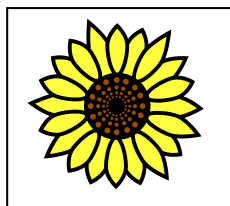


SPF Seniorerna  
Solrosen Solna



SENIORER I TIDEN

- inflytande
- valfrihet
- livskvalitet

## Höst igen

Det är alltid lite vemodigt när sommaren övergår i höst. Dagarna blir kortare och kvällarna mörka. Jag tycker nog inte vi kan klaga på sommaren. För det mesta var det bra temperatur och skapligt väder. I alla fall för en pensionär. Vi kan glädja oss åt att bostadstillägget kommer att höjas, men som vanligt är det så lite att det inte gör någon större skillnad. Regeringen har också föreslagit en skattesänkning för oss pensionärer. Det blir intressant att se hur mycket det blir i verkligheten, det är ju en del andra skatter som höjs istället.

Det har nyligen varit förbundskongress i Gävle. Då avgick Christina Rogestam och ersattes av Eva Eriksson, tidigare L-politiker och landshövding i Värmland. Christina Rogestam gjorde, i mitt tycke, ett mycket bra jobb och satte SPF Seniorerna på kartan. I den nya förbundsstyrelsen finns tre från Stockholmsdistriktet! Mycket ovanligt. Det brukar vara en representant.

Hösten för foreningens del började tidigt med månadsträff redan i mitten av augusti. Föredraget om Nord-Korea drog mycket folk. I slutet av månaden åkte 28 medlemmar på en resa till Dalsland med utflykter på Dalslands kanal och till Kosteröarna. Alla var jättenöjda. Som vanligt drog vår sommarpromenad mest folk av alla. Septembers månadsträff var välbesökt med mannekänguppvisning och försäljning av seniorkläder. Jag fick en känsla av att affärerna gick bra.

Sista kvartalet detta år har vi en hel del trevligheter som du kan läsa om i detta Solrosblad. Vi kan se fram emot ett säkerligen intressant föredrag av samordnaren för Läkare utan gränser om deras verksamhet bl.a vid den förfärliga ebolaepidemin. När höstmörkret är som värst kan vi förlusta oss med ett härligt julbord och en trevlig Nobelfest. I höst provar vi också alternativ till de populära vinprovningarna på Ankaret. Vid ett tillfälle blir det råkafton med vin och en kväll ärtor med punsch. Sitt inte hemma och uggle-häng med på våra aktiviteter!

*Bengt Norrbom*

*ordförande*

*PS Glöm inte våra sektioner med motion, .*

*bridge, boule mm DS*



Besöksadress Ankaret  
Hagalundsgatan 33  
Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon  
08 83 74 63  
E-postadress

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)

*Våra aktiviteter i samarbete med Vuxenskolan*

**Onsdag 4/10 kl 13.00 Studiebesök på Tingsrätten i Solna.**

Guidad visning av tingsrättens lokaler och beskrivning av rättens verksamhet.

Tingsrätten ligger på Sundbybergsvägen i andra änden av huset där polisen har sina lokaler.

*Max 30 pers. Sista anmälningdag 26/9.*

**Café Opera** Stockholmsdistriktet bjuder in medlemmarna mellan 15 och 17. Entré 100 kr som inkluderar ett glas vin. Ingen föransmälning!

**Onsdag 11/10 kl 13.30 Månadsträff i Pingstkyrkans lokal Råsundavägen 76**

Föredrag av Stefan Liljegren, samordnare för Läkare utan gränser, om det fruktade Ebola utbrottet och insatserna för att motverka ebolaepidemien i Afrika.

**24/10 – 26/10 Senormässa på Älvsjömässan**

**Onsdag 25/10 kl 11.30 Studiebesök på Almgrens sidenväveri på Södermalm.**

Adressen är Repslagargatan 15, som är en parallellgata till Götgatan.

T-bana till Slussen. Uppgång Götgatan.

*Pris 100 kr pp. Anmälan senast 17/10. Betalas till föreningens plusgirokonto i samband med anmälan. Kolla alltid att det finns plats. Max 30 pers.*



**Torsdag 2/11 kl 17.00 Ärtor med punsch på Ankaret.**

Kom och upplev en annorlunda kväll. Ät ärtor och drick ett (eller flera) glas med punsch därtill. En traditionell svensk måltid att avnjuta i trevligt sällskap.

Pris 95 kr pp och då ingår, förutom ärtsoppan, ett glas punsch av bästa märke samt smör och bröd.

*Max 50 pers. Anmälan senast 24/10.*

*Betalas till föreningens plusgirokonto i samband med anmälan. Kolla att det finns plats först.*



**Onsdag 8/11 kl 13.30 Månadsträff i Pingstkyrkan lokal på Råsundavägen 76**

Underhållning av den sjungande polisen Pekke Abrahamsson.

Sång och musik, musikgissning och berättelser ur Pekkes liv som polis.

**Event på Intiman**

**Måndag 13/11 kl 10 – 17.**

*Se annonsen i Distriktsbladet!*

## Aktiviteter fortsättning

### Onsdag 6/12 kl. 13.00 Föreningens traditionella jullunch i Pingstkyrkans lokal på Råsundavägen 76

I år avnjuter vi det goda julbordet från restaurang Greven och betjänten.

Pris 250 kr pp. Sista anmälningdag är 21/11, Betalas till föreningens plusgirokonto i samband med anmälan. Kolla att det finns plats först.

