



SPF-NYTT 2011-2

Falubygden



INFÖR SOMMAREN



(Foto: Bo Bävertoft)



SPF-NYTT 2011-2

Falubygden



INFÖR SOMMAREN



(Foto: Bo Bävertoft)

Styrelse 2011

Ordförande:	Karin Michols	253 98
Vice ordf:	Barbro Andréason	147 72
Kassör:	Per-Olof Odén	646 64
Sekreterare:	Bo Bävertoft	293 20
Ledamöter:	Gun Eriksson	221 85
	Gustaf Lagerby	174 95
	Lisbeth Lundin	215 15
	Kerstin Stafås	147 55
	Hans Thors	179 26
Ersättare:	Pia Ekström	142 92
	Ingrid Klärcke	273 89
vice sekr:	Ingvar Mårtensson	313 39

*På föreningens
webbplats
www.spffalubygden.com
finns förteckning
över samtliga
ledamöter i
kommittéer och
organ.*

Verksamhetsansvariga

Expeditionskommitté:	Lisbeth Lundin	215 15
Distribution medlemsblad:	Gun o Martin Löfdahl	328 64
Friskvårdskommitté:	Hans Thors	179 26
Försäkringsfrågor:	Allan Magnusson	154 14
Hörselvård:	Inga-Britt Andersson	288 44
KPR/Pensionärsrådet:	Kerstin Stafås	147 55
Körkommitté:	Mats Bergman	179 71
Medlemsregister:	Maud Nilsson	203 42
Möteskommitté:	Gunnar Fridén	277 57
Press- och PR-kommitté:	Gustaf Lagerby	174 95
Programkommitté:	Ingrid Klärcke	273 89
Resekommitté:	Ruth Trued	0246-302 11
Samordnare Brukarråden:	Karin Olausson	339 05
Studiekommitté:	Pia Ekström	142 92
Synvård:	Anna Lundquist	073-038 92 68
Trafiksäkerhetskommitté:	Bo Jönsson	211 53
Valberedning:	Allan Magnusson	154 14
Väntjänstkommitté:	Gun Eriksson	221 85

Expedition/information

Besöks- och postadress:	Trotzgatan 35, 791 72 Falun (Küselska gården)
Telefon, expedition:	023-690 45 (telefonsvar när exp är obemannad)
Öppettider:	Helgfria tisdagar, torsdagar och fredagar 10-12 (13 juni – 7 augusti öppen endast tisdagar 10-12)
Expeditionsgrupp:	Kersti Andersson, Lis-Marie Hedlund, Britta Lundberg, Lisbeth Lundin, Maud Nilsson, Ella Norrgren, Lisbeth Thunström
E-post:	falun@spfdalarna.se
Webbplats:	www.spffalubygden.com
Plusgiro:	441 41 08 – 3

Ordförandens spalt

Sen förra SPF-Nytt kom ut, har vi haft vårt årsmöte. Glädjande nog är i stort sett hela styrelsen densamma som i fjol. Vi har en ny ersättare, Ingrid Klärcke,



som tillika har hand om programkommittén. Ny sekreterare är Bo Bävertoft, vår webbredaktör.

Samtidigt som vi hade årsmötet, sammanträdde förbundsstyrelsen och tog ett viktigt beslut. Efter remissförfarandet med förslaget om samgående med SPRF, blev beslutet att inget samgående blir av. Av våra 27 distrikt var det 20 som sade nej till samgåendet.

Samgående är förresten ett missvisande ord. Det var ju planerat att både SPF och SPRF skulle läggas ner, och en ny organisation skulle bildas.

Vår distriktsordförande Rune Karlsson har gjort ett enormt jobb med remissen och vi har honom att tacka för att det ej blev av. Det var många delar i utredningen som var bristfälliga.

Det fanns ingen ekonomisk beräkning, det nya namnet tilltalade inte oss, och varför skulle SPF läggas ner för att SPRF:s medlemmar skulle inkluderas. Jag vill framhålla att naturligtvis är SPRF:s medlemmar välkomna till oss. Jag hoppas på ett gott samarbete med SPRF på det lokala planet.

Pensionärsrabatter är ett kärt ämne för oss alla. Nu har SJ kommit med erbjudande om halva priset för SPF-medlemmar på vissa avgångar. Ser man till att köpa en billig biljett från början, så blir det halva priset på den också. Dessa biljetter köper man på järnvägsstationen.

Viking Line har speciella erbjudanden för oss. Mera om detta på vår webbplats. Det lönar sig alltid att fråga efter pensionärsrabatt.

Vårt nya inbetalningssystem av medlemsavgifter har i stort sett fungerat bra. Vid slutet av mars månad var det ca 50 personer av våra 1872 medlemmar, som inte betalt avgiften. En betalningspåminnelse kostar nästan 10 kr per person – en utgift som lätt kan undvikas. Har man för avsikt att gå ur föreningen, kan man meddela medlemsregisteransvarig (se sid 2), så slipper vi den utgiften.

Nya medlemmar var inbjudna till en träff den 31 mars. Det var en hel del som kan tänka sig att hjälpa till i vår förening – tillfälligt eller som funktionärer. Det är mycket glädjande, för vi behöver fler ideella medarbetare.

Programmet för sommaren och första delen av hösten är nu klart. I slutet av september har vi en rekryteringskampanj med bl a mannekänguppvisning.

En härlig sommar tillönskar jag alla medlemmar

Karin



SPF Falubygden är en lokalförening av Sveriges Pensionärsförbund. Föreningen bildades 1979 och har i dag omkring **1870** medlemmar. Målsättningen är att ordna trevliga aktiviteter, som ska stärka medlemmarna till både kropp och själ. Samtidigt vill vi verka för att alla ska få en så meningsfull och trygg ålderdom som möjligt. Som medlem får du riksorganisationens tidning *Veteranen* 9 nr/år. Du kan som medlem teckna förmånliga försäkringar. **Alla pensionärer** är välkomna som medlemmar. Ingen åldersgräns. Årsavgiften 2011 är **205 kr**, inkl avgifter till distriktet och förbundet.

Har du **idéer och förslag** till föreningen? Vill du medverka eller hjälpa till? Kontakta någon i styrelsen eller någon verksamhetsansvarig! Vi finns på sidan 2 i SPF-Nytt.

Kom ihåg:



När du anmäler dig till något evenemang – uppge både namn, adress och telefonnummer. Annars blir det besvärligt att ta reda på vart bekräftelsen ska skickas.

Om försäkringar

Vår *medlemsförsäkring* gäller så länge du är medlem i SPF och betalar premien. Dessutom har vi en *mötesförsäkring* som gäller alla medlemmar utan särskild ansökan.

Allan Magnusson, tel 154 14, kan svara på dina frågor.

Utförlig information finns på sid 36-37.

Besök gärna föreningens webbplats www.spffalubygden.com

Där försöker vi föra ut **nyheter/ändringar om resor och arrangemang** så fort som möjligt liksom **andra nyheter** som kommit efter publicering av senaste numret av SPF-Nytt.

Andra inslag är **tidningsurklipp** i frågor som kan röra oss pensionärer och en liten **blogg** som kan handla om allt möjligt.

Vi har även en **insändarsida** som är öppen för dig som vill ventilera något speciellt ämne.



Se fler bilder på webben!

På webbplatsen hittar du alla reportage från tidigare resor, månadsmöten och studiebesök som publicerats i SPF-Nytt, men ofta i utförligare form och med fler bilder.

Inga månadsmöten eller studiebesök under sommaren!

INFÖR HÖSTEN

(preliminärt program)

Vid första månadsmötet den 14 september föreläser Bo G Jansson från Högskolan Dalarna om "Falugruva i litteraturen".

Planerade studiebesök:

28 september Fjärrvärmeverket i Falun
26 oktober Svenska Standardbolag, Falun

Höstens kursverksamhet presenteras i SPF-Nytts höstnummer som utkommer 31 augusti – 2 september.

I slutet av september anordnas en rekryteringskampanj med bl a mannekänguppvisning.



* * *

Musik i Stadsparken sommaren 2011 *söndagar kl 15*

12/6	DalaSinfoniettans Musikkår
19/6	Hemvärnets musikkår Borlänge
26/6	Stig Linds Little Big Band
3/7	Falu Messingssextett
10/7	Falu Evergreen
17/7	PopNix
24/7	Svärdsjö spelmanslag
31/7	Bjursmix
7/8	Stig-Allans kvintett
14/8	Jazz in Time
21/8	Falu Blåsorkester

Vid regn flyttas konserten till Dalarnas Museum.

Välkommen!

RESOR

Resekommittén presenterar här några resor, som vi hoppas ska intressera många medlemmar. Ta gärna med nya, blivande medlemmar på resan. Vid överteckning på resor prioriteras medlemmar. Utförlig beskrivning av resorna finns på expeditionen och vid månadmötena.

RESEVILLKOR, BETALNINGSFÖRFARANDE

Endagsresor

Betalning erläggs omgående efter det att ni fått avi. I vissa fall tas avgiften upp kontant under resan.

Avbeställning måste göras senast 3 dagar före avresan. Avbeställer du senare eller uteblir tas en avgift på 100 kr ut. Betald biljett till konsert e d får den som uteblir stå för, om inte biljetten kan säljas.

Anmälningar mottages på expeditionen, tel 023-690 45 (öppettider se sid 2).

Önskas speciella uppgifter om resan, kan man ta kontakt med den reseansvarige. Rådgör gärna med den ansvarige för resan angående t ex specialkost.

Resekommittéerna i *SPF Borlänge, Svärdsjö-Enviken SPF, SPF Tuna-Säterbygden och SPF Falubygden* har ett samarbete för att fylla våra resor. Den arrangerande föreningen svarar för anmälningar och ev frågor. Föreningarna annonserar de gemensamma resorna i sina medlemsblad.

"Först till kvarn" gäller för alla.

Heldagstur till Forsmark och Mackmyra

tisdagen den 28 juni

Vi åker på morgonen mot norra Uppland och kärnkraftverket i Forsmark. Framme i Forsmark är det dags för bussfika bestående av kaffe/te och en smörgås. Vi får en guidad bussrundtur förbi kärnkraftverket ner i SFR-slutförvaret* för kortlivat radioaktivt avfall och sedan till Biotestsjön och Forsmarks gamla vallonbruk. I SFR slutförvaras låg- och medelaktivt driftavfall från de svenska kärnkraftverken. Anläggningen, som ligger i närheten av Forsmarks kärnkraftverk, tar också hand om en del radioaktivt avfall från övrig industri, sjukvård och forskning. Kärnkraften och avfallshanteringen är en mycket intressant och aktuell fråga.

