



Vår vår!



Tystbergabygden

Program

April - sept 2025

En av höjdpunkterna vid föreningens månads-
möten är onekligen fikastunden i hård konkur-
rens med lottdragningen av skänkta vinster.
Mötena hålls 2:a tisdagen varje månad utom
i juli om nu inte planerade båtutflykter till
Ringsö och Rågö kan räknas som månadsmöte.

Även om det är trevligt att träffas, fika och
kolla vinstlotter, så kan det behövas något
mera för att ge mötena lite mera mening.
Därför engageras vanligen underhållning om-
växlande med information i för oss något
aktuellt ämne. Programkommittén vill gärna ha
tips om lämpliga program och underhållare.

Till varje möte ställer några värdar upp enligt
program. Men fler än enstaka behövs så anmäl-
er gärna till angivna värdar. Förutom att göra
en insats så får ni ytterligare chans till sam-
varo med trevliga likasinnade.

VÅRA MÖTESLOKALER



Sättersta hembygdsgränd



Ludgo Bygdegård



Runtuna Bygdegård



Tystberga Bygdegård

Medlemsavgift 2025 är 270 kr
SPF Seniorerna Tystbergabygden
Bankgiro 5844-8606
Swish 123 086 23 00



Adress:

SPF Seniorerna Tystbergabygden
c/o Kjell Karlsson
Rogsta 5 A
611 99 Tystberga
Tel. 073-650 07 65
e-postadress: tystbergabygden@spfseniorerna.se
Hemsidan: <https://www.spfseniorerna.se/tystbergabygden/>
eller googla: spf tystbergabygden

Kurser, studiecirklar.

Tag kontakt med Birgitta Lindgren 076-787 09 22
e-postadress: birgitta@tlindgren.se

Resor

Vid våra interna resor betalar passagerare 10 kr/mil till fordonshållaren.

Något om SPF Tystbergabygden.

SPF Tystbergabygden bildades 1996. För närvarande är vi ca 190 medlemmar.

Vårt upptagningsområde är Tystberga med omgivande församlingar men det finns ingen begränsning för den som vill bli medlem hos oss.

Vi har ingen fast lokal, utan våra sammankomster håller vi omväxlande i Sättersta Hembygdsgård samt Runtuna, Ludgo, och Tystberga Bygdsgårdar.

Du kan anmäla Ditt intresse att bli medlem genom att ta kontakt med någon i styrelsen eller någon som redan är medlem.

Välkomna!

Styrelsemedlemmar och funktionärer för SPF Tystbergabygden 2025 - 2026

1. Styrelse

Ordförande	Kjell Karlsson	073-650 07 65
Vice ordförande	Heléne Källander	070-544 02 69
Sekreterare/Kassör	Ann Axelsson	070-857 02 23
Ledamot	Alice Martinsson	073-925 06 34
Ledamot	Anita Grede	073-654 97 12

2. Revisorer

Revisor smk	Eva Marmgård	070-348 51 98
-------------	--------------	---------------

3. Valberedning

Norma Ingårda	070-641 48 96
---------------	---------------

4. Funktionärer (smk = sammankallande)

Boule	Sten Andersson smk Kjell Karlsson	070-695 64 77 073-650 07 65
Bowling	Lena Salomonsson smk Barbro Nahnfeldt	070-332 67 22 070-787 75 42
Bridge/Canasta	Siv Sjödin smk Birgitta Ny-Simson	076-883 51 68 073-154 64 57
Friskvård/Hälsovård	Marianne Lönnmo	070-341 24 80
Foto	Rolf Pettersson	070-632 97 17
Försäkringsfrågor	Per-Åke Lindgren	070-394 43 00
Hemsida/Digitala utskick	Per Karlsson	070-261 16 63
Medlemsregistret	Ann Axelsson	070-857 02 23
Programkommitté	Hans Lindahl smk Heléne Källander	070-651 81 94 070-544 02 69

Fortsättning Funktionärer (smk = sammankallande)