#### Julbord 2017

Gammeldags inlagd löksill  
Hemlagad senapssill  
Nubbesallad  
Grevens hemgravade lax  
Varmrökt lax med örtcreme  
Ägghalva med sikromsmousse  
Rödbetsallad  
Griljerad julskinka med grevens julsenap  
Hemlagad viltpaté med rödlöksmarmelad  
Hemrullade köttbullar  
Prinskorv  
Janssons frestelse  
Olika ostar  
Saltgurka  
Knäckebröd och lingonbröd

### Fredag 15/12 kl. 17.00 NOBELFEST på Ankaret.

Vi avnjuter en tre-rätters middag med bubbel. Någon form av underhållning kommer vi också att bjuda på under kvällen.

Pris 350 kr pp. Max 50 pers. Sista anmälningdag 30/11. Betalas till föreningens plusgirokonto i samband med anmälan. Kolla att det finns plats först.



Föreningen finns numera också på Facebook. Man kommer dit enklast via föreningens hemsida.



#### RESERUTAN

##### Stockholmsdistriktets resor

12-18/11 Resa till New York med Reseskaparna.

21-29/11 Höstresa till Nerja på Solkusten

24/11 – 9/12 Resa till Thailand med CK

Stockholmsdistriktet  
telefon 08 720 77 30

##### Erbjudande från Solrosen

*Champagneresa i september 2018.*

7 dagar, pris cirka 9000 kr pp. Flyg ut och buss hem. Anordnas av MK-buss.

Intresseanmälan måste göras senast 15/11 till Birgit Åman (se kontaktrutan)

#### PUBAFTON på Ankaret Torsdagen den 19/10 kl 14-17

Försäljning av vin och smörgåsar från kl 14  
Sätrabälgarna spelar till dans  
15 - 17

Besöksadress Ankaret  
Hagalundsgatan 33  
Postadress:  
Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon  
08 83 74 63  
E-postadress  
[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0  
Hemsida  
[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)

## KONTAKTRUTAN

Ordförande: Bengt Norrbom;  
Tel 070 5654454

[bengt@norrbon.nu](mailto:bengt@norrbon.nu)

Vice ordf: Anne Utter;  
Tel 070 7792571

[anne.utter@telia.com](mailto:anne.utter@telia.com)

Sekr. Carl-Magnus Wiklund;  
Tel 0708 721821

[cm.wiklund@comhem.se](mailto:cm.wiklund@comhem.se)

Verksamhetsutveckling Per Stockhaus;  
Tel 070 2033737

[per.stockhaus@icloud.com](mailto:per.stockhaus@icloud.com)

Kassör Lillemor Sundholm;  
Tel 070 6610521

[lillis.sundholm@gmail.com](mailto:lillis.sundholm@gmail.com)

Klubbmästare Ingrid Andersson;  
Tel 070 8288697

[hemtillingrid@gmail.com](mailto:hemtillingrid@gmail.com)

Webbredaktör Anniqua Lindström;  
Tel 0707 104545

[anniqua.lindstrom@gmail.com](mailto:anniqua.lindstrom@gmail.com)

Medlemssekr Marita Pettersson;  
Tel 83 74 63 ti,to 10 – 12

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Reseombud

Birgit Åman;  
Tel 0735 044915

[bigge.aman@gmail.com](mailto:bigge.aman@gmail.com)

Bengt Norrbom se ovan

**Boule** Carl-Magnus Wiklund (se ovan)  
**Bowling** Margareta Lindström 0706629436  
**Bridge** tisd Leif Lindberg 070 5645541  
**Motion** Ingvar Eliasson 0730 566509  
**Friskvård** Aase Bergman 82 60 15  
**Studier** Catharina Hedman 27 53 04

## En titt på nästa år

10/1 träff för nya medlemmar ( inbjudan krävs)

17/1 månadsträff med föredrag av professor Björn Tengroth om ögonen och ögonsjukdomar.

## Boulevinst igen!

Boulespelarna är ett ihärdigt släkte. I ur och skur kastar dom sina klot. Framgångsrikt! I år vann Solrosen lag 2 första pris i Äldreforums bouletävling, som går varje år. Dessutom kom Solrosen lag 1 tvåa och som inte det var nog tog Solrosen hem en hedrande tredjeplats i Riksmästerskapet. Vi får snart skaffa större lokal för att få plats ,med alla pokalerna.

## Hård debatt på kongressen om höjning av medlemsavgiften!

Förbundsavgiften höjs med 30 kr till 160 kr från och med 2019. Det innebär att Solrosen måste höja avgiften med 30 kr på årsmötet i februari nästa år. För närvarande har föreningen 90 kr att bedriva sin verksamhet med av våra 260 kr. Mindre än så kan vi inte ha om vi ska bedriva verksamheten i samma omfattning som idag.



Besöksadress Ankaret  
Hagalundsgatan 33  
Postadress:

Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon  
08 83 74 63  
E-postadress

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)

Besöksadress Ankaret  
Hagalundsgatan 33

Postadress:  
Hagalundsgatan 33 169 66 Solna

Telefon  
08 83 74 63  
E-postadress

[spf-solrosen.solna@telia.com](mailto:spf-solrosen.solna@telia.com)

Plusgiro 430 70 15 - 0

Hemsida

[www.spfseniorerna.se/solrosensolna](http://www.spfseniorerna.se/solrosensolna)