Vi fortsätter vår resa mot dagens lunchställe, fiskrestaurangen Furuviks Brygga, belägen vid en vacker havsvik med vy över öppet hav. Lunchen serveras kl 14.00. Restaurangen betygsätts av ansedda White Restaurangguide och är systerkrog med den kanske mer kända Axmarbrygga Havskrog.

På hemvägen besöker vi Mackmyra Destilleri som är platsen för den svenska whiskyns födelse, beläget på det natursköna Mackmyra Bruk. Här får vi på nära håll se, dofta och känna hur svensk maltwhisky växer fram. Under besöket bjuds vi på kaffe och kaka i Grovsmedjan.

Efter denna heldag återkommer vi till Falun ca kl 18.30.

* För att få följa med ner i slutförvaret måste man av säkerhetsskäl kunna gå och röra sig obehindrat och deltagarantalet får max uppgå till 30 personer.
Observera: Giltig legitimation måste medföras och uppvisas i Forsmark.

Vi kan ta 50 i bussen men endast 30 får följa med ner i SFR-slutförvaret. Vi andra 20 som inte vill, eller som har svårt för att röra oss obehindrat, följer i stället med på en härlig sommarutfärd.

Obs: Anmäl till expeditionen om du vill och kan följa med ner i slutförvaret.

Pris: 880 kr, vilket inkluderar bussresa, lunch, för- och eftermiddagskaffe samt dagens programinslag.

Anmälan tidigast 12 maj och senast 26 maj till expeditionen, tel 023-690 45.

Resansvarig: Ingalill Bergvall, tel 023-216 71 eller 070-300 02 48.

Utfärd med ångfartyget Engelbrekt

fredagen den 22 juli

Vi åker från Falun vid 10-tiden en solig (!) sommardag till "Buffils Annas" i Siljansnäs där vi dricker förmiddagskaffe. Vi får också tid att titta på utsikten och Naturum.

Kl 13.00 stiger vi ombord på S/S Engelbrekt som vi har för oss själva. Vi gör en tretimmarsfärd på Dalälven, från Leksand till Rälta där vi vänder, och är tillbaka i Leksand kl 16.00. Direkt vi har stigit ombord äter vi lunch och eftersom vi sitter över fiskarnas rike så serveras vi fisk. Men vi behöver inte fiska själva.

Vi är åter i Falun omkring kl 17.30.

Pris: 600 kr. I priset ingår buss, förmiddagskaffe, lunch inkl lättöl/vatten samt kaffe.

Anmälan: tidigast 13 maj och senast 14 juni till expeditionen, tel 023-690 45.

Resansvarig: Gunnar Trued, tel 0246-302 11, 070-683 42 33.

Carmen

söndagen den 7 augusti

Vi lämnar Falun vid 12-tiden för att med buss ta oss till "Opera På Skäret", där vi får njuta av ett av Bizets mästerverk, Carmen. I huvudrollerna får vi se svenska mezzosopranen Matilda Paulsson och amerikanske tenoren Stuart Neill.

Före föreställningen, som börjar kl 16.00, intar vi en god lunch på Bångbro Herrgård.

Pris: 1.040 kr, vilket inkluderar bussresa, lunch inkl Loka/lättöl, kaffe eller te och kaka samt teaterbiljetter.

Anmälan tidigast 20 maj och senast 12 juli till expeditionen, tel 023-690 45.

Resansvarig: Ingegärd Mellquist, tel 023-328 68 eller 070-240 56 70.

Hemlig resa

torsdagen den 18 augusti

Arets resa 'ut i det blå' bjuder på smakprov för alla sinnen.

Vi lämnar Falun kl 08.00 och beräknas vara hemma kl 17.00.

Vid första stoppet dricker vi förmiddagskaffe i charmig miljö, varefter färden fortsätter till nästa besöksmål, där guidning, lunch och möjlighet till shopping väntar.

Eftermiddagen bjuder på ett 'hemma hos'-besök med såväl visning och kaffe med dopp som möjlighet till inköp.

Dagsprogrammet är på intet vis krävande men sköna skor, pigga ben, gott humör och nyfikenhet underlättar.

Pris: 475 kr, som inkluderar bussfärd, för- och eftermiddagskaffe, lunch samt guidningar. För att kunna genomföra resan behöver vi minst 30 deltagare.

Anmälan tidigast 17 maj och senast 26 juli till expeditionen tel 023-690 45.

Resansvarig: Gunnar Helgesson, tel 023-333 76, 070-665 81 84.

Peter Carlsson & Blå Grodorna

firar 16-årsjubileum på Scalateatern

lördagen den 17 september

Vi startar från Falun ca kl 9.00 så att vi är i Stockholm och "Söderhöjden" kl 12.00 och restaurang Fåfängan för att inta brunch. Vi ska njuta av utsikten över hamninloppet till Stockholm. Kl 15.00 börjar teaterföreställningen. Den

tar tre timmar inkl paus. Någon närmare presentation av Grycksbosonen Peter Carlsson och hans Blå Grodor är förmodligen inte behövlig. DN skriver: *"Hans scennärvaro är total, hans tilltal exakt, hans förankring i Svensk underhållningstradition är fullkomlig."*

På vägen hem stannar vi som vanligt på Ekolskrog för kaffe/te och en smörgås. Vi beräknas vara åter i Falun ca 21.30.

Obs: Vi har 50 biljetter och teatern vill ha en avstämning redan den 27 maj.

Pris: 1.000 kr. I priset ingår buss, brunch, teaterbiljett och kaffe/te med smörgås.

Anmälan tidigast 10 maj och senast 27 maj till expeditionen, tel 023-690 45.

Resansvarig: Ruth Trued, tel 0246-302 11, 070-575 76 60.

Höstutfärd till Skultuna Messingsbruk och Sala Silvergruva

torsdagen den 22 september

Dagen bjuder oss en bussutfärd i ett förväntat färgrikt höstlandskap. Förmiddagens besök i Skultuna Messingsbruk inleds med kaffe och smörgås och ett bildspel, som presenterar brukets 400-åriga historia. Vi får därefter en stund för egna strövtåg i bruksmuseet och möjlighet till inköp i någon av fabriksbutikerna, innan vi åker vidare till Sala.

I Sala väntar lunch på Werdshuset Konstmästargården, varmrätt, sallad, smör, bröd och kaffe. Efter lunchen möter guider upp som tar oss ner till Ulrica Eleonora gruva på 155 m nivå. Ulrica Eleonora gruva började brytas omkring 1690. *'Här möts vi av mörka ringlande gruvgångar, storslagna bergrum och magiska sjöar. I ekosalen rullar efterklngen av våra röster runt och lyssnar man riktigt noga kanske man till och med kan höra ekot av gångna tiders arbetare som sjunger psalmer och hackar i berget.'*

Temperaturen i gruvan är cirka +2°C året om och det är ganska fuktigt och smutsigt. Varma och oömma kläder rekommenderas. Regnkåpa finns att låna. Visningen tar cirka 1,5 timme.

Efter den 'gruvliga' upplevelsen finns möjlighet att bese gruvmuseet, titta in i gruvbutiken och se hantverkare i arbete.

Före hemfärden dricker vi kaffe i Werdshuset.

Pris: 600 kr, som inkluderar bussfärden, för- och eftermiddagskaffe, lunch och guidning.

Anmälan tidigast 19 maj och senast 22 augusti till expeditionen, tel 023-690 45.

Resansvarig: Gunnar Helgesson, tel 023-333 76, 070-665 81 84.

Zpanska Flugan på China Teatern

lördagen den 19 november

Vi har lyckats få 50 biljetter till komedin Zpanska Flugan där vi får se Peter Dalle, Suzanne Reuter och Per Andersson med flera. Handlingen kretsar kring det amorösa snedsteg som senapsdirektören Stark begick för 30 år sedan med en spansk dansös. Direktör Stark har sedan svårt att hemlighålla för sin högmodiga och strama hustru att han betalar underhåll för det hemliga barnet. Det visar sig sedan att det är fler som betalar underhåll för samma barn.

Ni förstår att det är bäddat för många förvecklingar, och man undrar vem som egentligen är far till barnet. ”Skratt hela tiden...högsta klass...Dalle fullkomligt lysande”, enligt Aftonbladet. Föreställningen är 2 tim och 25 min inkl paus.

Vi åker från Falun vid niotiden och äter brunch på Berns Salonger kl 13.00. Zpanska Flugan börjar 15.30 på China Teatern som ligger bredvid Berns.

På hemvägen blir det kaffe/te och smörgås vid Ekolskrog. Vi beräknas vara hemma i Falun omkring kl 22.00

Pris: 1.150 kr. I priset ingår buss, brunch, teaterbiljett och kaffe/te med smörgås. **Anmälan tidigast 24 maj och senast 20 september** till expeditionen, tel 023-690 45. Först till kvarn gäller...

Resansvarig: Ruth Trued, tel 0246-302 11, 070-575 76 60.

* * *

Information till dig som har tillgång till dator

Glöm inte att titta på föreningens och distriktets webbsidor. Där kan du till exempel finna all information om föreningens, andra SPF-föreningars och distriktets reseverksamhet. Här kan du även hitta information om lediga platser, efter det att anmälningstiden har gått ut.

www.spffalubygden.com

www.spfpension.se/daladistriktet

FRISKVÅRD

Motionera Mera-lotteriet

Motion är färskvara. Fortsätt att ta nya tag med motionen under sommaren och delta samtidigt i vårt motionslotteri. Motionera Mera-Lotteriet startade 1 april och sträcker sig till 31 augusti. I utskicket av SPF-Nytt 2011-1 bifogades ett motionskort. Vill du ha ytterligare kort kan du hämta på expeditionen eller skriva ut ett nytt från föreningens webbplats.

På kortet noterar du dina motionsaktiviteter. Anvisningar finns på kortet.

När du samlat minst 20 poäng på motionskortet deltar du i motionslotteriet genom att lämna eller skicka in motionskortet till SPF:s expedition, Trots-gatan 35, 791 36 Falun, **senast fredagen den 9 september 2011.**

Bland alla inlämnade motionskort kommer många vinster att lottas ut.

Utlottning av vinster sker under september månad.

Vinstlistan redovisas i vinternumret av SPF-Nytt.

Håll kroppen igång – motionera inte för att bli yngre utan äldre!

