



Hej senior!

”Här sitter jag på slottet i en av stolarna som Åke Axelsson har tillverkat.”

NJA det är inte helt sant för jag sitter framför en stor bild, som föreställer rummet på slottet, som inredningsarkitekt Axelsson fick i uppdrag av riksdagen att iordningställa inför vår regents 25 år på tronen. Läs mer om studiebesöket i Medlemsbladet.

Det går lätt att manipulera med bilder.

Den nya styrelsen har satt igång att arbeta och vi har fått en ny styrelsemedlem. Vi hälsar Gunilla Johansson välkommen.

På vår hemsida

[SPF Seniorerna Brunnsviken Solna](#)

kan du se hur vi ser ut. Gun Alm Stenflo har hand om hemsidan. Hon ser till att den hela tiden är aktuell. Hemsidan är väl värd att gå in på.

Programgruppen planerar ett halvår i förväg. Ibland blir det återbud från föreläsare och ibland krockar det med andra aktiviteter. Då måste vi ändra innehållet på månadmötet. Så blir det den 23 maj. Vi hoppas att vi får höra Måns Håkansson tala om ”Vädrets miljöpåverkan” i höst.

Med kort varsel sätter vi in en bokbyttardag. Ta med en bok, som du tycker är bra och byt till en annan. Vill ingen byta så måste du ta hem din bok.

Nu ska jag njuta av vårblommor och sol!

Gun Bergman ordf.

FÖRENINGENS POSTADRESS:

SPF Seniorerna Brunnsviken

c/o Håkan Håkansson

Carl Malmstens väg 14

170 73 Solna

Tel: 076 22 35 823

FÖRENINGENS MEJLADRESS:

hakan.o.hakansson@gmail.com

Redaktörer: Gun Bergman, Ingegärd Löf

REDAKTIONENS MEJLADRESS:

ingegerd.lof@gmail.com

PÅ GÅNG

SPF Seniorerna Brunnsviken

Vi samarbetar med Vuxenskolan

Maj

7 Vinprovning, vita viner

8 maj startar Boulen vi "Kulan" och fortsätter på onsdagar kl. 10 - när vädret tillåter. (Kontaktperson sökes)

9 Studiebesök Litografiska museet och vårlunch på Sundby Gård Huddinge

13 Studiecirkel Världspolitik

13 Vincirkel

23 Månadsmöte Bokbyttardag

26 Söndagsmiddag på Småstad

Augusti

29 Månadsmöte

På Sockerbiten i Ritorp

14 maj. Invigning av Boulebanan

11 juni Grillning

Info om Sockerbiten:

Sockerbiten ligger mellan Ritorp och Frösunda.

På Sockerbitens seniorträff har vi olika friskvårdsaktiviteter såsom yoga, cirkelträning, seniorgymnastik samt drop-in-gym och 90+ träning. På Sockerbiten kan du också träffa föreningen Senior Net ett par gånger i veckan. Här finns också ett snickeri i föreningen Snicks regi

Öppettider

Tisdag - torsdag 9.00 - 15.00

Kontakta Stina Pettersson tel 08 746 13 26 för information om aktiviteter.

Presentation av ny styrelseledamot:



Hej, jag heter Gunilla Johansson och blev vid årsstämman i februari invald i styrelsen för SPF Brunnsviken. Mitt ansvarsområde kommer att vara friskvård.

Jag flyttade till Bergshamra för lite drygt ett och ett halvt år sedan och trivs väldigt bra. Jag lämnade Växjö och Småland för att komma närmare mina barn och barnbarn och mina syskon. Jag är född och uppvuxen i Gråstorp i Västra Götaland, mellan Lidköping och Vänersborg, men har under mitt vuxna liv flyttat runt och bott på lite olika ställen av Sverige. Under min tid i Växjö jobbade jag som ekonomichef på Region Kronoberg. Jag tycker det är roligt att vandra i naturen, läsa böcker, sjunga i kör, har tidigare tävlat i orientering och är sekreterare i min bostadsrättsförening. Genom att engagera sig i föreningar lär man känna nya människor, lär sig nya saker och bidrar samtidigt till att göra världen lite bättre.

Den 20 juni 2019 klockan 13.30 firar vi Joseph Martin Kraus vid hans gravmonument på Tivoli udde.

