vanligtvis lägga fokus på salar i Festvåningen samt Rikssalen. Efter visningen får gruppen gärna stanna kvar i våningarna och titta närmare på de delar som guiden inte visade.

Kostnad 200 kr per person. Efter erhållen bekräftelse på anmälan insättes beloppet 200 kr på vårt bankgiro nr 5487-5604, SPF Seniorena Tyresö.

Bindande anmälan till Göran Aldenberg, från 1 januari 2023 till 31 januari 2024 på e-post: goran.aldenberg@gmail.com, tfn 070-312 27 48.

Visningen är för max 30 personer, så först till kvarn... Efter besöket kanske de som önskar gemensamt besöker något café eller restaurang. Får återkomma till det lite senare.

RESOR

Söndag 3 – måndag 4 december

Adventskonsert med Cinderellakryssning och julbord

Resan är fulltecknad.

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 29 november

Vi åker till Gamla Stan och julmarknaden på Stortorget och äter lunch på stan.

Jul- och nyårsuppehåll

Onsdag 24 januari

Vi går från Tyresö centrum över Storkällan till Ältadalen. Matsäck medtages.

Onsdag 31 januari

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

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.



DIGITALA BRYGGAN

i Kvarnhjulets 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!

3 nov

Allmän information; inställningar i telefonen t.ex. ljus, skärmbild, storlek på text

10 nov

Fortsättning av allmän information om inställningar i mobiltelefon

17 nov

Ringa, svara, meddelanden, telefonsvarare + olika inställningar

24 nov

Fortsättning från 17 nov, skicka julkort eller hälsning till Gustaf

1 dec

SL; ladda kort, ändra till reducerat pris, hitta resa

8 dec

Hittta.se samt Eniro och deras funktioner

Alla träffar avslutas med individuell handledning och hjälp.

Efter nyår startar vi igen den 19 januari. Har du frågor vänd dig till Ewa Kardell (kontaktuppgifter på sid. 2).

BOULE

Måndagar kl. 12 – 14:30

eller

Måndagar och onsdagar kl. 11 – 13

Sedan den 23 oktober är vi 14 spelare som så långt möjligt samåker till Björnkullahallen i Huddinge och spelar boule på måndagar kl. 12 – 14:30 eftersom vi tycker det är för osäkert väder. Vill du haka på?

De som vill, fortsätter att spela ute måndagar och onsdagar kl. 11 – 13 i Amaryllisparken nedanför Lidl.

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 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.



BRIDGE

Måndagar kl. 10:30 – 14:30

Plats: Kvarnhjulet, hus B, sal Nyfors.

Bridgen slutar 18 december och startar 8 januari.

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
med start 10 januari

Vi ses på träffpunkten Kopp och Sjal på Kyrkogränd 14 i Tyresö centrum för att handarbete 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.
Höstterminen slutar 28 november. Vårterminen startar 16 januari.

Frågor besvaras av Greta Johansson, tfn 070-228 20 05.



LÖRDAGSKAFÉ

Lördag 27 januari, 24 februari 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: 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 Gåvsten, tfn 070-223 87 50.



Plats för adressetikett

SAMBACANASTA

Måndagar kl. 13 – 16

Plats: Kvarnhjulets hus B, sal Follbrinken.

Höstterminen slutar 11 december. Vårterminen startar 8 januari.

Frågor besvaras av Agnetha Ekestam Lindström, tfn 070-751 71 94, e-post agnetha452@gmail.com och Gunnel Forsberg, tfn 070-273 87 51.



TEATER

Fredagar kl. 11 – 13:15

Teatergruppen Sceniora möts i Uddbyfallen, Kvarnhjulets hus B.

Höstterminen slutar 1 december och vårterminen startar 12 januari.

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



TENNIS PÅ STUDS

Torsdag kl. 12 – 14

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

Höstterminen slutar 14 december. Vårterminen startar 11 januari och nya deltagare är välkomna att spela med oss i järngänget,

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