Skogsvandringar

Två av vårens fem vandringar har redan genomförts. Du har nu möjlighet att delta i de tre återstående vandringarna. Sedan gör vi ett uppehåll till hösten.

Så här ser programmet ut för resten av våren:

Torsdag 12 maj kl 10: Sjulsarvet, parkeringen. Ledare: Bertil Jäderberg, Nils Fäldt.

Torsdag 19 maj kl 10: Karlsbyheden, idrottsplatsen. Ledare: Nils Jonsson, Bertil Jäderberg.

Torsdag 26 maj: Vårfinal i Grycksbo, samling Tansvallen (snitsel från vägen till Lustebo). Kl 9 start långa banan (ca 4 km, grova skor), kl 10 start korta banan (elljusspåret, 2,2 km). Ledare: Sven-Erik Ejeborg, Bernt Kindlund, Margareta Nissby och Nils Fäldt. Efteråt avslutning med kaffe vid dansbanan.

Höstens vandringar:

Torsdag 1 sept kl 10: Tallen (bakom City Gross). Slalombacken utför, Källviken, Samuelsdal. S-E Ejeborg, Bernt Kindlund.

Torsdag 8 sept kl 10: Kårarvet. Nils Fäldt, Bernt Kindlund.

Torsdag 15 sept kl 10: Hökviken (samling Hällaförrådet). Nils Fäldt, Bernt Kindlund.

Torsdag 22 sept kl 10: Kniva. Nils Jonsson, Bertil Jäderberg.

Torsdag 29 sept: Hemlig vandring. Samling meddelas senare. Sven-Erik Ejeborg m fl.



Boule

Inomhusspelet i boule avslutas i och med april månads utgång.

Utomhusspelet startar i Kålgårdsparken tisdagen den 10 maj med samling kl 09.15. Spelet startar kl 09.30.

Varje tisdag under utomhussäsongen är det samling i Kålgårdsparken kl 09.15. Medtag "fika"!

Nya deltagare är mycket välkomna. Kontakta någon av våra kontaktpersoner: Curt Winberg, tel 236 76, eller Torgny Thorvalls, tel 338 00.

Bowling

Bowlarna har avslutat vårens spel i och med april månads utgång.

2011 års föreningsmästerskap avslutades med prisutdelning i april.

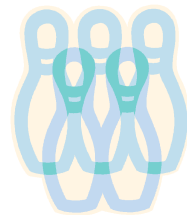
Föreningsmästare blev Gunnel Odén och Gunnar Näslund. De bästa resultaten:

Damer: 1. Gunnel Odén, 2. Ann-Kristin Gustavsson, 3. Agneta Lundgren.

Herrar: 1. Gunnar Näslund, 2. Ingvar Hernhag, 3. Hans Engström.

Fredagen den 2 september kl 10-11 startar höstterminens spel.

Vill du börja med bowling? Kontakta någon av våra ledare Gunnel Odén, tel 646 64, eller Ingvar Hernhag, tel 231 02. Som nybörjare får du instruktion av våra ledare.



Golfkurser

Vårens golfkurser, nybörjarkurs och fortsättningskurser, startar måndagen den 9 maj på Samuelsdals GK.



Har du glömt att anmäla dig? Det finns platser kvar.

Skynda på med din anmälan så får du vara med!

Anmälan till Hans Thors, e-post: hansthors@hotmail.com, tel 179 26.

Samling för golfare

Vana och mindre vana golfare inbjuds till trevlig samvaro med en 9-hålsrunda på Samuelsdals golfbana *onsdagen den 25 maj kl 09.00* och några påföljande onsdagar.

Spelform: scramble. *Startavgift:* 20 kr. *Greenfeeavgift:* 100 kr.

Samling i kafeterian.

Ingen föranmälan behövs men kontakta gärna vår kontaktperson Lars-Erik Johansson **senast dagen före spel** och tala om att du tänker delta.

Det underlättar för honom att sätta samman scramble-lag. Han har tel 207 18 och e-post: inga.lej@tele2.se

Föreningsmästerskap i golf för SPF Falubygden

Alla golfande medlemmar och vänmedlemmar inbjuds att delta i SPF Falubygdens föreningsmästerskap i golf **tisdagen den 28 juni 2011** med första start kl 08.00/08.30.

Tävlingen spelas med handicap i fyra klasser.

Spelplats: Aspebodabanan

Spelformen är **slaggolf** i samtliga klasser.

Klassindelning: Herrar klass A hcp upp till och med 21,0

klass B hcp 21,1 – 36

Damer klass A hcp upp till och med 25,6

klass B hcp 25,7 – 36

Anmälan till tävlingen görs **senast torsdagen den 23 juni** till Hans Thors, gärna till e-post hansthors@hotmail.com eller tel 179 26, 070-677 05 49. Vid anmälan lämnas följande uppgifter:

Namn, aktuell hcp, golf-id och hemmaklubb.

Startavgift: 50 kronor. Greenfee: 150 kronor.

Avgifterna erläggs på tävlingsdagen före start.

Starttid kan hämtas via Internet måndag fm den 27 juni.

Hjärtligt välkomna!

I höstens program...

Förutom ovan redovisade aktiviteter kommer vi i nästa nummer av SPF-Nytt bland annat att erbjuda:

Ryggymnastik på måndagar kl 11.15 med start vecka 38.

Ledare: Lena Grönberg.

Vattengymnastik på måndagar kl 16.00 och torsdagar kl 14.00.

Ledare: Lena Grönberg. Vattengymnastiken startar vecka 38.

Motionssimning hoppas vi också kunna erbjuda på tisdagar kl 10.00 i Lugnets simhall med start någon gång i slutet av september.

Möjligheten att starta **Sittande gymnastik** i någon lokal centralt i stan (kanske Björken) undersöks för närvarande.

I samverkan med Studiekommittén kommer kursen **"Säkrare Seniorer"**, där hjärt-och lungräddning är en viktig del, att erbjudas vid två tillfällen, preliminärt måndagen den 26 september respektive onsdagen den 5 oktober. Kurstid 08.30-12.00.



VÄNTJÄNST

Iväntjänsten kan du finna en medmänniska som vill vara till hjälp och sällskap. Det kan gälla ”småtjänster” i hemmet, sällskap på promenader eller olika aktiviteter, läkarbesök, smakråd vid klädinköp, skjuts till SPF-möten för den som inte har färdtjänst, och annat som kan höja livskvalitén.

Hör av dig till någon av oss. Kontakt förmedlas också av SPF:s expedition, tel 690 45 (expeditionstider se sid 2).

Innerstan

Ann-Marie Bonde	228 42
Majt Boström	264 91
Per-Olof Hedlund	334 69
Anna Lundquist	073-038 92 68
Margareta Mårtensson	324 14

Britsarvet & Östanfors

Ann Lagerby	174 95
Sonja Persson	127 05

Lustigknopp

Marianne Rennel	171 78
-----------------	--------

Samuelsdal

Henny Johansson	171 27
-----------------	--------

Främby

Inga-Britt Andersson	288 44
----------------------	--------

Norslund

Gun Eriksson	221 85
Bo Lindberg	331 55

Stenslund

Viola Lundbäck	283 62
----------------	--------

Haraldsbo

Mona Croné	212 80
------------	--------

Hälsingberg

Margareta Dunkars	341 75
-------------------	--------

Hälsinggården

Marianne Häggblom	336 42
IngaLill Sundbrandt	329 02

Krondiket

Anita Bonde	268 26
-------------	--------

Slätta

Lars-Gunnar Larsson	175 05
Marianne Larsson	612 72

Bjursås

Elisabet Hellberg	510 60
Elsa Wigert	550 41

Vill du också bli väntjänstare?

Du behövs verkligen.

Manliga sådana behövs också.
Ger du hjälp, stöd och glädje får du det tillbaka!

Ring Gun Eriksson, tel 221 85.

Har du hörselproblem?

Vill du diskutera dem med mig?

Jag är SPF:s hörselombud
och hjälper dig gärna.

Välkommen att kontakta mig!

Inga-Britt Andersson, tel 288 44

Har du synproblem?

Jag är SPF:s synombud och kan
hjälpa dig med kontakt och tips om
synhjälpmedel. Ring mig gärna!

Anna Lundquist, tel 073-038 92 68



Den första fredagen i varje månad kl 13
kan du äta lunch tillsammans med andra SPF:are på
Restaurang Chapeau d'Or.

Ingen anmälan behövs!

Vi börjar den 4 februari och fortsätter t o m 3 juni.

Titta efter SPF:s bordsflagga – där sitter vi.

Fr o m 2 september ny restaurang: Kopparhatten.

Slink in till Kafé Björken!

Vallmansgatan 1, måndagar kl 14.00–16.00.

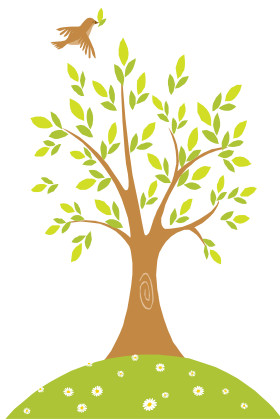
Vårens verksamhet pågår t o m den 9 maj. Där kan vi ha en trevlig samvaro – spela sällskapsspel, lyssna till högläsning och musik eller bara dricka en kopp kaffe eller te för 20 kr med hembakat bröd och umgås och ha trevligt. Program: Se Kalendern på mittuppslaget.

Ring en väntjänstare för sällskap dit (se föregående sida).

Höstens verksamhet startar den 26 september.



Är du kvar i stan i sommar? Vill du följa med på en utflykt i naturen?



SPF:s väntjänst planerar en utflykt till
Grycksbo, Stora fabriken med omgivningar
för våra äldsta medlemmar. Vi ordnar utan kostnad för dig transport, förmiddagskaffe, historik om platsen och ett museibesök om du vill samt trivsam gemenskap i naturen runt omkring. Du som önskar får vara med och se och höra vad museiutställningen visar.

Onsdagen den 27 juli kl 11.00 åker vi från Britsarvs-
gården och från Promenaden. Vi hämtar dig också
vid din bostad om du önskar.

Vi behöver din anmälan *senast den 24 juli.*

Ring Gun Eriksson, tel 221 85, och meddela att du vill vara med.

