



# BROMMA

Information till medlemmarna i SPF Bromma.

№ 1 Januari 2015

## Bostadslotteriet 1918-19 i Äppelviken

Vid seklets början rådde stor politisk osäkerhet kring bostadsfrågan, trots många olika initiativ för att försöka komma tillrätta med det bostadselände som var en följd av första världskrigets ekonomiska tillbakagång. Hyresgästerna var en rättslös och utsatt grupp och det var svårt att få lån. Vintern 1917 bildades Stockholms hyresgästförening för att kunna tillvarata hyresgästernas intressen gentemot de spekulativa fastighetsägarna. Ett av de första besluten var att på förslag av politikern Mårten Granqvist anordna ett bostadslotteri. Inkomsterna av lottförsäljningen skulle gå till uppförande av bostäder. Civildepartementets beslut tillät en summa på en miljon kronor.

Lotteriet blev en succé. Första pris var en sexrumsvilla i Äppelviken och Äppelviken blev platsen för alla bostadsvinsterna. De två andrapriserna bestod i en villa om tre rum och kök och därefter följde sammanlagt 48 pris som bestod av smålägenheter, samt 49 pris på totala möbeluppsättningar.

Arkitekten John Åkerlund ritade husen som byggdes i ett kvarter i Äppelviken som sedermera fick namnet Bostadslotteriet. 1919 stod de första husen klara i Äppelviken, och vinnarna kunde flytta in. Sexrumsvillan vanns av skådespelarparet Alice och Ernst Eklund. Även senare har villan varit skådespelarbostad då Anders Henriksson och Aino Taube bodde där. De 48 smålägenheterna i två tvåfamiljsvillor och i ett större flerfamiljshus ("Långa Huset") byggdes också 1918-19 i kvarteret.

"Långa Huset" vid spårvagnshållplatsen Klövervägen (bild) bestod från början av 48 smålägenheter med gas-/vedspisar och kakelugnar, som de flesta lägenheterna har kvar. Huset saknar fortfarande centralvärme och varmvatten.



Varje innehavare får själv ordna detta. Teodor Rådberg, född år 1900 och föreningens kassör i 60 år, bodde i samma lägenhet 1930-1991, var den som bott längst i huset. "Kypar-Karlsson" som bodde i lägenhet vid S:t Eriksplan hade ett rum i huset vid Alviksvägen som sommarställe.

På 70-talet började man slå ihop lägenheterna. Idag finns det bara 20 lägenheter i "Långa Huset". Det har aldrig funnits någon kollektivtanke i huset, men man månade om varandra. Det finns gemensam verkstad, tvätt-

stuga och till varje lägenhet hör mat- och vedkällare.

1970-73 framfördes det klagomål från grannarna på eftersatt underhåll av fasaden och man blev ålagd av Stockholms stad att rusta upp huset vid Alviksvägen och de två gula villorna. Resultatet blev plastpanel runtom på huset vid Alviksvägen. Under 40- och 50-talen fanns det många barn i huset och under 60- och 70-talen var det populärt för studenter att hyra ett rum i huset.

Vid tiden för byggandet av bostadslotteriets hus förvaltades dessa av Bostadsföreningen 1917 års bostadslotteri ut på för att 1995 ombildas till "Bostadsrättsföreningen 1917 års bostadslotteri".

CLAES LYTTKENS

### KÄLLOR:

- Brommaboken 2007, Bromma Hembygdsförening, sid: 120.
- Brommaboken 2009, Bromma Hembygdsförening, sid: 77.
- En bostad för hemmet, Idéhistorisk studie av Kerstin Thörn.
- I kamp med nuet, Elisabeth Wredberg, 1987 (avhandling).
- Intervjuer med Lisa och Kalle Björkling, Alviksvägen 80 och Örjan Sjöberg, prof. i ekonomisk geografi, vid HHS i Stockholm.

