

SPF SENIORERNA Salem

Avdelning 267 av SPF Seniorerna

Program för hösten 2024

Lördagen den 31 augusti

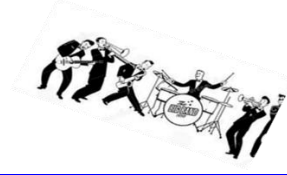
Salemsdagen i Skönviksparken

kl. 12.00 – 16.00

Besök SPF Seniorernas bord och stanna upp och få en pratstund med oss. Vi kan presentera oss och berätta vad vi gör.



SENIORERNA Salem
41 år 12 september



Förra året firade vi 40-årsjubileum med buller och bång och en rejäl fest i Rönningeborgs restaurang, föreningen bildades ju 1983. Nu är vi 41 år fyllda och då är det åter god anledning till att ha en trevlig tillställning. Eventuellt fortsätter vi med denna tradition ända till föreningens 100-årsjubileum, men då får vi nog hyra Friends Arena.

Den 12 september kl 18.00 så ses vi i Kristallsalongen, Rönningeborg. Vi minglar och sippar på ett glas bubbligt vin från ädla druvor (troligen spanska). Så blir det lite musikalisk underhållning; Claes Redler – känd från Sprudlarnas revyer – sjunger ett par Olle Adolphsonalster till ackompanjemang på flygeln av Björn Adelly.

Sedan bjuds det på en måltid i restaurangen, ett glas vin eller alkoholfri dryck ingår. Kaffe med något att knapra på därefter. Traditionellt så blir det lottförsäljning med fina vinster.

Hela kalaset går på måttliga 350 kronor

Välkomna!

Anmälan senast den 2 september till Margareta Johansson,
tfn 073-182 57 94 eller e-post marglinnea@gmail.com

Betalas till SPF Seniorerna i Salem PG 38 10 40-5
eller Swish 123 210 5104 senast den 2 september

***** Avanmälan senast den 2 september *****

Gamla Uppsala Onsdagen den 18 september
Dagsresa



Gamla Uppsala är en av Skandinaviens mest värdefulla och spännande kulturmiljöer. Här låg redan på 500-talet ett politiskt och religiöst maktcentrum. Gamla Uppsala museum ligger vid de tre monumentala Kungshögarna och presenterar platsens sägenomspunna historia. I utställningen finns unika originalfynd, modeller, bildspel och ljudberättelser.

Vi får en guidad visning av museet och därefter lunch på Odinsborgs restaurang. Efter lunchen så kan man gå en promenad på egen hand och titta närmare på Kungshögarna, fast numera får man inte klättra upp på högarna men det kanske vi kan avstå från. Dessutom kan vi besöka den vackra Gamla Uppsala kyrka som finns alldeles i närheten.

På hemvägen gör vi ett stopp inne i Uppsala och besöker Linnéträdgården.
Vi beräknas vara henna igen c:a kl 17.00

Buss avgår från Rönninge C kl 9.20 och från Salem C,
Vårdcentralen kl 9.30.

Anmälan senast den 4 september till Margareta Johansson,
tfn 073-182 57 94 eller e-post marglinnea@gmail.com

Meddela då samtidigt påstigningsplats, tfn-nummer, önskemål om mat
(fisk, kött eller vegetariskt) samt ev matallergi.

Kostnad 495 kronor betalas till SPF Seniorerna i Salem PG 38 10 40-5
eller Swish 123 210 5104 senast den 4 september

Avanmälan utan kostnad senast den 4 september

Onsdag 16 oktober

Medlemsmöte

Kl 11.00

Lilla Murgrönan

Kostnad

50 kronor -
Betalas på plats



Idag får vi träffa kyrkoherde *Ylva Jansson*

Säby kyrka 50 år

- Historik
- Hur ser det ut idag ?
- Visioner och tankar om framtiden



Hampus Lindh, ungdomspedagog
Underhåller oss med sång och musik



SPF Seniorerna Grödinge bjuder in oss till filmvisning av några av Anders Hansers berömda filmer

När Torsdagen den 24 oktober kl 13.00
Var Tumbascenen
Kostnad 125 kr inkl kaffe och bulle