*Väl mött i historiens vingslag!
SPF: s Väntjänst*

Anhörigstöd

Omvårdnadsförvaltningen i Falu kommun arbetar aktivt med stöd till dig som vårdar en anhörig i hemmet. Man erbjuder:

- * Anhöriggrupper
- * Anhörigträffar
- * Anhörigvårdarkort
- * Stödsamtal
- * Avlösning
- * Avlösningsplatser/växelvård
- * Brukartelefon
- * Dagverksamhet
- * Larm

Har du frågor om anhörigverksamheten, kontakta **Anhörigsamordnaren** eller **Biståndsenheten** via kommunens växel, tel 830 00.

SPF Falubygden är representerat i en referensgrupp för anhörigstöd, som arbetar med utveckling av anhörigstödet genom *Kerstin Stafås* och *Ann Lagerby*.

Träffpunkter

Falu kommun ordnar träffpunkter för äldre på **Britsarvsgården, Källängeskolan** i Svärdsjö och **Smedjan. Alla är välkomna!**

Träffpunkten fungerar som en mötesplats för äldre som bor kvar hemma och erbjuder sociala aktiviteter och vill stimulera alla sinnen och förebygga isolering.

SPF Falubygden kan påverka programmen genom aktivitetsråden för träffpunkterna. SPF representeras i aktivitetsrådet för Britsarvsgården genom *Marianne Häggblom*, tel 336 42, och för Smedjan genom *Ann Lagerby*, tel 174 95.

Vad tycker du om maten?

Har du synpunkter på den mat som levereras från Haraldsboköket till särskilda boenden och till hemmaboende pensionärer?

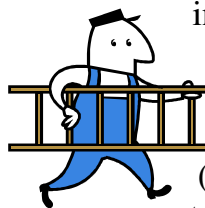
SPF Falubygdens representant i kommunens matråd är *Margareta Dunkars*. Kontakta henne per telefon 341 75 eller e-post margareta@dunkars.se



Kommunfixar'n

hjälp dig som är 67 år eller äldre med praktiska småjobb i hemmet så att du slipper sådant som kan skada dig. Uppdraget får ta högst en timme.

Kommunfixar'n s tjänster kostar dig



ingenting men du håller med all materiel.

Telefonnumret till Kommunfixar'n är 023-826 57.

(När kontoret är obemannat är telefonsvarare inkopplad där du kan tala in ditt ärende.)

BRUKARRÅDEN

Brukarrådets uppgift är att vara en länk mellan befolkning och hälso- och sjukvården. Det finns ett råd vid varje vårdcentral. SPF:s representanter vill gärna ha ***Dina synpunkter på vården vid Din vårdcentral*** att framföra i vårdcentralens brukarråd. ***Kontakta oss!*** Vi är följande:

<i>Vårdcentral:</i>	<i>Representant:</i>	<i>Tel:</i>
Grycksbo	Elisabet Hellberg	510 60
	Marianne Andersson, <i>ersättare</i>	332 33
Britsarvet	Karin Olausson	339 05
	Birgit Kvarman, <i>ersättare</i>	208 79
Tisken	Rolf Alfredsson	213 75
	Harriet Engström, <i>ersättare</i>	156 54
Norslund	Ulla Jansson	178 88
	Sonja Schnürer, <i>ersättare</i>	328 61
<i>Samordnare:</i>	Karin Olausson	339 05

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET (KPR)

Rådet är ett organ för samråd, ömsesidig information och ett forum för utbyte av tankar och idéer mellan företrädare för pensionärsorganisationerna, omvårdnadsnämnden, kommunstyrelsen och landstingets hälso- och sjukvårdsnämnd. SPF:s uppgift i KPR är att tillvarata medlemmarnas intressen i olika frågor.

Aktuellt:

Samtliga kommuninnevånare som fyllt 75 år kommer i fortsättningen att varje år kontaktas av Omvårdnadsförvaltningen för ett samtal och en presentation av vad kommunen har att erbjuda i form av stöd och hjälp.

Samtliga kommuninnevånare som fyllt 80 år får mot gällande taxa del av kommunens hemtjänst utan behovsbedömning.

Tema för år 2011 är kost. Kommunen har därför anställt en dietist som under året skall ge stöd och inspiration till anställda och anhöriga i syfte att erbjuda de gamla möjligheter till goda måltider.

Falu kommun deltar i en studie med titeln ”Kvalitativ uppföljning av multi-sjuka äldre i ordinärt boende”. Studiens syfte är främst att identifiera brister och visa på lösningar. I studien arbetar kommuner och landsting tillsammans.

Kerstin Stafås

<i>SPF:s representanter i KPR</i>				
Ordinarie:	Sven Carlsson	697 20	Kerstin Stafås, <i>sammankallande</i>	147 55
	Karl Henriksson	229 22	Karin Michols	253 98
Ersättare:	Urban Björn	391 31	Elisabeth Ottervald	640 78
	Ingrid Melin	347 88	Margareta Dunkars	341 75

Phai's Massage & Fotvård

**Jag tar hand om dina fötter
och utför:**

Fotvård, fotmassage och pedikyr
Pris: 150-250 kr

Jag ger dig massage:

Hel- eller halvkroppsmassage
Pris: 150-275 kr

Ring & boka på telefon:

Tel: 023-625 25
Mob: 0708-99 47 85

Adress: Engelbrektsgratan 45,
Falun

Jag gör även hembesök!

Din Frisör

Herr, Dam
(Färg, Slingor, Perm)
Klippning fr. 180:-
Pensionär fr. 160:-

**Hembesök efter
överenskommelse**

Drop in och bokning
Tel. 023-21130

Svärdsjög. 3, Falun

Välkommen !

Vi har fått ett erbjudande från SJ:

50% rabatt för SPF-medlemmar

SJ erbjuder medlem i SPF 50 % rabatt på utvalda resor från Falun (och vissa andra utvalda orter) till bland annat Stockholm, Göteborg och Malmö. Du kan även ta nattåget till fjällen. Erbjudandet gäller hela 2011.

För att få rabatten behöver man visa upp sitt SPF-medlemskort i SJ resebutik (i stationshuset). Därför går det inte att boka via telefon eller Internet. SJ vill satsa på sin resebutik och slå ett slag för den personliga servicen. Resebutiken har öppet mån-fre 10.00-18.00 med lunchstängt 13.30-14.15.

Med utvalda avgångar menas avgångar som är lågbelagda. Alltså tider när tågen inte är fullproppade. Fredagar och söndagar brukar generellt vara högt belagda men det finns goda möjligheter att åka dessa dagar också om man kan vara flexibel och resa på en tid som då är lågbelagd. Ta kontakt med resebutiken så berättar de vilka avgångar som är rabatterade.

På övriga resor (dvs de som inte är utvalda enligt ovan) ger SJ 10 % rabatt till SPF-medlemmar på alla typer av biljetter (fullt återbetalningsbar, ej återbetalningsbar och ombokningsbar). Resan kan köpas via telefon 0771-757575, nätet eller resebutik. Ange "kampanjkod SPF" för att få rabatten.

Läs mer på föreningens webbplats www.spffalubygden.com. Där finns en mera omfattande information om resor och biljetter under rubriken: *Köpa biljett hos SJ - en grundkurs*

Kom till SJ Resebutik!

Hej alla SPF-medlemmar!

Som medlem i SPF erbjuder vi dig 50% rabatt på utvalda tågresor. Passa på att resa till t ex Stockholm, Göteborg eller med nattåg till fjällen. Erbjudandet gäller t o m 31 december 2011 på SJs tåg i Sverige, till Köpenhamn eller Oslo. Vi kan också hjälpa dig med boende och biljetter till roliga evenemang! Information om bl a öppettider i resebutiken hittar du på www.sj.se/resebutiker. Glöm inte att ta med ditt medlemskort när du ska köpa din resa.

Välkommen till oss i SJ Resebutik i stationshuset!



SPF-KALENDERN VÅREN - SOMMAREN 2011

Anmälan till arrangemang görs på SPF:s expedition tel 690 45. Sid = sida i SPF-Nytt 2011-2.

<u>Datum</u>	<u>Dag</u>	<u>Tid</u>	<u>Verksamhet och plats</u>	<u>Anmälan</u>	<u>Sid</u>
Maj					
6	Fre	13.00	Lunch på Restaurang Chapeau d'Or.		15
9	Mån	14.00	Kafé Björken. Våravslutning. Inger Janols spelar.		15
9	Mån		Golf: Vårens golfkurser startar.	Ja	12
10	Tis	9.15	Boule – utomhusspel i Kålgårdsparken.	Ja	12
12	Tors	10.00	Skogsvandring: Sjulsarvet, parkeringen. B Jäderberg, N Fäldt.		11
19	Tors	10.00	Skogsvandring: Karlsbyheden, idrottsplatsen. N Jonsson, B Jäderberg.		11
25	Ons	9.00	Golf: Samling för golfare. Scramble.		12
26	Tors	10.00	Skogsvandring: Vårfinal. Grycksbo Tansvallen. Två banor.		11
Juni					
3	Fre	13.00	Lunch på Restaurang Chapeau d'Or.		15
28	Tis	8.00	Golf: Falubygdens föreningsmästerskap.	Ja	13
28	Tis		Resa: Heldagstur till Forsmark och Mackmyra	Ja	6-7
Juli					
22	Fre	10 ca	Resa: Utfärd med ångfartyget Engelbrekt	Ja	7
27	Ons	11.00	Utflykt med väntjänsten: Grycksbo, Stora fabriken o omgivningar.	Ja	15
Aug					
7	Sön	12 ca	Resa: Carmen. "Opera på skäret".	Ja	8
18	Tors	8.00	Hemlig resa.	Ja	8

Sept

1	Tors	10.00	Skogsvandring: Tallen (bakom City Gross). S-E Ekeborg. B Kindlund.		11
2	Fre	10-11	Bowling: Höstterminens spel startar.	Ja	12
2	Fre	13.00	Lunch på Restaurang Kopparhatten.		15
8	Tors	10.00	Skogsvandring: Kårarvet. N Fäldt, B Kindlund.		11
14	Ons	13.30	Mån:smöte: Falu gruva i litteraturen. Bo G Jansson Högskolan Dalarna.		5
15	Tors	10.00	Skogsvandring: Hökviken. Samling Hällaförrådet. N Fäldt, B Kindlund.		11
17	Lör	9.00	Peter Carlsson & Blå Grodorna, Scalateatern Stockholm.	Ja	8-9
19	Mån	11.15	Ryggymnastik: Höststart.		13
19	Mån	16.00	Vattengymnastik: Höststart.		13
22	Tors	14.00	Vattengymnastik: Höststart.		13
22	Tors		Resa: Skultuna Messingsbruk och Sala Silvergruva.	Ja	9
22	Tors	10.00	Skogsvandring: Kniva. N Jonsson, B Jäderberg.		11
26	Mån	14.00	Kafé Björken: Öppnar för säsongen. Tre sjukgymnaster informerar.		15
28	Ons		Studiebesök: Fjärrvärmeverket i Falun.		5
29	Tors	10.00	Skogsvandring: Hemlig vandring. Samling meddelas senare.		11

Okt

26	Ons		Studiebesök: Svenska Standardbolag, Falun.		5
----	-----	--	--------------------------------------------	--	---

Nov

19	Lör	9 ca	Resa: Zpanska flugan på China Teatern.	Ja	10
----	-----	------	----------------------------------------	----	----

BLÖMSTET RIKET

Allt inom
**SORGBINDERI
BRUDBINDERI**

Vi förmedlar dina
blommor vart du
vill!