Äldreomsorgschef  
Anders Broberg

➤ Se sidan 3

VI - inte vi och dom

➤ Se sidan 4

Kallelse till årsmötet

➤ Se sidan 5



## Ordförande Lena har ordet:

### Tvungen att byta husläkare



Funderar över Barbro Westerholms önskan att byta ordet pensionär mot "årsrika" och Bodil Jönssons beskrivning av oss äldre i sin nya bok Silver. Båda framhåller hur värdefull all den kunskap och alla de erfarenheter är som vi över 65 kan bidra med och visst är det så. Som kontrast åhörde jag en dialog mellan en mamma i 40-årsåldern och hennes döttrar (i 8 och 10-årsåldern) igår: "Ni förstår att det får man räkna med att man är mycket långsammare i den åldern. Mormor är ju 60 år." Förbundet har ju bland annat Åldersdiskriminering på sin agenda och det tål att diskuteras.

Själv har jag medverkat till detta under de senaste veckorna fastän gentemot den yngre generationen. Mina förväntningar på det nya äldreborgarrådet som kom på skam redovisar jag i rapporten från pensionärsrådet. När jag fick

veta att jag var tvungen att byta husläkare och skulle få en ung kvinna med utländskt efternamn gick jag till vårdcentralen och tänkte att det blir väl en kvart med någon som inte bryr sig om en så gammal patient. Tänk om jag inte ens förstår vad hon säger. Fy mig – hon ägnade mig ungefär en timme och hon talade utmärkt svenska! Så nog får även vi äldre fundera över våra förväntningar på andra ibland!

Nu är det snart årsskifte och du håller det sista som egentligen är det första numret av tidningen för år 2015 i din hand.

Inbetalningskortet för medlemsavgiften 2015 kommer att skickas ut i ett separat kuvert i början av året.

Årsmötet äger rum den 2 februari i Brommasalen och då ska ordförande, styrelse, valberedning och revisorer väljas. Några av ledamöterna i styrelsen har undanbett sig

omval varför valberedningen söker kandidater som vill åta sig något av uppdraget. Om du själv vill eller önskar föreslå någon kontakta Kjell Palmqvist eller Kerstin Törestad i valberedningen!

Så vill jag tacka alla er medlemmar för 2014 och önska att vi får ett bra nytt år tillsammans! Jag vill särskilt tacka er som på olika sätt medverkar till att verksamheterna fungerar. Ni som ser till att vi får gott kaffe på månadsmötena, ledare för alla friskvårdsaktiviteter som så många deltar i, Äldrefrontens medlemmar som medverkar till att äldreomsorgen utvecklas på ett bra sätt, hemsideredaktören. Ja det skulle kunna bli en hel tidning med personer som gör att SPF Bromma är en bra förening att vara medlem i.

*God Jul och Gott Nytt År!  
önskar ordförande Lena.*



**BROMMA**

Informationsblad till medlemmarna i SPF Bromma.

Redaktion: Hans Edenhammar, Lena Hedquist, Claes Lyttkens, Birgitta Örnbrand och Björn Wahlberg.

SPF Bromma trycks av AB Norrmalmstryckeriet, Sollentuna.

Nästa nummer av SPF Bromma kommer ut 24 april 2015.



### Gott och blandat vid SPF Brommas månadsmöten

Utan överdrift kan vi väl enas om att 2014 års månadsmöten varit omväxlande, intressanta och underhållande. Vi har lyssnat på kunniga föreläsare, proffsiga artister och verkliga personligheter.

Själv minns jag särskilt Henrik Ennart och Christian Reimers, Albin Flinkas och Fredrik Meyer, Suzanne Axell och alla andra som förgyllt våra träffar.

Min förhoppning är att våren 2015 ska bli lika trevlig. Vi inleder säsongen med svängig jazzmusik och humoristisk show. Det blir besök av polisen i februari. I mars får ni träffa en TV-kändis, en av domarna i Hela Sverige bakar. Höjdpunkten kan mycket väl bli en föreställning i ord och ton om Barbro Hörberg och hennes visor. Det blir ännu mer musik och allsång med Västergökarna och som final jazzmusik igen i Ängbykyrkan.

Väl mött 2015!