3 korta filmer, ca 70 minuter, om 50-talets Stockholm

- Från Klara till City
- Lennart af Petersens Östermalm
- Vällingby

Anmälan senast den 30 augusti till Irene Beckman, tfn 070-837 47 93 eller
irene.beckman.2@gmail.com

Betalning senast 30 augusti till SPF Seniorerna i Salem
PG 38 10 40-5 eller swish 123 210 5104
*****Avanmälan utan kostnad senast 30 augusti*****

Onsdag 6 november

Medlemsmöte

kl. 11.00

Lilla Murgrönan

Kostnad

50 kronor

Betalas på plats



Rädda Dina gamla foton och minnen innan det är för sent

Lena Seger som under många år varit ledare för räddningsarbetet inom SeniorNet Salem bjuder på tips om hur Du med enkla metoder och redskap kan få ordning och reda på Din bildskatt.



Onsdagen den 11 december Medlemsmöte

kl 11.00

Lilla Murgrönan

Årets böcker

Kostnad

50 kronor

Betalas på plats



Åter får vi träffa bibliotekarier från Salems Bibliotek som berättar om nyutkomna böcker och retar vår läslust. Kaffe, lussebullar och pepparkakor serveras.

Efter presentation av årets böcker följer information om program för våren 2025.





Socialförvaltningen i Salem anordnar

Seniordag på Murgrönan Onsdagen den 25 september kl 10.00—12.00

Förebyggande insatser och aktiviteter

Vi har tillsammans med ett antal organisationer inbjudits att delta och vi kommer givetvis att finnas där.

Passa på och kom till Murgrönan den 25 september och få information om vad vi, kommunen och övriga deltagare har att erbjuda i form av aktiviteter, sysselsättning, mötesplatser och hjälpinsatser.

Välkomna!



SeniorNet Salem

IT-föreningen där äldre lär äldre

Har du problem med datorn?

Barnbarnet har inte tid?

**Välkommen till SeniorNet Salem
som är öppet för alla seniorer**



Vi har öppen datorstuga, där våra handledare hjälper dig att bland annat installera program i din laptop.



Tematräffar med spännande ämnen som vi anordnar en gång i månaden



Cirklar – t.ex. släktforskning, bildhantering, ordning och reda i din dator, Excel, Microsoft Word – lär dig grunderna hur du använder din surfplatta och din smarta telefon.

På SeniorNet Salems hemsida www.seniornetsalem.se

berättar vi mer om de tematräffar och cirklar vi anordnar samt om vår öppna datorstuga.

Hoppas att vi ses hos SeniorNet Salem, Säbyhallsvägen 24, Salems centrum, telefon 073 610 20 30. Kontakta gärna styrelsen eller handledarna; telefonnummer finner du på hemsidan under fliken ”Om oss”.



©www.ClipartsFree.de



Fixarservice

Salems kommun erbjuder personer som är över 70 år, med eller utan hemtjänst, samt personer med funktionsvariation som har hemtjänst, att anlita fixarservice.

Vad är fixarservice?

Syftet med fixarservice är att förebygga och minska fallolyckor i hemmet. De insatser som utförs ska vara tidsmässigt avgränsade (ca 1 timme) och inte akuta. Du har möjlighet att använda dig av Fixarservice en gång per kalendermånad.

Tjänster du kan få hjälp med:

- Uppsättning och nertagning av gardiner
- Byte av glödlampor och säkringar
- Ta ner och sätta upp saker i höga skåp
- Hämta och lämna saker i vinds- och källarutrymmen
- Flytta lättare möbler i bostaden
- Sätt upp tavlor och tavelkrokar
- Ordna med mattor och sladdar för att göra bostaden säkrare
- Förflyttning av balkonglådor
- Montering av brandvarnare och kontroll av batteriet



Vad ingår inte i fixarservice?

Biståndsbedömda insatser, som exempelvis städning och snöskottning, uppgifter som kräver yrkeskunniga hantverkare, (till exempel elektriker/ rörmokare/snickare) eller tjänster som olika serviceföretag tillhandahåller, till exempel fönsterputsning eller teknisk support och installation. Vi har inte möjlighet att montera ihop möbler eller köra sopor och möbler till tipp.