Vi fikar i gröngräset och njuter av smakprov på den underbara musik som Kraus skrev. Joseph Martin Kraus föddes den 20 juni 1756 i Miltenberg i Tyskland och dog 15 december 1792 i Stockholm. Kraus benämns ofta som "den svenske Mozart". Han var född och uppväxt i Tyskland och verkade som musiker vid Gustav III hov. Han dog i TBC ett halvt år efter det att han skrivit den pampiga begravningsmusiken till Gustav III begravning. Kraus älskade att ströva omkring på Tivoli Bergshamra och inspirerades av de vackra vyerna över Brunnsviken. Han skrev i sitt testamente att han önskade bli begravd där.

(Alla som vill delta tar med eget fika.)



Möbelskaparen - Åke Axelsson

Studiebesöket i mars gick till Engarn utanför Vaxholm där Åke Axelsson sedan 80-talet bor och har sin verksamhet. När vi steg in hans stora ateljé blev vi helt tagna av alla vackra stolar som stod där, alla med Åkes design. Redan som barn fattade Åke tycke till att arbeta med trä och började sitt arbetsliv som möbelsnickare, gick sedan vidare och studerade till inredningsarkitekt vid konstfack i Stockholm och utexaminerades 1957.

Intresset för att inreda offentliga miljöer på ett professionellt sätt startade först på 50-talet. Åke har under sin långa verksamhet skapat ett stort antal inredningar och möbler för det offentliga rummet. Åke berättade och visade bilder på de tillhörande möblerna som fanns utställda i ateljén, bl.a. Riksdagens bibliotek, Livrustkammarens styrelserum, Värmlands museum. Ett stort projekt på Stockholms slott var att inreda en salong till kung Karl Gustavs 25 års- jubileum som regent 1998. En tävling utlystes som Åke vann och han skapade med ett modernt formspråk en klassisk inredning i 1700-tals slott, så vackert tyckte vi alla. Åke har fortfarande projekt på gång, vi fick se prototypen till en stol skapad till ett nytt café i Dag Hammarskölds Backåkra. Besöket avslutades med ett besök i verkstaden där prototyper till möblerna tillverkas och jag tror de deltagande herrarna blev imponerade av

den moderna maskinparken. Ett lyckat studiebesök med vackra möbler och stolar med skön sittkomfort som skapats av en man med känsla för vackra former.

Sonja Karlsson

SPF på Puben



SPF Brunnsviken besökte puben The Queen's Head och informerades om pubens öl, mat och historia. Vårt besök var en fin avslutning på de träffar vi haft och provat olika ölsorter. Två personer i vår förening har med gott omdöme och med mycket kunnande ordnat dessa träffar. God stämning rådde på den välbesökta puben i traditionell pubmiljö hämtad från England. "Lite kurios - inredningen kom från en kyrka i England". De vackra mörka panelerna, rustika borden, stolarna och bänkarna samt en del målade kyrkfönster passade perfekt som stämningsfull inredning på puben.

Här fanns ungefär 40 pumpor och över 200 flaskor med olika sorters öl, så det fanns alla möjligheter att prova olika ölsorter. Många av oss valde den typiska pubrätten Fish and chips.

Alla trivdes i den gemytliga miljön och det stora sällskapet. Tack för en trevlig och rolig kväll.

Ingvar Glimälv



Kryssning två huvudstäder Oslo Köpenhamn den 9 – 11 april 2019

En resa till 2 huvudstäder på tre dagar är ju en omöjlighet! Men så trevligt det var! Väderprognosen förutspådde kyla, moln och eventuellt regn. Trots det kom solen fram strax före Arboga och lyste sedan upp hela vår resa. Vi åkte lugnt och tryggt med Håkan som chaufför, och Agneta guidade genom vårt vackra land. Hon delade med sig av sina kunskaper i geografi, historia, litteratur. En och annan barnhistoria fick vi också höra. Från Oslo tog vi färjan till Köpenhamn. Det är alltid trevligt med båtturer med gemensamma måltider då man träffar sina medresenärer. Inte att förglömma mötena i baren då man kan lösa världsproblemen.

Under den guidade turen i Köpenhamn slogs vi av hur många slott som finns där. Naturligtvis måste vi besöka Nyhavn. Där avnjöts smörrebröd och Tuborg i solskenet. Härligt! Sedan med färjan tillbaka till Oslo. Guidad tur i Oslo -bara ett slott! – men Holmenkollen och Vigelandsparken. Tyvärr ingen tur på egen hand till Akers Brygge för en Ringnes.

Vi fick nosa på två fina städer som är värda att besökas en lite längre tid. Tack för en fin resa!