LENA MALMSTRÖM

## Anders Broberg, chef för äldreomsorgen i Bromma, på månadsmötet

**T**ill månadsmötet den 18 november i Ängbysalen hade vi bjudit in Anders Broberg som sedan ett år är chef för äldreomsorgen i Bromma stadsdel och brett honom informera om sitt uppdrag och om vad som är på gång inom hans ansvarsområde.

Hans uppdrag som tjänsteman är framför allt att utifrån politikernas viljeinriktning använda tillgängliga resurser så att de övergripande politiska målen om värdegrund etcetera uppfylls. Han betonade att mycket inom äldreomsorgen styrs av lagstiftning och riktlinjer för verksamheten, bland annat sociallagstiftningen. Anders beskriver sig själv som en tjänsteman som vill lyssna vad de så kallade brukarna/kunderna har för önskemål och som är mån om att det är de individuella behoven hos den äldre som ska styra insatserna så långt det är möjligt.

I Bromma är 17 hemtjänstföretag utförare av hemtjänstinsatser och det finns tre vård- och omsorgsboenden inom egen regi. Dessutom finns tre biståndsbedömda dagverksamheter med demen-

sinriktning, Mary's café på Mälarbacken som en träffpunkt för äldre och Friskvårdcentrum på Tunet dit alla över 65 år välkomna. Om man som anhörig vill träffa anhörigkonsultanten får man numera bege sig till Växthuset i Vällingby.

Anders berättade också om sitt engagemang för samverkan mellan forskning och verksamheten på fältet. Så mycket finns att utveckla inom detta område inte minst beträffande tekniska hjälpmedel. Bromma är en av de fyra stadsdelar som av Äldreförvaltningen utsetts att vara nära knuten till KTH och Karolinska institutet. Bromma ligger också i fronten när det gäller samarbete mellan landsting och kommun, något som framför allt gagnar de allra mest sjuka äldre. På Kungsholmen finns en utbildning i vård och omsorg som kallas college och från den skolan kommer vår stadsdel att ta emot 30 studenter som är under utbildning till undersköterskor. Att vara handledare för dessa studenter ger ett incitament för att tänka efter och reflektera över varför man gör det man gör, som Anders uttryckte det.



Det var många i publiken som ställde frågor till Anders. Kan man få tillbaka IT-stödet som tidigare fanns i Bromma? Vad gör förvaltningen för att förhindra fallskador hos äldre? Hur ser du på samarbetet med landstinget? Är det många som söker arbete inom äldreomsorgen och hur ser kraven ut för att få anställning? Vad tycker du om servicehus respektive trygghetsboende? Vad har biståndshandläggare för kunskaper om sjuka äldre? Hur framför man eventuella klagomål?

Några av frågorna bad Anders att få återkomma om och lovade att återkomma vid ett senare tillfälle, något som vi ser fram emot!

**LENA HEDQUIST**

## Rapport från Pensionärsrådet

Eftersom jag också är ledamot i det kommunala pensionärsrådet där representanter från SPF och PRO träffar Äldreförvaltningens chef och tjänstemän en gång i månaden börjar jag med information från det senaste mötet där. Vi hade nämligen besök av det nytillträdde äldreborgarrådet Clara Lindblom (v) som skulle informera om sina tankar om vad en god äldreomsorg i vår kommun är. Mycket intressant! Hon har inte fyllt 30 och har inte arbetat med frågor om äldreomsorg tidigare. Hur kan en så ung person få ett sådant uppdrag låg i luften när vi

på det timslånga förmötet förberedde oss med frågor att pröva henne med? Kanske ett utslag av åldersdiskriminering fastän åt andra hållet.

Alla våra farhågor kom på skam. Vi mötte en person som på ett empatiskt sätt lyssnade på våra frågor men också hade en mycket genomtänkt uppfattning om vad hon vill ändra på. Många områden som sammanföll med rådets uppfattningar om vad vi önskar, till exempel slippa den detaljstyrning av de insatser vi kan få som äldre av hemtjänsten. Frågan om hur boenden för äldre ska plane-

ras, behov av ökade resurser till äldreomsorgen, ökade bidrag till ideella organisationer som vänder sig till äldre, mer vetenskapligt utformade utvärderingar av äldreomsorgen för att nämna några av de områden hon ville diskutera med oss.