Vad kostar det och hur beställer jag service?

Fixarservice är kostnadsfritt men alla materialkostnader bekostas av den enskilde. För att boka eller få information om fixarservice, kontakta kommunens växel på telefon 08-532 598 00

Senast uppdaterad 22 maj 2024





JULBORD

I

Slutet av november/början av december



I planeringen ligger givetvis sedvanlig gemensam jullunch. Men vid detta programs tryckning hade ingen restaurang något att erbjuda. När, och om, det blir aktuellt kommer vi att informera via SMS, Facebook och vår Hemsida.



Tipspromenad !

I höst fortsätter vi med vår populära lilla tipsrunda vid Garnudden. Vi sätter igång v 36, dvs 5 september. Därefter blir det den första torsdagen i varje månad, dvs 5/9, 3/10, 7/11 och 5/12.

Mötesplats parkeringen vid koloniträdgården. Start kl 10.30.

Medtag fika

Håll gärna utkik på Facebook och Hemsidan,

t.ex. om regnet skulle ösa ner!

”Det finns inget dåligt väder, bara dåliga kläder”

Viktiga frågor för seniorer i Salem Rönninge!

SPF håller inte bara på med resor och andra trevliga arrangemang för medlemmarna. Nej, vi ser det också som viktigt att ha en opinionsbildande och påtryckande funktion. Vår största styrka är att vara obundna gentemot de politiska partierna och att ha fler än 300 medlemmar i kommunen som alla har ett intresse av frågor som berör de seniora samhällsmedborgarna.

Hälsofrågor, vård och omsorg, trygghet både i hemmet och på gator och på torg – det är några exempel på områden som är viktiga för oss. Det finns många fler än så. Gå med i SPF Seniorerna och vi ska hjälpas åt att göra Din röst hörd.

* * * * *
* * * * *

Styrelsens sammansättning

Ordförande

Per Olov Lindberg

Mobiltelefon 070-567 67 06

E-post perolovlindberg@yahoo.com

Vice ordförande

Irene Beckman

Mobiltelefon 070-837 47 93

E-post irene.beckman.2@gmail.com

Sekreterare

Ninni Odell

Mobiltelefon 072-321 71 01

E-post ninnijoa@gmail.com

Kassör

Ulf Malmström

Mobiltelefon 070-768 66 90

E-post ulf@ucotek.se

Klubbmästare och reseansvarig

Margareta Johansson

Mobiltelefon 073-182 57 94

E-post marglinnea@gmail.com

Medlemsansvarig

Olle Glimvik

Mobiltelefon

070-255 65 48

E-post

olle.glimvik@gmail.com

Webb-ansvarig

Sten Halvarsson

Mobiltelefon

072-52 060 52

E-post

sten.halvarsson@hotmail.com

Ledamot

Anita Eininger

Mobiltelefon

073-774 83 41

E-post

aeininger4337@gmail.com

Adjungerad

Lisbeth Wiberg

Mobiltelefon

073-218 88 88

E-post

l.wiberg1@outlook.com

Adjungerad

Margareta Lindberg

Mobiltelefon

070-397 38 24

E-post

margaretalindberg@gmail.com

Adjungerad

Stefan Dagfinn

Mobiltelefon

070—757 80 64

E-post

sdagfinn@gmail.com

E-postadress: info@spfsalem.se

Hemsida: www.spfsalem.se

Förbundets hemsida: www.spfseniorerna.se

Facebook-grupp: SpfSalem

Plusgirokonto: 38 10 40-5

Swish 123 210 5104

Vid betalning, ange alltid datum för evenemanget och Ditt namn, så här: 25/10 NN



Styrelsens sammansättning finns
på sidorna 10 och 11

Du som ännu inte lämnat telefonnr och/eller mejl-adress gör gärna det till Olle Glimvik som är ansvarig för medlemsregistret

Gör gärna som en vana att gå in på vår hemsida www.spfsalem.se någon gång då och då