Vardagar 9.30-18

Lördagar 10-16

Söndagar 12-16

023-651 66

*Varje begravning
är unik!*

*Vi har som ledstjärna att med
kompetens och omsorg assistera i alla
frågor som rör död och begravning,
oavsett om vi får Ert förtroende att
hjälpa till med alla arrangemang
eller endast en del av dem.*

*Personlig hjälp, kunskap och
mångårig erfarenhet ger er trygghet!*

*Vi erbjuder begravningar i alla prislägen.
Välkommen in och hämta vår prislista.*



Falu Begravningsbyrå

Bergskolegränd 6.

info@falubegravningsbyra.se

Tel 023-102 78.

www.falubegravningsbyra.se

Husqvarna

VIKING®



Husqvarna E 20
med 22 sömmar bl a
overlock
och knapphål
2.195 kr

**Service med 12
månaders garanti**

Husqvarna Sy
– Jörgen Eriksson
Parkgatan 1, Falun,
023-108 43
*Fri hämtning och
utkörning
inom Falu kommun*

SPF Falubygdens årsmöte 2011

SPF:s årsmöte i Missionskyrkan i februari gick en timme snabbare än 2010. Anledningen var valen. Mötesordförande Bertil Österlund behövde bara klubba de personer som skulle ingå i styrelse och kommittéer som sammankallande.

En annan nyhet var ekonomin. I år slutade verksamhetsåret med ett minus på 45 000 kronor. Det innebar att kassan naggades i kanten. Styrelsen hoppas kunna spara en del pengar, bl a för tryckning av SPF-Nytt.

Missionskyrkans stora sal var knappt halvfylld när ordförande Karin Michols hälsade välkommen. Föreningens kör, nu större än någonsin, inledde med tre sånger under Margareta Åbergs ledning. Därefter höll förre komministern Mats Bergman presentation.

Bertil Österlund ledde årsmötet för tionde gången eller mer. Vid sin sida hade han sekreterare Ingegärd Mellquist.

Österlund brukar alltid lätta upp förhandlingarna med en och annan historia. F d kommunalrådet tog också i år chansen och berättade ett par historier. Den sista gick definitivt hem hos medlemmarna.

För att kunna följa föredragningslistan (31 punkter) fick besökarna, som inte läst på hemsidan eller fått handlingar från expeditionen, plocka åt sig handlingar vid ingången. Det var ett antal A4-papper.

Mötet var väl förberett. Inga ändringar, inga diskussioner utan bara några korta frågor. Anders Pettersson, ledamot av fullmäktige, berättade att kommunen år 2011 betalar ut bidrag med 50 kronor per medlem – ett välkommet tillskott till kassan.

Alla berättelser godkändes, likaså medlemsavgiften för år 2012 till föreningen på 85 kronor. Sedan tillkommer distrikt (20 kronor) och riksförbund (110 kronor) så slutsumman landar på 215 kronor nästa år, under förutsättning att distrikt och förbund inte höjer sina avgifter.

– Under 2010 arbetade styrelsen energiskt och med stor glädje, sade Karin Michols under ett av sina många, korta inlägg från talarstolen. Hon ser fram mot ett bra arbetsår.

Karin Michols omvaldes som ordförande, nu för tredje gången. Det fanns ingen motkandidat. Styrelseledamöter och verksamhetsansvariga framgår av sid 2.

Revisorer: Martin Eriksson och Marie Kellner (nyvald). Ersättare: Gunnar Bergman och Olle Olausson.

Ulf Lundquist, avgående revisor, avtackades av ordföranden. (Foto: Gustaf Lagerby)



Korta klipp ur verksamhetsberättelserna:

STYRELSEN: Medlemsantalet ökade med 3,3 procent, från 1792 till 1852 medlemmar. 1146 är kvinnor och 706 män. Det innebär 62 procent kvinnor och 38 procent män. 137 nya medlemmar kom under 2010. Vid månadsmötena hade föreningen tillgång till skrivtolkar, något som speciellt medlemmar med nedsatt hörsel har uppskattat. Styrelsen genomförde 13 sammanträden med totalt 155 paragrafer.

PRESS- och PR-KOMMITTÉN: Medlemsbladet SPF-Nytt kom ut fyra gånger. ”Brevduvor” har sett till att medlemmar i Falun fått hem tidningen, övriga har fått tidningen med posten. Webbplatsen www.spffalubygden.com uppdateras kontinuerligt. Cirka 20 gruppmejl skickades till 800 anmälda adresser.

VÄNTJÄNSTEN har haft 21 aktiva ”väntjänstare”. Var och en har ansvarat för sin stadsdel i kommunen. Kafé Björken på Vallmansgatan är populärt: det hölls 13 välbesökta träffar på våren och 12 under hösten. Individuell väntjänst har utförts vid ett flertal tillfällen.

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET är ett stort rådgivande organ med fyra ordinarie och fyra ersättare från SPF. En fråga under året var nya lagen om anhörigstöd. Kommunen är tvingad erbjuda stöd till den som vårdar anhörig.

FRISKVÅRDSKOMMITTÉN har många olika grenar, bl a musikunderhållning med dans, skogsvandring, golf, boule, bowling, vattengymnastik och rygg-gymnastik. Plus SPF-dagen på Lilltorpet som genomfördes för sjätte gången. Kommittén ansvarar också för Motionslotteriet. Ett antal medlemmar startade i rikstävlingar.

SPF-KÖREN fick nya medlemmar under 2010, nu består kören av 56 sångare. De övade vid 24 tillfällen. I april kom Sandvikens SPF-kör på besök. I Vika gavs konsert med båda köerna. Ledare: Margareta Åberg.

PROGRAMKOMMITTÉN svarade för den uppskattade vårlunchen i Sågmyra herrgård. Plus programmen vid fem månadsmöten i Missionskyrkan samt sex studiebesök.

STUDIEKOMMITTÉN har erbjudit kursverksamhet i drygt 20 olika ämnen, allt från läsecirkel till linedance i olika steg. Kommittén har samarbetat med församling och studieförbund. Vidare med bridgeklubben om nybörjar- och fortsättningskurser. De ansvariga i kommittén vill ha tips om nya kurser och cirklar.

RESEKOMMITTÉN genomförde 18 resor. Det var rekord. Intresset för resorna har varit stort, flera måste dubbleras (Björn Skifs och ”Sista Dansen”). Fyra resor inställdes på grund av för få anmälningar.

BRUKARRÅDEN samlas två gånger om året. Rapporter och synpunkter har då inkommit från de fyra enskilda brukarrådsgrupperna i Grycksbo, Britsarvet, Tisken och Norslund. Grupperna deltar i vårdcentralernas träffar.

TRAFIKKOMMITTÉN har varit representerad, bl a vid möten och utbildningar som Falu kommun/gatukontoret anordnat. Fortbildning av bilförare och utbildning i trafikregler för invandrare har rönt stor uppskattning.

EXPEDITIONSKOMMITTÉN har svarat för att expeditionen varit tillgänglig tisdagar, torsdagar och fredagar under vintern och tisdagar under sommaren. Vid vissa tillfällen, särskilt när SPF Nytt kommit ut med nya resor, är expeditionen dubbelbemannad.

MÖTESKOMMITTÉN har biträtt besökare vid SPF-möten i Missionskyrkan, särskilt vid entrén och garderoben. Vidare har man sålt kaffebiljetter.

Sven-Erik Ejeborg



*Ingrid Klärcke, ny ersättare i styrelsen samt ny sammankallande i programkommittén.
(Foto: Gustaf Lagerby)*



*Kersti Andersson, ny på expeditionen. Ersätter Karin Wigelius som avtackades i mars.
(Foto: Gustaf Lagerby)*

SPF Daladistriktets årsstämma

Nej, det blev ingen revolt på distriktets årsstämma i Tällberg den 23 mars. Uppenbarligen var föreningarna väldigt nöjda med distriktsstyrelsens verksamhet, framför allt det omfattande arbete som ordföranden Rune Karlsson från Hedemora har lagt ner i anslutning till remissen om en eventuell sammanslagning av SPF och SPRF (som alltså inte blir av).

Tyvärre hade Rune meddelat att han av hälsoskäl valt att inte längre kandidera till styrelsen varför han med många varma och vackra ord blev vederbörligen avtackad. Som hans efterträdare valdes Inger Nyberg från Älvdalen som med glädje kunde konstatera att Rune lovat att acceptera att vara adjungerad till styrelsen under en övergångsperiod.

Även i övrigt skedde alla val i enlighet med valberedningens förslag.

Två motioner behandlades på stämman. Olle Wickbom från SPF Hedemora föreslog att SPF centralt ska verka för att det nuvarande musikutbudet hos Sveriges Radio ska ändras genom att en Seniorkanal

skapas där musikutbudet kan bli mer varierat. Stämman beslöt att tillstyrka motionen.

Den andra motionen från SPF Svärdsjö-Enviken innebar att distriktsstyrelsen ska verka för en omfördelning av medlemsavgiften så att en större del går till distriktet och föreningarna och en mindre del till förbundet (20%-20%-60%). Stämman beslöt i enlighet med styrelsens förslag som innebär att en omfördelning av medlemsavgiften är helt rätt tänkt men att en omfördelning enligt förslaget i dagens situation är orealistisk. Styrelsen kommer under kommande verksamhetsår att försöka påverka kostnadsbilden för förbundet samt utöka nyttjandet av centrala resurserna. En avgiftshöjning till förbundet ska under alla omständigheter motverkas.

Stämman inleddes med ett hälsningsanförande av Ulrika Liljeberg, ordförande i Leksands kommuns kommunstyrelse, och ett synnerligen vackert bildspel över det blågula Sverige.