I pensionärsrådet vid Bromma stadsdelsförvaltning har få frågor berört äldreomsorgen vid de senaste mötena eftersom de nyvalda ledamöterna i stadsdelsnämnden ännu inte hunnit komma på plats.

**LENA HEDQUIST**

## ”VI – inte vi och dom”

**M**åndagen den 17 nov  
inbjöd Äldrefronten  
i samarbete med Ma-  
ry's café, Mälarbacken till en  
föreläsning om demensvård.  
Föreläsaren Kerstin Lundström  
presenterade sig som en som  
”vigt sitt liv åt demens.” KL  
har arbetat mer än 40 år med  
detta, till att börja med som  
sjuksköterska och föreståndare.  
Direkt kontakt med dementa  
och närstående samt en mängd  
uppgång nationellt och inter-  
nationellt har utvecklat och vid-  
gat hennes imponerande kun-  
nande. Idag ger KL bl a kurser  
för unga med dementa föräldrar.

Kvällens rubrik ”VI - inte vi och  
dom” underströk att vi behöver  
arbeta tillsammans: anhöriga,  
personal och den demente. Vi kan  
te hjälpa den demente att minnas.  
Här är en LEVNADSBERÄTT-  
ELSE nödvändig - om hur livet har  
sett ut tidigare – för att personal  
ska kunna ge god vård. BÖRJA  
gärna IDAG att skriva din egen  
berättelse uppmanade KL – nöd-  
vändig den dag du själv drabbas  
av problem med minnesfunktion!

I dag beräknar man att 60-  
70 personer om dagen får dia-  
gnosen demens i vårt land. För  
att få rätt vård krävs en diagnos;  
olika typer av demens kan kräva  
olika behandling. Forskning och  
praktisk kunskap om hur man  
på bästa sätt kan utforma vården  
finns, men den allmänna kunska-  
pen om demens är fortfarande  
oacceptabelt låg.

KL gav många exempel på hur  
man kan hantera sk BPMS, dvs  
beteendemässiga, psykiska sym-  
tom vid demens som aggressivi-  
tet, utagerande, isolering mm.  
Musik har visat sig skapa gen-  
vägar i kommunikationen. En  
person som helt låser sig inför  
t ex duschning kan bli hjälpt av  
s k ’Vårdarsång’ - av att vårdaren  
kommunicerar med sång! Kort-  
tidsminne och planeringsför-  
måga försvagas hos många, men  
känslominnet finns kvar. Här finns  
en mängd material som kan vara  
till hjälp.

Just nu har KL tillträtt en nyin-  
rättad halvtidstjänst som MIN-  
NES-LOTS i Uppsala kommun,

den enda i  
Sverige. Upp-  
giften är att  
vara en aktiv  
kontaktpers-  
son och råd-  
givare till en-  
skilda och till  
institutioner,  
kunna samtala med personer som  
oroar sig för sin egen eller när-  
ståendes minnesfunktion/dåliga  
minne. Behovet av samtal, infor-  
mation och kunskap om demens  
är genomgående.

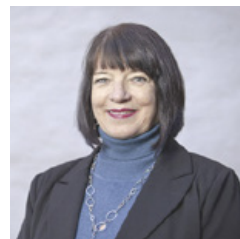
I anslutning till Minneslots-  
mottagningen finns en utställning  
över Minneshjälpmiddel.

KL presenterade en del av dem  
för oss och fick många frågor. Det  
blev en intensiv och lärorik kväll.  
En fråga hänger kvar: Hur kan  
vi tillsammans verka för ett kun-  
skapslyft när det gäller demens?

Läs mer om KLS arbete och få  
tips på [www.Octopusdemens.se](http://www.Octopusdemens.se)

Bl a ex på hur man skriver en  
Levnadsberättelse.

