



Ordförande Lena har ordet:

KÄRA MEDLEMMAR!



Ni ska veta att jag saknar er och känner mig så sorgsen över att inte kunna säga att vi ses i höst som vanligt. Ingen kan säga hur det blir men en sak är jag övertygad om och det är att vi 70-plussare måste fortsätta att hålla avstånd och tvätta händerna. Något annat som jag är tvärsäker över är att äldreomsorgen kommer att sättas under lupp av våra politiker. ÄNTLIGEN!

P g a pandemin sker mycket digitalt och även vår styrelse träffas med hjälp av den tekniken. På dagordningen står framför allt hur vi ska kunna ordna några aktiviteter som lever upp till de restriktioner som gäller och att vi träffas utomhus! I detta blad annonserar vi vad som händer under sommaren. Vi har bland annat lyckats engagera eldsjälarna på Mälarbacken

Lisa Nylander. Har du egna förslag på vad vi kan göra så hör av dig! Vi har också börjat ringa runt till er medlemmar för att höra hur det går att leva i denna konstiga tid.

Styrelsen har en ambition att kunna ge stöd till dem av er som önskar lära sig mer om hur man t ex håller kontakt med andra via datorn eller mobiltelefonen. Vi samarbetar med både SeniorNet och Vuxenskolan för att hitta en lösning som innebär att man fortfarande håller avstånd. Märkligt att behöva skriva så?! Ta telefonen och tala om för oss i styrelsen vilken hjälp du behöver med din mobil!

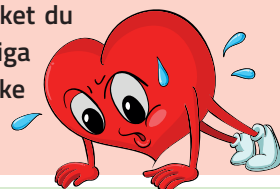
Vi stänger inte ner men vi ställer om!

Lena

Kom och pröva på att gympa med Lisa!

Mjuka lätta rörelser på gräsmattan bakom Åkeshovs slott på tisdagar kl 11-11.30 med start tisdagen den 30 juni under ledning av sjukgymnast Lisa Nylander.

Du bestämmer själv precis hur mycket du orkar och vill. Du behöver bara ha lediga kläder och bekväma skor och kanske en vattenflaska. Allt vi gör sker på



två meters avstånd från varandra.

Efteråt kan vi stanna kvar och ha eget fika med oss – finns bänkar att sitta på i närheten av slottet.

Om det blir dåligt väder eller "nästan dåligt" ring Lisa och fråga om det blir av!

Välkommen!

Lisa Nylander

076-1206761

Lena Hedquist

073-7594082

Boule

Vi spelar Boule hela sommaren på behörigt avstånd. Onsdagar och Söndagar mellan 11-14 på Tranebergsängen och i Björklunds Hage Torsdagar 12:30-15:30

Välkomna.

Info: Astrid Gustafson 076-8122528

Margareta Terfelt 0702-867799

Stavgång

i Blackeberg Måndagar. Samma runda ca 3.5 km. Samling vid Blackebergs T-banestation kl 11.00. Avslutning på café. Info: Astrid Gustafson 076-812 75 28 och Maud Möller 08-87 31 29.

Börja veckan med en promenad!

Vi träffas vid Åkeshovs t-banestation där det också finns parkeringsplats (gratis i två timmar) för den som är bilburen måndagen den 6 juli kl 13.30. Vi går runt sjön Judarn i lagom takt under ledning av Lisa Nylander och efteråt kan vi fika (medhavd) tillsammans på lagom avstånd och hoppas på bra väder! Anmäl dig till Lena Hedquist, 073-759 40 82



<<Förnamn>> <<Efternamn>>
<<c/o>>
<<Gatuadress>>
<<Postnummer>> <<Postort>>

PP Sverige, Port Payé

Styrelse och fakta om SPF Seniorerna Bromma

Lena Hedquist, ordförande 073-759 40 82
lena.hedquist@gmail.com

Monica Alstermark, sekreterare 070-092 29 59
monicaalstermark15@gmail.com

Eva Janson, kassör 070-440 12 82
eva.janson@telia.com

Karin Lund 070-825 43 90
karin.lund@priorita.se

Birgitta Örnbrand 070-410 18 65
ornbrandbirgitta@gmail.com

Alice Fri 070-491 47 67
alicefri@telia.com

Maivor Carlens 070-601 04 42
mecarlens@gmail.com

Övriga funktionärer
Ulf Aldin, hemsidan 070-537 90 96
ulf.aldin@aldix.se

Valberedning:
Britt-Marie Holmberg 070-697 92 92
Elisabeth Hallqvist 076-240 66 91

Revisorer
Hans Edenhammar och Berit Linton

Arbetsgrupper (sammankallande):

Redaktionsgruppen
Birgitta Örnbrand 070-410 18 65

Äldrefronten
Lena Hedquist 073-759 40 82

Hemtjänstgruppen
Monica Poppen 070-260 08 71

Kommunikationsgruppen
Ulf Aldin 070-537 90 96

Programgruppen
Lena Hedquist 073-759 40 82

Föreningens adress
SPF Seniorerna Bromma, c/o Hedquist
Beckomberga Ängsväg 10, 168 63 Bromma

Årsavgift 2020 260 kr
vänmedlem (medlem i annan SPF-förening) 60 kr

Organisationsnummer 802412-8558

Hemsida www.spfseniorerna.se/bromma

SPF SENIORERNA BROMMA

Informationsblad till medlemmarna i SPF Seniorerna Bromma.
Redaktion: Lena Hedquist, Birgitta Örnbrand, Gunilla Rommér och Ulla von Platten.
SPF Seniorerna Bromma trycks av AB Normalmstryckeriet i Sollentuna.

Trygghet med Bromma Veteranring

Du ringer till vår telefonsvarare varje dag före kl 12.
Vi lyssnar av att du ringt. Annars kontaktar vi dig
eller om vi inte får tag på dig dina anhöriga.

Hör av dig till någon av oss.
Hans Edenhammar 073-912 98 98
eller Astrid Gustafson 076-812 75 28.

Äldre Direkt tel 08-80 65 65

Svarar på allmänna frågor och ger råd om Stockholms Kommuns
äldreomsorg samt förmedlar kontakt med biståndshandläggare.

Öppet från 08.00 och till 16.30 på måndag och onsdag,
18.00 på tisdag och torsdag samt till 16.00 på fredag.
aldredirekt.service@stockholm.se

Rapport från cykelgruppen.

Vi har under våren gjort flera cykelturer, bl a till Kärsögården, Drottningholm och Kina slott. Vi har njutit av den skira grönskan och hav av gullivor.

Efter midsommar träffas vi en gång i veckan på onsdagar.

Vi välkomnar flera cyklister till gruppen! Hör av Dig till Alice Fri tel 070 4914767



OBS! Du har väl inte glömt meddela din e-postadress och ditt mobiltelefonnummer till Ulf Aldin 070-5379096. Också viktigt meddela om du bytt e-postadress eller mobilnummer. Viktigt för att du ska kunna få aktuell information från föreningen.

Trygghetsjouren tel 508 40 700

Vid akuta äldreomsorgsfrågor
kan du dygnet runt ringa till
Stockholms trygghetsjour.