Resor	Alice Martinsson smk	073-925 06 34
Skriftredaktör	Göran Dahlberg	070-581 74 11
Studieansvariga	Birgitta Lindgren smk	076-787 09 22
	Per-Åke Lindgren	070-394 43 00
Trafikansvarig	Lars Hedlund	070-6295 5 54
Vandringsledare	Kjell Karlsson	073-650 07 65
	Allan Pettersson (resurs)	072-998 29 06
Vattengymnastik	Ann Axelsson (kontakt)	070-857 02 23
Väntjänst		
Björkgården	Anita Grede	073-654 97 12
Rönnliden	Norma Ingårda	070-641 48 96
Ledam Kom Pensionärsråd	Marianne Lönnmo	070-341 24 80
	Norma Ingårda (reserv)	070-641 48 96
Medlemsvärvare	Samtliga medlemmar	

Läsecirklar

Två läsecirklar är igång med vardera sex deltagare. Är du intresserad av ny cirkel eller hoppa in som reserv i någon nuvarande, anmäl dig till Birgitta Lindgren, tel 076-787 09 22

Vattengymnastik

Fredagar kl 10.30 Hjortensbergsbadet. Ledare Maria Wallin.
Kontakt Ann Axelsson, tel 070-857 02 23

Valberedare

Som valberedare i föreningen gäller att lämna förslag till alla poster och funktionärer inför årsmötet. Det kan innebära många telefonsamtal och andra kontakter dessförinnan. Valberedningen tar tacksamt emot alla förslag på tänkbara deltagare.

Om Du trots allt vill säga upp ett uppdrag måste Du göra detta i god tid före årsmötet.

Månadsmöten

2:a tisdagen kl 13.00 varje månad träffas vi med informerande presentationer eller underhållning. I december samlas vi för jullunch.

I år får vi bl a berättelser i ord och bild om Per-Åkes och Birgitta Lindgrens tid i Etiopien, Modevisning, Räkfest med underhållande dansmusik, Sommarfest med lunch, tipspromenad och tävlingar samt Underhållning med dans- och musicallåtar.

Vandringar och utflykter

3:e tisdagen april - november vandrar vi gemensamt till lokala platser där vi får oss berättat lokalhistoria med betoning på lokal. T ex väntar oss Gökotta på Uppsala kulle, Vandring till Hamstaberget, Båutflykter till Ringsö och till Rågö med besök vid Botvidskorset, dessutom Vandring vid Torpesta Kvarn med möjligheter till bad och grillning.

Bridge/Canasta, Boule och Bowling (se baksidan)

Program med reservation för ändringar efter programbladets tillkomst

April - sept 2025

Månadsmöten andra tisdagen i månaden. Om inget annat anges är entrén 50 kr vid våra träffar

Anmälan skall göras till mötena 10/6 och 12/8

Vandringar vanligen 3:e tisdagen i månaden, medtag egen kaffekorg

Tis 8 april 13.00 *Per-Åke och Birgitta Lindgren
berättar i ord och bild om sin tid i
Etiopien*

Plats *Runtuna Bygdegård*

Värdar *Birgitta Ny-Simson, Karin Friborg*

Mån 28 apr 13.00 *Sopplunch i Sättersta Hembygds-
gård. 60 kr.*

Tis 13 maj 13.00 *Modevisning med Seniorshopen*

Plats *Ludgo Bygdegård*

Värdar *Kristina Nilsson, Birgitta Eneman*

Tis 20 maj 07.00 *Gökotta på Uppså kulle.
Kjell Karlsson berättar om kullen
och segelleden
Ta med fika/frukostkorg*

Mån 26 maj 13.00 *Sopplunch i Sättersta Hembygds-
gård. 60 kr.*

Tis 10 juni 13.00 *RÅKFEST!*

Plats *Ludgo Bygdegård*

Program *Dansmusik med Christer Eklund*

Kostnad *150 kr*

Värdar *Hasse Lindahl, Helene Källander*

Anmälan *Senast 6 juni till Hasse
070-651 81 94 alt. Heléne
070-544 02 69*

Tisd 17 jun 10.00 *Utflykt/vandring Hamstaberget med fornborg på Baljesta. Två varianter, den ena är att bestiga berget, bra skor och vandringsstav är att föredra, den andra är att vandra vid viltvattnet och på skogsvägar. Tag vägen mellan Sättersta och Tystberga, SPF skylt mittemot Berga visar vägen. Kjell Karlsson berättar om området. Ta med fikakorg och gärna campingstol att sitta på.*