**ESTER MOGENSEN**



*Di på redaktionen tillönskar  
alla våra läsare en fröjdefull jul  
och ett aktivt SP7 år 2015.*



## Kallelse till Årsmötet 2015

Årsmötet äger rum den 2 februari kl.13.00 i Brommasalen, Alviks kulturhus.

Föredragningslista, valberedningens förslag och andra handlingar som ska behandlas på mötet finns tillgängliga på hemsidan och hos kassör Hans Edenhammar.

Eventuella motioner ska ha kommit styrelsen tillhanda senast sex veckor före årsmötet.

Bland de ärenden som ska behandlas på årsmötet finns beslut om stadgeändringar i enlighet med de beslut som togs på SPF:s kongress 2014. Årsmötet ska bland annat fatta beslut om nytt namn för föreningen som en följd av att förbundet kommer att heta SPF Seniorerna. Styrelsen föreslår att föreningen ska heta SPF Seniorerna Bromma.

Beslut ska också fattas om avgiften för 2016. Föreningen har en bra ekonomi och styrelsen föreslår därför oförändrad avgift 230 kr.

Härav går som tidigare 110 kr till förbundet, 60 kr till Stockholmsdistriktet och 60 kr till SPF Bromma.

SPF Bromma erhåller totalt cirka 100 tkr i medlemsavgifter plus 37 tkr i bidrag från Stockholms Kommun. Huvuddelen av inkomsterna används för vår egen tidning. 2015 års verksamhet beräknas i skrivande stund (slutet november) ge ett mindre överskott.

*Väl mött på årsmötet i februari!  
Lena Hedquist*

---

## Verksamhetsplan 2015 för SPF Bromma

SPF Brommas styrelse fasställde nyligen en verksamhetsplan för 2015 som i sammanfattning innebär att vi kommer att

- Via vår arbetsgrupp Äldrefronten fortsätta vårt arbete med att fördjupa och utvidga samarbetet med de vård- och omsorgsboenden som finns inom Bromma liksom med Minnesmottagningen på Bromma sjukhus,
- fortsätta att stödja anhöriga bland annat genom att anordna seminarier och föreläsningar,
- i samverkan med framför allt Mälarbacken medverka i utbildningen av personalen där,
- etablera kontakt med andra pensionärorganisationer inom Bromma för att samarbeta kring frågor i pensionärsrådet vilket också kan innebära mer kontakt med politikerna i stadsdelsnämnden,
- via en nybildad arbetsgrupp arbeta med frågor som gäller hemtjänstverksamheten i stadsdelen,

- försöka bilda en grupp vars uppdrag är att fokusera på boende för äldre i Bromma,
- via kommunikationsgruppen satsa på att få fler medlemmar att lämna sina epostadresser för att snabbare kunna ge information,
- vidareutveckla vår hemsida till att omfatta ett ökat innehåll med länkar till användbar information på olika områden,
- i samarbete med Vuxenskolan försöka få till stånd utbildning om mobiltelefoner och IT,
- fortsätta att ordna månadsmöten av hög kvalitet i samarbete med Vuxenskolan samt erbjuda andra aktiviteter som gagnar vi-känsla och samhörighet, t.ex gemensamma bio- eller teaterbesök samt studiebesök och del i resor samt
- fortsätta att utveckla friskvårdsaktiviteterna.

**LENA HEDQUIST**

## Seniorkören Västergökarna behöver fler sångare

Vi är en trevlig kör med en mycket entusiastisk, och duktig körledare, Axelina Lindholm, som också är uppskattad solist och estradör. Vi behöver fler sångare, helst tenorer och basar men även sopraner och altar är välkomna.

Att sjunga i Västergökarna är härligt. Då vi sjunger "Dotter Sion" rycks hela kören med i denna hyllningssång. Runt omkring dig hör du glada röster som sjunger med full kraft. Det är en härlig känsla att stå där och sjunga själv. Att sjunga är inte bara upplyftande genom sången utan också ett trevligt sätt att lära känna omkring 45 personer i din egen ålder och med ganska likartad bakgrund. Många kommer från Bromma och har vuxit upp här.

