



Intet är som väntanstider,
vårflodsveckor, knoppningstider,
ingen maj en dager sprider
som den klarnande april.
Kom på stigens sista halka,
skogen ger sin dävna svalka
och sitt djupa sus därtill.

Förra veckans vandring gick till Älvesta via Flottsbrobacken, där vintern inte riktigt släppt greppet. Det har tyvärr inte heller coronaviruset gjort, så vi befinner oss alla i väntanstider ytterligare en tid.



Det blir inga lättnader i restriktionerna den 2 maj som vi hade hoppats på. Den 15 maj kommer nya direktiv, så tills vidare kvarstår planen på ett första månadsmöte den 31 maj, även om prognosen är osäker. Samma sak gäller den planerade Folkhälsoveckan den 17–21 maj.

Aktuellt:

On 28/4 kl 11.00 Veckans vandring: Vi samlas vid Stendalsbadets parkering i Tullinge och går mot Flottsbro. Tag med fika!

Längre fram:

Tillsammans med Grödinge SPF kommer vi att delta aktivt i den folkhälsovecka som förbundet anordnar den 17–21 maj. Det blir utomhusaktiviteter runt om i kommunen samt digitala föreläsningar. Mer information nedan. (Men det hänger på FHM och regeringen!)

Vänliga hälsningar från oss i styrelsen gm

Elisabeth Bäckman, ordförande, och *Håkan Thunberg*, redaktör

PS: Diktcitatet kommer från Karlfeldt, Fridolins visor 1898

Kontaktuppgifter:

Elisabeth Bäckman: elisabethbackman@outlook.com 072-253 63 39 Krokvägen 8, 14638 Tullinge	Håkan Thunberg: hakanthunberg5@gmail.com 073-962 03 34
Anders Magnusson andersmagnusson7@gmail.com 073-979 17 88	Saga Andersson anderssonsaga@outlook.com 070-870 66 54
Lennart Blixth blithlennart@gmail.com 070-322 00 17	Ingegerd Johansson ingegerd.johansson.99@gmail.com 070-446 48 06
Jarl Johansson jarl@percico.com 070-755 32 55	Kerstin Risveden kerstin.risveden@outlook.com 070-749 05 12

Jens Vollmer jensantonvollmer@gmail.com 070-696 06 54	
---	--

SPF Seniorernas FOLKHÄLSOVECKA

17-21 maj

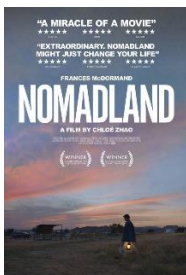
Ur programmet – digitala föreläsningar med:

- **Idriz Zogai**, förbundskapten för Svenska Minnesförbundet.
- **Malena Ivarsson**, socionom och klinisk sexolog.
- **Sofia Åhman**, idrottsläraren med hemmagympan som räddat vår träning under pandemin.
- **Bertil Marklund**, professor i allmänmedicin och folkhälsa på Göteborgs universitet.
- **Gösta Bucht**, sakkunnig i vård- och omsorgsfrågor inom SPF Seniorerna.
- **Mai-Lis Hellénus**, läkare och forskare med fokus på att förebygga hjärt- och kärlsjukdomar.

spfseniorerna.se/folkhalsovecka

Tumbascenen bio

Hej kära biopublik! Vi saknar er och det är säkert många av er som saknar att gå på bio i Tumba. Därför har vi nu tagit ett försiktigt steg att öppna upp Tumbascenen igen, med de restriktioner som gäller för offentliga evenemang. Vi tänker starta med några av de svenska filmer som vunnit olika priser som presenterades på Guldbaggegalan i måndags. **Vi har ett maxtak på 8 besökare per föreställning och säljer endast biljetter via förköp. Om det är någon av filmerna som blir slutsålda och fler av er vill se den filmen så kommer vi efter hand att lägga in extra föreställningar.** Håll koll på vår hemsida tumbascenen.se. Där finns också länkar till biljettköp för varje film.



Oscarsnominerade **NOMADLAND** visas på Tumbascenen Bio

Söndag 25 april klockan 19.00

Onsdag 28 april klockan 19.00

Torsdag 29 april klockan 14.00

Från 7 år, längd 1:47. Biljettpris 120 kr. 20 kr rabatt för medlemmar i HSB, HGF och BOKA personalförening. För biljettköp, klicka på önskat datum ovan. Max 8 besökare per föreställning.

I filmen får vi följa Fern (Frances McDormand), en kvinna som, efter den ekonomiska kollapsen i den lilla staden på Nevadas landsbygd, packar sin bil och ger sig ut på vägarna för att upptäcka livet utanför det konventionella samhället, som en modern nomad. I filmen träffar vi verklighetens nomader, Linda May, Swankie och Bob Wells som blir Ferns mentorer och vänner under hennes utforskning av det vida landskapet i västra USA.

I rollerna:

Frances McDormand, David Strathairn, Linda May, Patricia Grier, Bob Wells, Gay DeForest



Oscarsnominerade **MANK** visas på Tumbascenen Bio

Måndag 26 april klockan 14.00

Tisdag 27 april klockan 16.00

Torsdag 29 april klockan 19.00

Från 11 år. Längd 2:11. Biljettpris 120 kr. 20 kr rabatt för medlemmar i HSB, HGF och BOKA personalförening. För biljettköp, klicka på önskat datum ovan.

David Finchers "Mank" tar oss till 30-talets glamorösa Hollywood för att berätta historien om arbetet bakom Orson Welles kritikerrosade film "Citizen Kane". Gary Oldman spelar den alkoholiserade manusförfattaren Herman J. Mankiewicz som kämpar med att färdigställa ett manus åt Welles.

Mank är även en who's who över 30-talets Hollywood med Louis B Meyer, Marion Davis, David O Selznick, Rita Alexanser, William Randolph Hearst, John Houseman, Irving Thalberg, Sara Mankiewicz och Ben Hecht.



EN RUNDA TILL visas på Tumbascenen Bio

[Tisdag 27 april klockan 19.00](#)

Från 15 år. Längd 1:57. Biljettpris 120 kr. 20 kr rabatt för medlemmar i HSB, HGF och BOKA personalförening. För biljettköp, klicka på önskat datum ovan.

Det finns en teori om att människan är född med en halv promille för lite. Vi känner alla till att alkohol i blodet öppnar sinnet för omvärlden, problemen verkar mindre och kreativiteten ökar. Efter det första glaset flyter samtalen lättare och nya möjligheter öppnar sig. Martin är gymnasielärare. Han känner sig gammal och trött och hans äktenskap har gått i stå. Uppmuntrad av teorin inleder Martin och hans tre vänner ett experiment att ständigt vara alkoholpåverkade. Om Churchill vann andra världskriget i en tät dimma av sprit, vad kunde de starka dropparna inte göra för dem och deras studenter?

I rollerna:

Mads Mikkelsen, Lars Ranthe, Magnus Millang Thomas Bo Larsen m fl

Regi – Thomas Vinterberg

THE END