Ingrid och Märten från SPF Solrosen

Två av alla statyer i den fantastiska Vigelandsparken. Där hade jag kunnat tillbringa hela dagen. Foto Ingegärd Löf



RESOR

Hej

Ännu en resa med Silja Line, men den här gången till Åbo och svenska teatern.

Kalevala är ju ett stort finskt nationalepos som många av oss kanske inte är så bekanta med. Om vi blir en liten grupp som åker har jag som förslag att vi träffas en gång innan resan och bekantar oss med handlingen. Någon kanske tom har Kalevalaboken i sin bokhylla, kanske kan man låna den på biblioteket eller hitta något intressant på nätet. Vi får se hur många vi blir, så jag återkommer om detta efter sommaren.

Resans upplägg i övrigt och hur ni anmäler er hittar ni i bifogade Faktablad sid 5.

Se även reseförslag till Hälsingland sid 6.



Kalevala
i Åbo
PAKET
PRIS FR. **2613:-**
per person

Finland

Upplev Kalevala

PÅ ÅBO SVENSKA TEATER

Passa på att pigga upp hösten med en härlig teaterresa till Åbo!

I år fyller Finlands nationalepos Kalevala 170 år, vilket firas stort på Finlands äldsta teater - Åbo Svenska Teater - som även fyller 180 år.

Kalevala är vacker poesi och stundtals en grym saga där föreställningen tar med oss på en hislig resa genom Finlands mörka skogar. Med hjälp av dockteater, nyskriven musik och vild koreografi får vi uppleva denna fantastiska saga på ett sätt som ger runosången rättvisa men som samtidigt är modern.

Vi får även uppleva teatern bakom kulisserna och se några av dess skatter. Vi passar på att se lite mer av Åbo och får en guidad tur samt möjlighet att upptäcka stan på egen hand.

PRIS: B-hytt enkel 2873:-
B-hytt dubbel 2613:-
A-hytt enkel 2993:-
A-hytt dubbel 2673:-

Ingår: Resa tur och retur i vald hyttkategori, à la carte middag ombord, frukost i Åbo, guidad tur i Åbo, visning av teatern, biljett till Kalevala, buffémiddag ombord.

SILJA LINE 

För bokning kontakta: 08-22 08 30

AVRESE DATUM

23 oktober – 25 oktober

PROGRAM

DAG 1

19:30 Avresa med Galaxy mot Åbo
20:00 À la carte middag ombord

DAG 2

07:30 Avstigning i Åbo och frukost på Radisson Blu
Guidad tur i Åbo samt visning av Svenska teatern i Åbo
13:00 Föreställningen Kalevala
16:00 Fritid i Åbo
18:30 Transfer till hamnen
20:15 Buffé: Princess avgår
Buffémiddag ombord

DAG 3

06:10 Ankomst till Värtahamnen i Stockholm

ANMÄLAN TILL:

INA CHURCHILL
inachurchill@gmail.com
070-511 4949

Änge namn, födelsedatum, adress, mailadress, tel.nr och hyttval.
Resan görs i samarbete med Bergshamraseniörerna (Höstlöven, SPF Brunnsviken, Rävlyan)

(Förtydligande av texten)

Upplev KALEVALA på Åbo Svenska Teater

Datum 23 oktober – 25 oktober

PRIS: B-hytt enkel 2873:- B-hytt dubbel 2613:- A-hytt enkel 2993:- A-hytt dubbel 2673:-

Ingår: Resa tur och retur i vald hyttkategori, à la carte middag ombord, frukost i Åbo, guidad tur i Åbo, visning av teatern, biljett till Kalevala, buffémiddag ombord på hemresan.

För bokning/information kontakta INA CHURCHILL inachurchill@gmail.com 070-511 4949

Änge namn, födelsedatum, adress, mailadress, tel.nr och hytt val. Resan görs i samarbete med Bergshamraseniörerna (Höstlöven, SPF Brunnsviken, Rävlyan)

SPF Seniorerna Solrosen inbjuder SPF Seniorerna Brunnsvikens medlemmar att följa med på en resa till Hälsingland och de vackra Hälsingegårdarna. All information finner du här nedan.