Vi sjunger på tisdagar mellan klockan 9.30 och 11.45 i Ängbysalen i Ängby Kyrka (Islandstorgets tunnelbanestation). Ta kontakt med Göran Lundquist telefon 070-660 51 89, 08-13 03 22 eller golund1@gmail.com alternativt Björn Elinder telefon 070-288 66 28, 08-37 11 52 eller bjorn@elinder.se



## Lunch tillsammans fortsätter

Antalet deltagare vid vår månatliga lunch tillsammans har gått lite upp och ner under året. Vid den senaste lunchen den 27 november var vi sju stycken, fyra män och tre kvinnor. Vi hade väldigt trevligt. Alla tyckte att vi ska fortsätta nästa år. Och så blir det. Luncherna blir som tidigare kl 13.00 på Gustafs Matsal, Gustavslundsvägen 149 i Alvik (nere vid vattnet granne med nya höghuset).

Följande dagar gäller:

- torsdag 29 januari,
- onsdag 25 februari,
- tisdag 24 mars,
- onsdag 29 april samt
- torsdag 28 maj.

KARIN WILBORG OCH HANS EDENHAMMAR

## Vår hemsida

Jag hoppas du sett att vi moderniserat vår hemsida med ökat innehåll. Adressen är [www.spf.se/bromma](http://www.spf.se/bromma). Om du själv inte har tillgång till en dator eller läsplatta kan du kanske be någon annan att visa vår hemsida på sin dator.

Varje sida består av tre spalter: en vänsterspalt för flikar med vars hjälp man navigerar på hemsidan, en mittenspalt där informationen finns och en högerspalt för meddelanden (reklam) från SPF-distriktet eller förbundet.

Vi börjar vår vandring med uppgifter om våra månadsmöten. Här finns uppgift om tid och plats och vad för underhållning vi erbjuder. Vi går vidare till fliken för vår egen tidning SPF Bromma. Tidningen sänds ut som papperstidning till alla medlemmar, men kan också fås i elektronisk form som s.k. PDF-fil. Dessutom kan du läsa den här på hemsidan. Här finns också alla gamla nummer – bara ett klick bort.

Därefter följer flikar som leder oss till information om de olika aktiviteter som föreningen erbjuder, vandringar, boule, bridge och bowling. Vidare det program som Studieförbundet Vuxenskolan utformat i samarbete med SPF. Nästa flik ger upplysning om sångkören Västergökarna.

Därnäst kommer en grupp flikar som vi kan använda för att öka kunskapen om vår situation som äldre i Bromma. Där finns information om kommunal service som Äldre direkt, Trygghetsjouren, Stadsdelsförvaltningen och Fixartjänsten. Vi kan läsa om hur det är att vara anhörig till en dement make/maka och uppgift om vissa bidrag och förmåner som man kanske inte känt till. Innehållet i alla dessa OM-flikar kommer att utökas och förses med sökfunktion. Om det blir aktuellt att välja hemtjänstföretag har vi värdefull statistik här.

Under fliken Kultur och Nöjen kan vi läsa om intressanta föredrag som berör pensionärer och ta del av erbjudanden från t.ex. Kulturhuset eller Stadsbiblioteket.

Om föreningen, heter en flik som visar formalia om styrelsen, årsredovisning, årsmötesprotokoll och medlemsförmåner.

Är du intresserad av att utveckla och administrera vår hemsida? Kontakta i så fall undertecknad.

INGVAR KOHLSTRÖM, WEBMASTER

### **OBS! OBS! OBS!**

**Faktura på årsavgift för 2015 kommer i en särskild försändelse med Posten i januari.  
Årsavgiften är på 230 kr, vänta med att betala tills fakturan har kommit,  
så blir det enklare för oss alla.**

*Trevlig helg! Önskar kassör Hans Edenhamar*

## Föreningens aktiviteter vintern 2015.

### Onsdagsvandringar kl 10

#### t o m 18 mars

Var vi går bestäms från gång till gång beroende på vädret. Avslutning på fik.

Samling vid Alviks T-bana, utgång mot Vidängsvägen.

Vandring cirka 5 km. Avslutas på fik.