Tis 8 juli 10.00 *Utflykt till Ringsö. Samling vid Studsviks brygga. Föredrag och rundvisning av Nille. Medtag fika
Kostnad 150 kr. Max 22 personer, anmäl senast 24 juni till Kjell Karlsson på e-post
kjell.rogsta@telia.com eller telefon 0736-500 765.
Vid oväder skjuts utflykten upp en vecka*

Tis 12 aug 13.00 *SOMMARFEST!*
Plats Runtuna bygdegård
Program Lunch med tipspromenad/tävlingar
Kostnad 150 kr
Värdar Palle och Birgitta Oscarsson
Anmälan Senast 5 aug Palle 070-328-11-38

- Tis 19 aug 10.00** *Utflykt till Rågö. SPF skylt utefter vägen mellan Ånga och Hålgö
Naturreservatets parkering
Kjell Karlsson berättar om korset och St.Botvid
Klättring för att ta sig till korset, bra skor/vandringsstav bör man ha.
Finns möjlighet att åka med, utan att följa med till korset men ha trevligt på ön. Medtag fikakorg
40 kr.
Oväder? Utflykten en vecka senare*
- Tis 9 sept 13.00** *Dans- och musicallåtar med Glenn Adolfsson och Kenneth Karlsson
Ludgo Bygdegård
Norma Ingårda*
- Tis 16 sept 10.00** *Utflykt/vandring i Ludgo
Vid Torpesta Kvarn, därifrån vandring eller bil mot Torpesta Näs
För de som känner för det finns det möjlighet till bad vid sandstrand och grillning av medhavd korv på iordningställd grillplats.
Olle Jansson kommer att berätta om området och dess historia.
Medtag fikakorg.*

Resor 2025

Mån 26 maj, Vikbolandet

Med Forssjö Buss

07.20 Avresa Stigtomta

7.45 Avresa City Gross Nyköping

9.30 Förmiddagskaffe + visning/shopping på
Visätter Kalkongård

11.00 Guidning samt lunch på Vikbolandsstruts

14.15 Besök samt eftermiddagsfika Billbäcks Trädgård
Hemma ca 17.00 i Nyköping

Pris 790:-/person vid minst 35 betalande.

I resans pris ingår Bussresa enligt program
Guidningar och lunch samt eftermiddagsfika

Anmälan senast 1 månad (26 april) innan resan
till Alice Martinsson, tel 073-925 06 34

Lör 23 augusti, Gårdsjö Sala

Med Forssjö Buss

07.05 Avresa Stigtomta

7.30 Avresa City Gross Nyköping

10.00 Förmiddagskaffe och kaffe Gårdsjö Älgpark

10.45 Guidade Älgsafari Gårdsjö Älgpark

13.00 Lunch på Måns Ols utvårdshus Sala

Hemma ca 16.45 i Nyköping

Pris 1 195:-/person vid minst 35 betalande.

I resans pris ingår Bussresa, förmiddagsfika,
guidning Gårdsjö samt lunch

Anmälan senast 1 månad (26 juli) innan resan
till Alice Martinsson, tel 073-925 06 34

Bridge/Canasta



Torsdagar Tystberga Storstugan

Björkhagens brf

Ansvariga Siv S 073-038 23 00

Canasta 09.00 Birgitta Ny-Simson

Bridge 13.00 073-154 64 57



Boule

● **Onsdagar 13.00 under sommaren**

Nynäs IK's klubbstuga

Ansv Sten Andersson 070-695 64 77

Kjell K 073-650 07 65



Bowling

Fredagar 11.00 under vintern

Nyköpings Arenor Rosvalla

Ansvariga Lena S 070-332 67 22

Barbro N 070-787 75 42

