

2022-03-01 Nr 3

Ordförande har ordet!

”Tro, jag vill känna tro. Jag vill känna morgondagen randas här i lugn och ro. Jag vill känna tro” Marie Fredriksson

Dessa rader skrev jag för drygt ett år sedan och då var det tron på att pandemin skulle ta slut. Det gjorde den men nu är det tron på att detta hemska krig i vår närhet ska få ett slut. Mina tankar går till det Ukrainska folket och allt de utstår just nu. Jag vill verkligen känna tro och hopp att detta får ett snabbt slut.

Vårt liv här hemma måste trots detta gå vidare och vi behöver nu positiva inslag för att må bra.

Det som händer närmast är Årsmötet den 9 mars kl 13.00 i Allhuset i saltskog. **Ni måste föranmäla er** antingen på telefon **073-9047384** eller på mail spfholmfast@gmail.com om ni vill delta.

Tänk på att lotter endast kan betalas med kontanter den här gången. Du har under de senaste dagarna fått Programhäftet i din hand. Jag hoppas du hittat några trevliga aktiviteter som du vill delta i. Jag slår fortfarande ett slag för studiecirkeln ”Södertälje historia” med Tina Westerlund. Anmäl dig till Ewa Ahlzén. Gymnastiken behöver fortsatt fler deltagare.

Vårfesten i föreningen sker den 6 maj och där har vi en arbetsgrupp som jobbar.

Inför höstfesten som är satt till den 28 oktober söker vi nu en festkommitté. Tala med dina kamrater och anmäl er till att anordna den festen. Leif tar gladeligen emot anmälningarna.

Till sist

Nu står jag i startgroparna för en resa till Åland om ca 1 timme.

Var rädda om er därute så ses vi på årsmötet nästa vecka.

”Hoppet är det sista som överger människan” glöm inte det ☺

Ebon Eriksson

Ordförande



Till Årsmötet den 9 mars, klockan 13:00 i Allhuset, förutsätter vi att alla är vaccinerade och inte mår dåligt. Föranmälan gäller då vi bjuder på kaffe och semla och vill inhandla rätt antal.

Lotter kan endast betalas med kontanter.

Anmälan gör du till Sylvia Öhrn Andersson på telefon: 073-904 73 84 **snarast**.

Årsmöte 2022. Monas Wienercafé. Mona Rosell, sång och violin bjuder på smekande Wienermelodier och Csardas till pianisten Wojtek Rutkowskis mustiga ackompanjemang. Wien mina drömmars stad, melodier ur Vita hästen, Csardasfurstinnan m.m. som man kan sjunga med i om man vill.



Månadsmöte 13 april

OsteoStrong. Jonas Forsberg, centerchef för OsteoStrong Stockholm berättar om hur man stärker sitt skelett, förbättrar sin balans, hållning och muskelstyrka samt reducerar sin ledvärk. Holmfastkören underhåller.

Månadens lunchutflykt

Utflykten i feburari gick till Mariefred och Gripsholms Vårdhus. Som för dagen erbjöd färsbiff med tzsiki alternativt en mustig fisk gryta med skaldjur. Oavsett vad vi valde så var all mycket nöjda med maten och inte minst med trevligt sällskap i en härlig miljö under em samtal väcktes frågan om vart vi skulle åka nästa gång. Gruppen blev överens om att Södertuna Slott var ett trevligt mål att se fram emot så vi var ett mycket nöjt gäng som åkte hem efter en trevlig utflykt.

Nästa utflykt blir då Södertuna Slott som ligger utanför Gnesta. Slottet som har anor från 1600 talet är idag ett populärt konferens och SPA hotell i vacker vacker miljö vid Frösjön.

Dom har även ett väl rekommenderat kök så vi kan se fram emot en god lunch i härlig miljö.

Tid Torsdagen 17 mars 13:00 samling Centralens parkering.
Anmälan till Erik Karlsson för samordning och ev frågor 070-521 42 33 alt. karlsson-erik@telia.com



Nytt avtal med Ritz

Som framgår i Programhäftet som ni bör ha fått hem i brevlådan så har vi gjort ett längre avtal med Ritz som vi nu kommer att ha som vår mötesplats på tisdagar. Avtalet innebär att vi erbjuds dagens lunch mellan 13:00 - 15:00 för 80:-. Om du inte är hungrig kan du ta ett glas vin/öl eller mineralvatten. Varje tisdag bjuds vi på äkta italiensk aperitivo: ostar, salami, oliver, lufttorkad skinka m.m. Boka gärna upp en tisdag så ses vi på Ritz, så garanteras du trevligt sällskap med många SPF:are. Välkomna!

Linedance

En av våra populära aktiviteter är Linedance som utövas i Allhuset på tisdagar mellan 10:00 – 11:30. Den aktiva gruppen är idag ca 15 personer som har dansat i flera år. De är nu på en relativt avancerad nivå, varför det för dagen är svårt för nybörjare att kunna delta. Men är du intresserad av denna populära dans form så anmäl ditt intresse till **Marie-Louise Lundh på 070-652 12 56** som då har dig med på intresselistan för att starta upp ytterligare en grupp. Känner du att du skulle kunna vara intresserad av att leda en grupp så är du välkommen att höra av dig.

Ny aktivitet.

Utifrån intresseanmälningar planerar vi att under våren starta upp en studiecirkel kring Södertäljes historia. Cirkeln kommer att ledas av Södertälje profilen **Tina Westerlund**. Den kommer att hållas i Allaktivitetshuset den 6 & 20 april samt 4 & 18 maj mellan 13:00 och 15:30. Cirkeln sker i samverkan med ABF Södertälje-Nykvarn.

Kostnaden är 250 kr. och förutsätter 16 deltagare

Anmälan sker till Ewa Ahlzén på 070-373 52 32 **snarast**.



Nya medlemmar som vi hälsar välkomna:

Karin Östlund
Gunnar Östlund

Bilagor:

- Månadsbrev mars, Mötesplatserna
- 1, 2 eller 5 poäng Frågor
- Svar