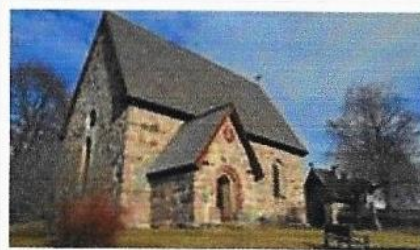
Ina Churchill Resansvarig

VÄLKOMMEN TILL Landskapsresa - HÄLSINGLAND SPF Solrosen v.36 3 – 5 september

Program

Dag 1

- 09.00 Avresa Solna C (Centralvägen vid apoteket)
- 09.15 Bergshamra S (ICA)
förmiddagsfika någonstans på uppvägen
- 12.30 Lunch (Söderhamn)
Em. Besök på Världsarvsgården Erik-Anders i Söderala
Kaffe hos Erik-Anders
Besök i Trönö gamla kyrka
- Incheckning på Bollnäs folkhögskola
- 18.00 Middag på folkhögskolan
- 19.00 Utflykt till Träslottet – kvällskaffe



Trönö gamla kyrka

Dag 2

- 08.30 Avresa till Hudiksvall och Hälsingemuseet, fm. kaffe
Därefter vackra Dellensjöarna och djupa Hälsingekogar
- 12.30 Lunch på Avholmsberget
Vidare till Järvsö och Stenegården
- em. Kaffe på Lill-Babs caffär
Middag på folkhögskolan

Utsikt från Avholmsberget



Dag 3

- 08.30 Avresa Stora Hälsingegårdars väg,
Hälsingegården – Mårtensgården, Edsbyn, guidning.
förmiddagskaffe
- 13.00 Lunch – Växbo Krog
- 14.30 Växbolin, besök i linnefabriken & linnebutiken
Hemresa ca 16.00



Stenegården

Guide:

Bertil Jonshamre – Edsbybo

Anmälan och pris:

Pris 4 360 kr i dubbelrum, enkelrum 4 760 kr. Handpenning, 1 000 kr, betalas till föreningens plusgiro 430 70 15-0 vid anmälan.

Uppge namn, adress, tel, e-post och om dubbel- eller enkelrum önskas.

Information: Solrosens expedition eller Ingrid Andersson 0708-28 86 97 (Ingrid ej tillgänglig 13-28 april). Sista anmälningsdag 25 juli.



Mårtensgården

Besök gärna vår hemsida sök på: SPF Seniorerna Brunnsviken Solna



Direktiv – Solnas pensionärsråd

Inledning

Solnas kommunala pensionärsråd är ett samrådsorgan. Kommunstyrelsen utser dess ledamöter. Syftet med Pensionärsrådet är att staden ska informera och samråda med pensionärsorganisationerna i frågor som är aktuella för de äldre i Solna.

Pensionärerna i staden påverkas av de flesta nämnders ansvarsområden med en koncentration på de ansvarsområden som Omvårdnadsnämnden svarar för.

Eftersom pensionärer i staden påverkas av flera nämnders verksamhetsområden har rådet möjlighet att ha informationsutbyte med stadens olika förvaltningar och bolag. Det förutsätts även att alla instanser nyttjar möjligheten att efterhöra rådets synpunkter i aktuella frågor.

Uppdrag

Rådet är ett samrådsorgan till kommunstyrelsen och omvårdnadsnämnden. Rådet ska kunna fungera som remissinstans och rådgivare i olika frågor som berör de äldre i Solna.

I övrigt ska pensionärsrådet främja:

Samråd

Rådet är ett organ för samråd och ömsesidig information och dialog mellan företrädare för de i Solna boende pensionärerna och Solna stad.

Kunskaps- och erfarenhetsutbyte

Rådet ska bidra till att äldre i Solna får goda kunskaper om staden och dess verksamheter. Det sker genom insatser från stadens sida, men även genom att pensionärsorganisationens företrädare för information om stadens verksamheter till sina medlemmar. På samma sätt ska staden sprida erfarenheter och kunskaper från organisationerna vidare till stadens olika verksamheter.

Arbetsformer

Pensionärsrådet väljs för 4 år och mandatperioden skall sammanfalla med mandatperioden för staden. Staden har sju ledamöter. Pensionärsorganisationer som är rikstäckande och har minst 100 medlemmar från Solna får utse en ledamot till rådet. Någon av stadens ledamöter utses av kommunstyrelsen till ordförande i rådet. Pensionärsorganisationerna utser en vice ordförande. Rådet sammanträder minst fyra gånger per år. Sammanträdena kan ersättas med andra former av sammankomster exempelvis öppna målgruppsanpassade forum, dialoger och informationsmöten. Extra sammanträden får av ordföranden utlysas då det är motiverat. Ordförande ansvarar för att kallelse sänds till rådets ledamöter.

Representant från SPF Seniorerna Brunnsviken är Gösta Bluhm
--