Bo Bävertoft

Falu lasarettens medicin-historiska museum

Om man blandar gammal sjukvårdsutrustning med eldsjälur i form av f d sjukvårdspersonal och lokaler i det gamla Nisserska huset (som från början kallades Wallmanska arbetsinrättningen och var en social inrättning, ett boende för kommunens "hjon") så har man, efter ett antal år, Falu lasarettens medicin-historiska museum. Och det är där som vi i dag gör ett studiebesök.

Vi är inte många besökare, men det är med stort intresse vi lyssnar till den information som vi får om vad forna tiders sjukvård innebar. Vissa instrument och pillerburkar känner vi igen medan andra är helt nya och ibland skrämmande bekantskaper.

Våra informatörer heter Inger Lennerthson och Anne-Mari Johansson. De är två av de sex f d sjuksköterskor som varje vecka träffas och går igenom nyinkommet material. Ibland är det svårt att förstå vad ett instrument använts till. Men man funderar, sorterar och katalogiserar. Ett stort och viktigt arbete som sker helt på ideell väg.

Nu får bilderna tala:



*Inger Lennerthson
och Anne-Mari Johansson.*

*Olika medicinska preparat
i gamla förpackningar.*

*Den fantastiska elektromagneten som
användes till att, på magnetisk väg, dra
järnflis ur ögon. En apparat som säkert
behövdes i våra trakter där det fanns
både gruva och stålverk.*



Text och foto: Inger Ågren-Grundelius

Månadsmöte januari:

Jeanne d'Arc – ett mysterium

Det var en mycket fängslande och intressant föreläsning Jan Axelsson gav för januaris välbesökta månadsmöte. Jan har i 40 år varit verksam som gymnasielärare i Falun och är väl insatt i historiska ämnen.

Jeanne d'Arc har för Jan varit ett mysterium. Hur skulle man förstå hennes person och vad hon utträttade? Från att först ha varit raljerande skeptiker kom Jan alltmer att känna förundran över hennes mod, målmedvetenhet och moraliska styrka och han ville gärna berätta den fascinerande historien.

Jeanne föddes 1412 i en liten fransk by under enkla förhållanden. Det var oro i Frankrike med en svag kung och konflikt med England som behärskade norra delen av nuvarande Frankrike. Från trettonårsåldern upplevde Jeanne röster och visioner från Gud att rädda kungen och Frankrike och driva ut engelsmännen. Hur kunde den olärda men målmedvetna flickan övertyga kyrka och kung att med sitt standar få stå i spetsen för en armé att befria Orléans och föra kriget vidare? Till slut kom motgång och hon blev fånge hos engelsmännen. Politiska skäl fanns att få henne dömd som häxa och kättare. Spänningen steg i salen när Jan beskrev rättegångens förlopp, hur man med snärjande frågor, hot och tortyrinslag försökte få henne att erkänna kätteri. Hon försvarade sig bra men gav småningom upp för övermakten. Hon ändrade sig dock och stod för sin övertygelse. Hon dömdes och brändes på bål 1431. Askan ströddes i Seine. Frankrike och kyrkan hade svikit henne. Hon blev senare rehabiliterad och helgonförklarad och ses nu som Frankrikes skyddshelgon och en nationalsymbol, jungfrun av Orléans.



Karin Michols tackade Jan för en berättelse som verkligen trollbundit åhörarna.

Mötet inleddes med Gunnar Trueds information om kommande resor.

Månadsmötet texttolkades.

Gustaf Lagerby

*Karin Bennhult (texttolk), Karin Michols och Jan Axelsson.
(Foto: Gustaf Lagerby)*

Månadsmöte mars:

Aktuella stadsbyggnadsprojekt

SPF Falubygdens medlemmar är intresserade av vad som händer och kommer att hända i staden. Programkommittén hade därför till månadsmötet inbjudit Faluns stadsarkitekt Per Grundström. Karin Michols hälsade honom välkommen. Man vet enligt Karin inte alltid om man kan lita på vad som står i lokaltidningarna men nu ser vi fram mot att bättre få veta vad som kommer att hända i staden.

Per nämnde några förutsättningar som Stadsbyggnadskontoret har att utgå ifrån. Faluns befolkning har de senare åren ökat med ca 200 personer årligen. Stor efterfrågan finns på flerbostadshus, bostadsrätter, villor. Man satsar mycket på lokaler för handel men nya etableringar får inte konkurrera ut centrum. Skid-VM 2015 är ett åtagande som kräver stora satsningar på byggande och infrastruktur. Man är också angelägen om en harmonisk stadsmiljö.



Per Grundström

Per redovisade nu olika projekt, pågående och planerade, i de olika stadsdelarna och vi lyssnade uppmärksamt. Bland annat nämnde han Slättaskogen, Norra Järnvägsgatan, Galgberget, Lilla Källviken. Regementsområdet kommer att tas i anspråk. Egnellska huset, Teaternkvarteret är intressanta planer för framtiden. Men det stora projektet är Resecentrum Falun, ett projekt med flera medintressenter. Man har arbetat med det i många år, men nu är en detaljplan godkänd med sikte på 2015. Många överväganden och omarbetningar har varit nödvändiga.

Per fick efter föredraget som tack livliga applåder och en bok om trädgårdar.

Som inledning till mötet informerade ordförande Karin Michols om resultatet av planerna på SPF:s samgående med SPRF. De blir inte av. 20 av landets 27 distrikt är emot. Men medlemmar i Faluns SPRF är välkomna till vår förening.

Karin nämnde också att SJ erbjuder 50 % rabatt på vissa avgångar för medlemmar i SPF Falubygden. Mer upplysningar om detta finns på vår webbplats www.spffalubygden.com.

Mötet texttolkades.

Text och foto: Gustaf Lagerby

Månadsmöte april:

Sir Ernest Cassel

– Grängesbergbolagets tillskyndare och Zornmecenat



Mycket intressant får vi ta del av vid våra månadsmöten. På aprilmötet berättade Birgitta Sandström, tidigare chef för Zornmuseet i Mora, om Sir Ernest Cassel och om hans anknytningar till Zorn. Ernest var ursprungligen tysk men kom i unga år till England som alltmer framgångsrik bankir med så småningom verksamhet och industriella intressen över hela världen.

Birgitta berättade om hans personliga liv, hans förbindelser med bland annat engelska kungahuset, hans hästuppfödning, konstintresse, framför allt 16–1700-talskonst. Han byggde upp en ansevärd förmögenhet och blev småningom adlad Sir Ernest.

Sir Ernest Cassel

Birgitta Sandström

Hur blev nu denne finansman intressant för Sverige och oss i Dalarna? Järnvägs- och gruvprojekt var hans område och han engagerade sig framgångsrikt i gruvhanteringen i Bergslagen och järnvägsbygget Grängesberg-Oxelösund. Givetvis vistades han vid flera tillfällen i Sverige men bosatte sig aldrig här.

Han visade sitt samhällsengagemang genom donationer till olika projekt, bland annat ett badhus. Mest känd är donationen till ett ”Folkets hus” i Grängesberg som utformades i nyklassisk stil med höga doriska kolonner i fasaden. Denna högtidligt stora byggnad skulle av de anställda användas för sammanträden, kurser, bibliotek och som festlokal. Den skulle ”vittna om kunskapens värde”.

Byggnaden blev vid ett tillfälle svårt brandskadad men byggdes upp igen. Än i dag är ”Cassels” en uppskattad lokal för konserter och teater med god akustik.

Sir Ernest blev tidigt bekant med Anders Zorn och anlät honom som porträttör för sin familj och bekantskapskrets. De blev vänner och träffades ofta. Birgitta kunde berätta om en stor samling konst av Zorn.

Barbro Andréason tackade Birgitta för det intressanta föredraget och överlämnade en bok som gåva.

Som inledning till mötet sjöng SPF-kören Evert Taubes ”Så skimrande blev aldrig havet” och en visa om sommarvind.



Text och foto: Gustaf Lagerby

Melodier man minns

Aven denna vår har Falu Evergreen spelat låtar från ”din ungdom” i Folkets hus. Vid årets första dans var det gott om plats vid borden. Men så var det också en av vinterns kallaste dagar. Betydligt fler kom till de två följande danserna. Då var värsta vintern över.

– Kommer det 80-90 personer är vi nöjda. Så många hade vi de två sista danserna, säger Hans Thors, trumpetare och ordförande i friskvårdskommittén.

Falu Evergreen fortsätter förmodligen med danserna i Folkets hus i höst. Orkestern har funnits i fem år. Här dansar Bernt Kindlund och Inger Malmberg.



Övriga i orkestern: Stig Hellberg, sax och klarinett, Lennart Borg, trombon, Stig Allan Johansson, trummor, Lars Tallberg, bas, och Hans-Anders Bergqvist, piano och sång, alla pensionärer. De har hållit ihop i fem år.

Dans och nostalgisk musikunderhållning i samma lokal även i höst?

– Det är inte klart ännu men jag hoppas på fortsättning. Jag vet att vår publik gärna vill höra musik av Glenn Miller. Det ska dom också få, svarar Hans.

Ibland dyker orkestern upp på andra platser. I vinter har man spelat för blandad publik i Ore, Gustafs och Skenshyttan. Närmast väntar Nostalgisk folkparksträff på utebanan (men under tak) i Stjärnsundsparken den 19 maj. Ett spännande initiativ. SPF Husby har inbjudit ett stort antal föreningar.

Sommarprogrammet?

– Vi har underhållningsserien i Stadsparken (vid lasarettet). Vid premiären den 12 juni spelar vi. Sedan fortsätter underhållningen ytterligare tio söndags-eftermiddagar under sommaren.

En annan viktig speldag för Falu Evergreen är underhållningen i Ernst Rolfgården den 17 augusti.

Text och foto: Sven-Erik Ejeborg

Måste lämna bästa lokalen

Sedan sista april är boulespelarna i Falun utan lokal. Hela vintern har de tränat i en av landets bästa inomhuslokaler. Nämligen den som låg vägg-i-vägg med cykelvelodromen i f d Scania. Tre månader efter det att den närliggande velodromen gick i konkurs stoppades boulespelet.

Gästande spelare menade att det var en av de bästa boulehallarna i landet. Det fanns åtta internationella banor. Som ändrades till 16 vid mindre tävlingar.



– Det var så bra att vi kunde ha arrangerat VM, säger Torgny Thorwalls, en av ledarna.