Ledare Britta Alsterman (073 686 53 70) och Hans Edenhammar (073 912 98 98).

### Kultur- och motionsvandringar

#### Onsdagar kl 10 fr o m 25 mars

Samling vid Alviks T-bana, utgång mot Vidängsvägen.

Vandring cirka 5 km. Ta med fika.

Räkna med 4-5 timmar inkl resa.

Ledare: Karl-Erik Karlsson, tel 26 40 41

25/3 Karl-Erik Karlsson

8/4 Hans Edenhammar, Hägersten

15/4 Birgitta Widne, Räcksta-Kanaan

22/4 Britta Alsterman, Reymersholme

6/5 Hans Edenhammar, Vinterviken

20/5 Per Lundberg

27/5 Gun Nygård, Nacka Strand

3/6 Karl-Erik Karlsson

### Stavgång Alvik

#### Tisdagar kl 10 fr o m 17 mars

Samling vid Alviks T-bana, utgång mot Vidängsvägen.

Ta med fika o sittunderlag.

17/3 Norra Hammarbyhamnen

24/3 Lötsjön och Råstasjön

31/3 Solna Strandväg

7/4 Naturreservatet Kyrksjölöten

14/4 Vinterviken

21/4 Ålkistan och Bergianska trädgården

Ledare Gun Nygård, tel 590 33 464

och Ann-Christine Bredel, tel 30 40 97 eller 073-933 31 40.

### Boule

#### Onsdagar kl 12.00 - 15.00

på City Boule, T-bana Rådhuset

Ledare: Karl-Erik Karlsson, tel 26 40 41 samt Leif och Eva Törnblom, tel 37 38 7

### Bowling

#### Onsdagar kl 10-11.30

Åkeshovs Bowlinghall (vid simhallen)

Ledare Per-Olof Ström, tel 37 50 22 eller 070-661 09 13.

## Föreningens aktiviteter vintern 2015.

### Tävlingsbridge

#### Måndagar kl 9.45-ca 14

Tranebergs Äldreboende, Tranebergsvägen 47, T-bana: Alvik.

Ledare: Björn Malmberg, tel 25 91 29 eller 072 981 36 67.

Saknar du bridgepartner hör av dig.

### Trivselbridge

#### Onsdagar kl 12.15 - 16.15

Tältgatan, Nockeby. Ledare Kerstin

Törestad-Petersson, tel 070-466 2607 och Monica Poppen 070-260 08 71.

### Lunch tillsammans kl 13

Gustafs Matsal, Gustavslundsvägen

149 i Alvik. **Torsdag 29 jan, onsdag 25**

feb, tisdag 24 mars, onsdag 29 april

och torsdag 28 maj.

Alla välkomna! Ingen anmälan behövs.

Information: Karin Willborg tel 26 98

16 eller 070-529 94 46.

### Kurser i Qigong

#### Fredagar 9.30-10.30 och

10.45-11.45. Alviks Kulturhus,

Nockebysalen, Gustavslundsv. 168 A,

T-bana Alvik. Ledare: Harriet Sohlman,

tel 25 42 25 eller harrietsohlman@

gmail.com

### Seniorkören Västergökarna

#### Tisdagar kl 9.30-11.30

Ängbykyrkan, T-bana Islandstorget

Kontakt: Göran Lundquist tel: 070-660

51 89, 08-13 03 22 eller golund1@

gmail.com alternativt Björn Elinder tel:

070-288 66 28, 08-37 11 52 eller

bjorn@elinder.se

### Bra att veta

Bromma Veteranring.

Vi erbjuder trygghet för ensamstående

genom att de ringer in till vår telefon-

svarare och vi dagligen kontrollerar att

de ringt. Om ej ringer vi upp dem eller

deras anhöriga.

Hans Ekholm, tel 25 39 30, eller Astrid

Gustafsson, tel 87 29 72 eller 076

812 75 28 ger mer information.

### Äldre Direkt tel 80 65 65

Svarar på allmänna frågor och ger råd

om Stockholms Kommuns äldreomsorg

samt förmedlar kontakt med bistånds-

handläggare.