Tack vare de nya banorna fick boulesporten ett kraftigt uppsving i Falun. Bouleklubben ökade medlemsantalet rejält. Det var nästan lika många damer som herrar.

Ett vanligt träningspass pågick i två timmar, med paus. Det medhavda kaffet intogs i lokalen. Där var gott om stolar och bord.

– Det var en sorglig dag när vi spelade sista gången. Då festade vi på korv. Alla var ledsna för att vi inte fick komma tillbaka, säger Thorwalls.

Torgny Thorwalls och Agneta Lundgren, två av SPF-spelarna i boule.

Nu fortsätter man utomhus på Kålgården så länge vädret tillåter. Under tiden letar ansvariga efter en ny inomhuslokal. Innan man började på Scania spelade faluborna i Grycksbo. Det är möjligt att man återvänder dit. Det kan också bli Borlänge.

Den stora inomhuslokalen i Scania glömmer man aldrig. Där fick man ut tio banor. Spelarna hjälpte till att fylla på grus. Det gick åt fem-sex billass. På de åtta banorna kunde man ha arrangerat riktigt stora tävlingar, även VM.

Servering kunde lätt ordnas och toaletter fanns på nära håll. Inget saknades.

– Många tyckte att det var för bra för att vara sant, fortsätter Torgny Thorwalls. Han är en av dem som nu letar efter ny lokal.

Visst kunde boulespelarna vara kvar. Men då hade hyran ökat tio gånger eller till 60 000 kr per månad. Det har man inte råd med.

I vinter har spelarna erlagt 30 kronor vid varje träningstillfälle. Alla spelade med egna klot.

Hur känns det nu?

– Tråkigt. Man önskar att det vore sommar hela tiden för då hade vi inte behövt leta efter ny inomhuslokal...

Text och foto: Sven-Erik Ejeborg

Fler hittar till *Kafé Björken*

En måndagseftermiddag under senvintern sjöng SPF-kören på Björken. Det var körens tredje besök under de sju år som verksamheten pågått i lokalen vid Vallmansgatan.

Men denna gång hade fler än någonsin samlats i lokalen. Det kom så många att extrastolar måste plockas fram ur källare och andra förrådsutrymmen.

Välkända sånger som bl a *Rosa på bal*, *Solen lyser även på liten stuga*, *Litet bo jag sätta vill* stod på programmet när den stora kören, nu med drygt 40 sångare, väl var på plats.

Dirigent var Margareta Åberg, hennes man Mats fanns vid pianot. Körens ordförande, förre komministern Mats Bergman, berättade i korthet om sångerna som sjöngs. Kören framträdde i två avdelningar.

– Normalt brukar vi ha 40-45 besökare. Men när kören kom, för övrigt för tredje gången, så hade mer än 60 personer samlats, berättar Gun Eriksson som är ansvarig för verksamheten. Kafé Björken startade för sju år sedan.

Måndagen därpå var det också underhållning. Då spelade Falu Evergreen musik av Glenn Miller. Precis vad besökarna ville höra.



Det visste spelmännen sedan tidigare. Glenn Miller-musiken slog igenom på 50-talet. Och den är fortfarande populär, inte bara bland äldre.

Kafé Björken pågår varje måndag mellan januari och maj, undantag de stora helgerna.

– I vår har vi haft fler besökare än någonsin. Många kommer tidigt och markerar plats i lokalen. Inte bara för sig själva utan också för någon bekant, berättar Gun Eriksson som sätter punkt för vårprogrammet den 9 maj.

Under sommaren brukar "Kafé Björken" ordna någon kort utflykt i Faluns omgivning för de gamla. Så blir det även i år (läs mer på sidan 15).

Text och foto: Sven-Erik Ejeborg

Operetten

Grevinnan Maritza



En glad och förväntansfull skara SPF:are gjorde bussresan till Gävle för att njuta av operetten Grevinnan Maritza. Under färden informerade John Nordqvist som vanligt mycket kunnigt och intresseväckande om den föreställning vi skulle vara med om.

Vid framkomsten till Gävle besökte vi Åkrogen som drivs av Janne Dahlberg och hans thailändska fru Shamlong. De serverade en utsökt buffé med thailändskt influerade rätter. Det visade sig att samme Janne senare uppträdde i föreställningen som en framstående Furst Populesco.



Lyriska Sällskapet Gävleborg har en 50-årig tradition att bedriva musikteater i Gävle. Grevinnan Maritza är sedan 2002 den femte i raden av kända operetter som Sällskapet framfört.

Operetten som skrivits av Julius Brammer och Alfred Grünwald med musik av Emmerich Kálmán är en av de mest genomkomponerade musikdramatiska operetterna, och här finns allt, lycka och dramatik, glädje och smärta, sorg och tröst. Den framfördes av en blandning av skickliga proffs och hängivna amatörer som gav föreställningen något utöver det vanliga. Till den sköna upplevelsen bidrog den härliga musiken framförd av orkestern och både en kör och dansare. Inte minst barnen med minsta lilla flickan Tua-Tua var publikknipande artister.

Sammanfattningsvis var det en härlig upplevelse och vi var en glad och lycklig samling SPF:are som i lugn och ro fördes hem av bussige Bengt med Kálmán-melodier fortfarande ringande i öronen. Det är bara att gratulera Gävle-sällskapet till framgången.

Hans Nilsson

Lunch tillsammans

SPF inbjöd efter jul- och nyårshelgerna till en kurs som kallades ”Lunch tillsammans”, vilken innebar att sex personer skulle träffas vid sex tillfällen hos varandra och bjuda varandra på lunch.

En grupp har startat och jag får i uppdrag att söka upp den påbörjade gruppen och ta reda på vad det hela handlar om.

En fördel när man ska möta ett lunchgäng är att mötet lämpligen sker vid en lunch och så blir det denna dag när jag välkomnas hem till lunch hos dagens värdinna Marianne Wiking i Haraldsbo.



Den här gruppen består av Marianne, Maj-Brit, Ann-Marie, Birgitta och Britta och ytterligare en Marianne. Alla utom en är närvarande och det är fem alerta och pratglada kvinnor som i dag äter sin andra lunch tillsammans. Det är inte slumpen som fört dem tillsammans, utan de har tidigare samtidigt deltagit i andra kurser och funnit att de gärna vill fortsätta med samvaro även i annan form.

Man berättar att alla är överens om att maten ska vara enkel och god. Det handlar absolut inte om någon tävling i att laga bästa maten. Och inga priser delas ut (som på TV).

Värdinnan bjuder oss till ett bord som är dukat med drällduk, föräldrarnas finaste porslin, vackra glas och tulpanbukett. Som på den finaste restaurang presenterar värdinnan, stående vid bordet, dagens meny:

Köttsoppa kokt på lamm och olika rotsaker
Turkisk yoghurt som smakbrytare
Hårt bröd och hembakat mjukt bröd bakat på dinkelmjöl
Pålägg - ost och rökt renstek
Kaffe med hembakad semla

Medan vi avnjuter måltiden böljar samtalet fram och tillbaka över bordet. Jag får veta mycket om inrikes- och utrikespolitik, aktuella böcker, höga elpriser och mycket mer. Det bästa av allt är att jag inte behöver ställa en enda fråga. Jag får veta allt ändå. Så jag kan sitta lugnt tillbakalutad på min stol och bara lyssna.

Tack för en trevlig lunch!

Text och foto: Inger Ågren-Grundelius

Lunch tillsammans

SPF inbjöd efter jul- och nyårshelgerna till en kurs som kallades ”Lunch tillsammans”, vilken innebar att sex personer skulle träffas vid sex tillfällen hos varandra och bjuda varandra på lunch.

En grupp har startat och jag får i uppdrag att söka upp den påbörjade gruppen och ta reda på vad det hela handlar om.

En fördel när man ska möta ett lunchgäng är att mötet lämpligen sker vid en lunch och så blir det denna dag när jag välkomnas hem till lunch hos dagens värdinna Marianne Wiking i Haraldsbo.



Den här gruppen består av Marianne, Maj-Brit, Ann-Marie, Birgitta och Britta och ytterligare en Marianne. Alla utom en är närvarande och det är fem alerta och pratglada kvinnor som i dag äter sin andra lunch tillsammans. Det är inte slumpen som fört dem tillsammans, utan de har tidigare samtidigt deltagit i andra kurser och funnit att de gärna vill fortsätta med samvaro även i annan form.

Man berättar att alla är överens om att maten ska vara enkel och god. Det handlar absolut inte om någon tävling i att laga bästa maten. Och inga priser delas ut (som på TV).

Värdinnan bjuder oss till ett bord som är dukat med drällduk, föräldrarnas finaste porslin, vackra glas och tulpanbukett. Som på den finaste restaurang presenterar värdinnan, stående vid bordet, dagens meny:

Köttsoppa kokt på lamm och olika rotsaker
Turkisk yoghurt som smakbrytare
Hårt bröd och hembakat mjukt bröd bakat på dinkelmjöl
Pålägg - ost och rökt renstek
Kaffe med hembakad semla

Medan vi avnjuter måltiden böljar samtalet fram och tillbaka över bordet. Jag får veta mycket om inrikes- och utrikespolitik, aktuella böcker, höga elpriser och mycket mer. Det bästa av allt är att jag inte behöver ställa en enda fråga. Jag får veta allt ändå. Så jag kan sitta lugnt tillbakalutad på min stol och bara lyssna.

Tack för en trevlig lunch!

Text och foto: Inger Ågren-Grundelius

Försäkringsinformation

För perioden 1 april 2011 – 31 mars 2012 har Skandia tagit fram ett nytt informationsmaterial avseende SPF:s medlemsförsäkring.

På www.skandia.se/spf finns all information om medlemsförsäkringen, blanketter, försäkringsvillkor och informationsmaterial. *Prisbasbelopp 2011 är 42 800 kr.*

De som saknar dator kan ringa Allan Magnusson, tel 023-154 14, om frågor runt försäkringarna.

Premier från och med 2011-04-01 till och med 2012-03-31:

Olycksfallsförsäkring:	23 kr/mån
Livförsäkring 0,5 prisbasbelopp:	59 kr/mån
Livförsäkring 1,0 prisbasbelopp:	118 kr/mån

För dig som ansluts till livförsäkringen från 2011-04-01:

Om du är ny medlem från 2011-04-01 eller har tecknat livförsäkring från 2011-04-01 gäller en begränsning av livförsäkringen under de första 12 månaderna. Detta innebär att livförsäkringen endast gäller vid dödsfall på grund av olycksfall under det första året efter inträdet i livförsäkringen. Därefter gäller livförsäkringen oavsett vad som förorsakat dödsfallet.

Observera att du som blivit medlem före 2011-04-01 eller har tecknat livförsäkringen före 2011-04-01 inte berörs av denna begränsning.

Mötesförsäkring – avtalsnummer 7890

Mötesförsäkringen är en olycksfallsförsäkring. Den gäller utan särskild ansökan och omfattar medlem i SPF.

Försäkringen gäller:

- Under möte eller annat arrangemang anordnat av SPF,
 - Under resa till och från sådant möte/arrangemang och
 - Under oavlönad hjälp till annan SPF-medlem, s k väntjänst, förmedlad av SPF.
- Gäller även den s k brevdueverksamheten.

Omfattning:

- Läkekostnader
- Tandskadekostnader
- Resekostnader
- Merkostnader, högst ett halvt prisbasbelopp
- Rehabiliteringskostnader, högst 2,0 prisbasbelopp
- Invaliditet, högst 1,5 prisbasbelopp
- Dödsfall på grund av olycksfallsskada, 0,2 prisbasbelopp

Den som ansluts till försäkringen ska bo och ha sin hemvist i Sverige och vara inskriven i svensk försäkringskassa. Försäkringen upphör att gälla när försäkringstagaren inte längre är medlem i SPF. Om medlem har egen olycksfallsförsäkring, t ex SPF:s medlemsförsäkring, ska ersättning i första hand lämnas från denna.

Försäkringen betalas av förbundet.

Medlemsförsäkring – avtalsnummer 9550

Medlemsförsäkringen består av olycksfallsförsäkring och livförsäkring.

Olycksfallsförsäkring

Ett olycksfall är den kroppsskada som försäkringstagaren ofrivilligt drabbas av genom plötslig yttre händelse, ett utifrån kommande våld mot kroppen. Olycksfall kan vara många olika händelser, som t ex att man ramlar av cykeln och bryter armen, snubblar på trottoarkanten och slår ut en tand eller att man skär sig så illa att man behöver sys.

Om du råkar ut för olycksfall ska du:

- Se till att komma till en läkare/tandläkare
- Spara kvitton för alla utlägg
- Fylla i skadeanmälan

Skadeanmälan finner du på www.skandia.se/spf eller på SPF:s expedition.

Vid olycksfall som omfattas av mötesförsäkringen ska **Skadeanmälan mötesförsäkring** användas, vid övriga olycksfall **Anmälan om olycksfall**. Blanketter finns även på SPF:s expedition.

Ersättning

- Läkekostnader
- Tandskadekostnader
- Resekostnader
- Merkostnader, upp till 3 prisbasbelopp
- Rehabiliteringsersättning, upp till 2 prisbasbelopp
- Akutersättning, pga sveda och värk
- Krisförsäkring. Vid behov, kontakta Skandias Kriscentrum tel 08-534 804 65
- Medicinsk invaliditet pga olycksfall
 - t o m 64 år, högst 10 prisbasbelopp
 - mellan 65 och 75 år, högst 5 prisbasbelopp
 - över 75 år, högst 4 prisbasbelopp
- Dödsfall pga olycksfall, 1 prisbasbelopp

Olycksfallsförsäkringen kan du, oavsett ålder, ansluta dig till när som helst under förutsättning att du är SPF-medlem. Olycksfallsförsäkringen gäller utomlands men upphör att gälla om du har för avsikt att vistas mer än ett år utanför Norden.

En grundförutsättning för att anslutas till försäkringen är att du vid tecknandet har din hemvist i Sverige och är inskriven i svensk försäkringskassa.

Livförsäkring

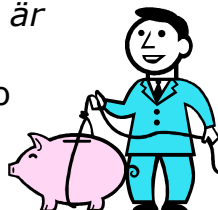
Endast medlem som inte är intagen för slutet sjukvård och som fyllt 60 men inte 70 år har rätt att ansluta sig till livförsäkringen inom sex månader efter det han/hon blivit medlem i SPF och registrerats som medlem i förbundets centrala medlemsregister. För att behålla ett obrutet livförsäkringsskydd efter de tre kostnadsfria månaderna måste du anmäla dig inom tiden för dessa tre månader.

Den som blivit medlem före 60 år eller före 65 år får ett nytt erbjudande på samma villkor att teckna livförsäkring vid nämnda ålder. Försäkringen gäller var du än befinner dig i världen.

Allan Magnusson

50 kronor i onödan ...

... får vi betala om du glömmert att tala om vem du är som betalat in till föreningen. Plusgiro måste då hjälpa oss att ta reda på vem du är.



Kassören



Om du flyttar...

... anmäl din nya adress till SPF-expeditionen (tel 690 45) eller till

vår medlemssekreterare Maud Nilsson (tel 203 42).

Ta bussen till SPF!



Det finns en buss-hållplats alldeles utanför SPF-expeditionen på Trots-gatan. Hållplatsen

heter *Östra skolan*. Där stannar linje 702 (Källviken – Centrum – Stennäset).

Behöver du ta bilen till SPF?



Vi delar parkeringen utanför Kùselska gården med Länsstyrelsen. Sök ledig plats och betala avgiften i biljettautomaten.

Deltar du i ett sammanträde, som SPF kallat till, bör du spara p-biljetten och lämna in den i samband med ev reseräkning, så får du tillbaka avgiften.

Nära parkeringsmöjligheter finns också på *Gamla postparkeringen* och längs *Promenaden*.

Har du e-post?

Skicka ett e-post-brev till föreningens dator falun@spfdalarna.se så för vi in din adress i vår e-post-katalog. Vi kan då vidarebefordra information till dig.

Obs: Gäller endast SPF-medlemmar!

Om du byter e-post-adress,

kom ihåg att skicka den nya adressen till SPF Falubygden.

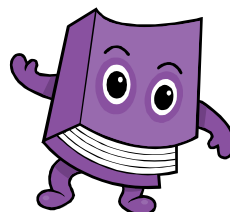
SPF-mästerskap 2011

Orientering: 9-11/8 i Kristinehamn
(obs: ändrat datum) (arr: SPF Bro)

Boule: 20-21/8 i Motala
(arr: SPF Baltzar)

Golf: 1-2/9 i Mariestad&Töreboda
(arr: SPF Mariestad)

Bowling: 5-8/9 i Bålsta
(arr: SPF Håbo)



BOKEN KOMMER

Om du på grund av ålder eller

handikapp inte kan komma till Falu Stadsbibliotek, kan biblioteket komma till dig. Vi kör gratis hem böcker (även talböcker) till dig en gång i månaden.

Ring Marie Wallin, tel 833 40 (böcker), eller Annelie Ståhl, tel 827 36 (talböcker).

SPF-NYTT 2011-2

Ansvarig utgivare: Karin Michols

Innehåll:

Anhörigstöd	16
Annonsansvarig	40
Bilder på webben	4
Bilen till SPF	38
Blogg på webben	4
"Boken kommer"	38
Boule	12
Bowling	12
Brukarråden (vid vårdcentralerna)	17
Bussen till SPF	38
E-post, har du?	38
Expedition/information	2
Flyttanmälan	38
Friskvård	11-13
Försäkringar	4, 36-37
Golf	12-13
Hörselproblem	14
Idéer och förslag, har du?	4
Insändarsida på webben	4
Kafé Björken	15
Kalender	20-21
Kommunala pensionärsrådet KPR	17
Kommunfixar'n	16
Kursverksamhet i nästa nummer	5
Luncher, Restaurang Chapeau d'Or	15
Motionera Mera-lotteriet	11
Motionssimning	13
Musik i Stadsparken	5
Månadsmöten	5
Ordförandens spalt	3
Rabatt på SJ för SPF-medlemmar	18
Reportage:	
Aktuella stadsbyggnadsprojekt	29
Fler hittar till Kafé Björken	33
Jeanna d'Arc – ett mysterium	28
Lunch tillsammans	35
Medicin-historiska museet	27
Melodier man minns	31
Måste lämna bästa lokalen	32
Operetten Grevinnan Maritza	34
Sir Ernest Cassel	30
Resevillkor	6
Resor	6-10

Ryggymnastik	13
Sittande gymnastik	13
Skogsvandringar	11
SPF Daladistriktets årsstämma	26
SPF Falubygden	4
SPF Falubygdens årsmöte	23
SPF-mästerskap 2011	38
SPF-Nytt, redaktion	39
Studiebesök	5
Styrelse	2
Synproblem	14
"Säkrare seniorer"	13
Träffpunkt Britsarvsgården	16
Träffpunkt Smedjan	16
Träffpunkt Källängesskolan Svärdsjö	16
Utflykt med Väntjänsten	15
Vad tycker du om maten?	16
Vattengymnastik	13
Verksamhetsansvariga	2
Verksamhetsberättelser, klipp ur	24-25
Väntjänst	14
Webbplatser	4 o 10

Annonser:

Blomsterriket	22
Din Frisör	18
Falu Begravningsbyrå	22
Husqvarna	22
Phai's Massage och Fotvård	18
SJ Resebutik	19

SPF-Nytts redaktion:

Sven-Erik Ejeborg

se.ejeborg@telia.com

Gustaf Lagerby

gustaf.lagerby@telia.com

Margareta Nissby

margareta.nissby@telia.com

Inger Ågren-Grundelius

inger.grundelius@telia.com

Bo Bävertoft (webbsidan)

bo@bavertoft.st

Stig Hellberg (gruppmejl)

stig@hellberg.nu



Sveriges Pensionärsförbund (SPF)

**SPF Falubygden
Trotzgatan 35
791 72 FALUN
Tel 023-690 45
Org nr 883201-9239**

**e-post: falun@spfdalarna.se
www.spffalubygden.com**

VÄLKOMMEN SOM MEDLEM!

Kontakta vår expedition per telefon, post, e-post eller personligt besök.

VÄLKOMMEN SOM ANNONSÖR!

Varje annons når 1870 medlemmar

Annonsansvarig: Allan Magnusson, 023-154 14

Annonspriser:

Helsida 900 kr • Halvsida 500 kr • Kvantssida 300 kr

Stopptider och utgivningsdagar under 2011:

<i>Nummer:</i>	<i>Manusstopp:</i>	<i>Utgivning:</i>
2011-3 Höstens program	9 augusti	31 aug – 2 sep
2011-4 Inför vintern	8 november	30 nov – 2 dec