Öppet från 08.00 och till 16.30 på

måndag och onsdag, 18.00 på tisdag

och torsdag samt till 16.00 på fredag.

### Trygghetsjouren tel 508 407 00

Vid akuta äldreomsorgsfrågor kan

du dygnet runt ringa till Stockholms

trygghetsjour.



# BROMMA

## Styrelse och fakta

Lena Hedquist, ordförande <i>lena.hedquist@gmail.com</i>	073 - 759 40 82
Claes Lyttkens, sekreterare <i>lmc9.1@bredband.net</i>	
Hans Edenhammar, kassör <i>hansedenhammar@teia.com</i>	073 - 912 98 98
Monica Poppén, medlemssekr. <i>monica.poppen@gmail.com</i>	070 - 260 08 71 26 75 33
Lena Malmström, programansv. <i>malmstrom.lena@teia.com</i>	25 54 37 0708 - 12 55 54
Monica Alstermark <i>monica.alstermark@hotmail.com</i>	0700 - 92 29 59
Elisabeth Hallquist <i>elisabeth.hallquist@teia.com</i>	076 - 240 66 91
Birgitta Örnbrand <i>ornbrandbirgitta@gmail.com</i>	070 - 410 18 65
Ingvar Kohlström, webmaster <i>ingvar.kohlstrom@comhem.se</i>	070 - 301 33 13
<b>Föreningens adress</b> SPF Bromma, c/o Hedquist, Mattv. 5, 168 74 Bromma	
Årsavgift 2014	230 kr
vänmedlem (medlem i annan SPF-förening)	60 kr
Bankgironummer	131 - 4582
Organisationsnummer	80 24 12 - 8558
Hemsida	<a href="http://www.spf.se/bromma">www.spf.se/bromma</a>

Avsändare: SPF Bromma, c/o Hedquist, Mattvägen 5, 168 74 Bromma

## Föreningens aktiviteter vintern 2015.

### Månadsmöten

Brommasalen

Avviks Kulturhus,

Gustavslundsvägen 168 A, T-bana Alvik.

**Måndag 12 januari kl 13-15**

Zwing Time Band spelar jazzmusik

**Måndag 2 februari kl 13-15**

Årsmöte

**Måndag 2 mars kl 13-15**

Kafferepets historia genom tiderna

Birgitta Rasmussen, f d chef för ICA

Provkök och domare i "Hela Sverige

Bakar", berättar.

**Måndag 13 april kl 13-15**

"Va´sa du? – En kopp kaffe?"

Teater Fama med en föreställning om

Barbro Hörberg och hennes visor.

**Måndag 4 maj kl 13-15**

"I Alf Henrikssons sällskap"

Agneta Lundström, f d chef för

Husgerådskammaren och ordförande i

Aif Henriksson-sällskapet, berättar.

*Skriv in i almanackan!*

Ängbysalen

Ängbykyrkan, T-bana Islandstorget.

**Tisdag 20 januari kl 13-15**

"Margit Larsson Show"

Cecilia Waldenström underhåller.

**Tisdag 17 februari kl 13-15**

Information om brott mot äldre i

samarbete med polisen.

**Tisdag 17 mars kl 13-15**

**OBS!** Mariehällskyrkan

Buss 113 från Islandstorget kl 12.33

eller buss 112 från Alvik kl 12.13.

**Tisdag 28 april kl 13-15**

Jazzmusik

*Skriv in i almanackan!*

### Vandringar

Stavgångsmandagar kl 11.

Samma runda ca 3 km.

Samling vid Blackebergs T-banestation.

Avslutning på Café Sjövillan.

Ledare Astrid Gustafsson, tel 87 29 72

eller 076 812 75 28 och Maud Möller,

tel 87 31 29.

### Fixartjänst

Du som om fyllt 75 år kan få hjälp med vardagssysslor som är tunga eller riskabla för äldre. Tjänsten är avgiftsfri. Max 6 tim per år. Tel 508 14 303 måndag-fredag 08-15.

Sjukvårdsrådgivningen tel 1177

Nytt namn på sjukvårdsupplysningen

