

HÖSTLÖVET



Medlemsblad för SPF Seniorerna Fruängen – Älvsjö

Nr 341

Februari/mars 2022

Årgång 35

Vi måste tyvärr fortsätta med anmälningar och inbetalningar till aktiviteterna.

***Se under varje aktivitet vad som gäller och i vilken lokal.
Glöm inte att vid betalning ange den kod som står vid varje aktivitet.***

Vår hemsida uppdateras kontinuerligt, kontrollera där om det blir sena ändringar i programmet.

Årsmötet 15 februari flyttas till den 26 april. Ny kallelse i Höstlövet 342.

3 mars kl. 16 är det 'Before dinner' på puben Tre Vänner se s. 7.

15 mars kl. 13 föredrag om Brännvinskungen, se s.7.

24 mars kl. 9.30 Dahliaträff i vår lokal på Hanna Paulas Gata 13.

29 mars kl. 11.00 Studiebesök i Stockholms Moské, se s.8.



Vaccinerad så klart!

Medlemsblad för

SPF Seniorerna Fruängen - Älvsjö

Hanna Paulis Gata 13
129 52 HÄGERSTEN
(ingång från baksidan)

Org.nr 802014-2702
Bankgiro 106 - 3791
Swish 123 143 6864

E-post: spffruangen@stockholmsdistriktet.se

Hemsida: www.spfseniorerna.se/fruangen

| | | |
|------------------------|-------------------------------------|---------------------------|
| Ordförande | Iréne Svensson | 08-644 19 76 |
| Vice ordf. | Karin Hagy | 073-844 99 90 |
| Kassör | Arne Lönnebring | 070-592 43 08 |
| Sekreterare | Marita Pettersson | 070-633 53 37 |
| Medlemssekreterare | Birgitta Grkovic | 070-298 31 21 |
| IT- /webbansvarig | Rigmor Olivegård Landén | 070-777 02 36 |
| Styrelseledamot | Christina Björklund | 073-905 48 07 |
| Styrelseledamot | Håkan Jarmar | 070-362 98 71 |
| Redaktör Höstlövet | Gull-Britt Larsson | 08-18 59 51/070-778 59 51 |
| Styrelsesuppleant | Gunvor Gunell | 08-88 37 51 |
| Styrelsesuppleant | Iréne Edström | 070-982 54 49 |
| Distributionsansvariga | Synnöve och Kalle Ryman | 08-97 26 98 |
| Lokalansvarig HPG 13 | Synnöve Ryman | 08-97 26 98 |
| Valberedning | Torbjörn Sundsgård (sammankallande) | 073-587 50 71 |
| | Lis Holgersson | 070-480 02 37 |

Redaktionskommitté:

Arne Lönnebring, Christina Björklund
och Rigmor Olivegård Landén

Bidrag till medlemsbladet skickas till:

Gull-Britt Larsson

Karusellvägen 10

126 31 HÄGERSTEN

e-post: ingul41@telia.com

Medlemsavgifter

Medlemsavgiften för 2022 är 310:- kr ska i år betalas till förbundet, normalt ska den var betald senast den 31 januari, men blev i år framflyttat till **28 februari. Viktigt**, när man betalar, är **OCR-numret**. Vi återkommer med information om hur du för kommande år ska kunna få avin som e-faktura. I år är det tyvärr för sent. Är du vänmedlem hos oss får du inbetalningskort som vanligt.

Ordförande har ordet.

Vi trodde nog alla att 2022 skulle bli ett bättre år när det gäller Covid-19 men ännu har det inte blivit någon skillnad. Snarare har det ju gått åt fel håll. Många är sjuka, kanske inte så väldigt sjuka men en stor oro sprider sig eftersom den nya formen smittar otroligt fort.

Själv lyckades jag redan första dagen på året ramla och bryta fotleden vilket ju inte gör saken bättre. Nu hoppar jag fram på ett ben och tycker att det mesta är hopplöst men ser fram emot att få ta bort gipset och lära mig gå på kryckor. Jag ska inte klaga för jag vet att den är många, många som har det mycket värre men lite måste man ju få klaga.

Den nya smittan gör ju nu att vi måste börja ställa in de aktiviteter vi planerat igen eller åtminstone skjuta dem framåt. Julgransplundringen blev ju tyvärr inte av och tomten fick flyga tillbaka hem igen, eller om han nu tog renen till hjälp. Han har lovat komma tillbaka till nästa år igen. Vårt årsmöte flyttar vi fram till den 26 april och övriga aktiviteter som planerats nu i vinter flyttas framåt eller ställs in. Information om detta finns på annan plats i detta Höstlöv. Distriktets årsstämma kommer vad vi vet i dagsläget att äga rum i början av april vilket innebär att vi även i år får vårt årsmöte och distriktets årsstämma i fel ordning.

Vi har, vilket är nytt för i år, gått över till central debitering när det gäller medlemsavgiften, och det betyder att inbetalningskortet inte kom från oss utan från förbundet och jag hoppas att ni fått eller får det snart. Betalningen ska normalt vara inne senast 31 januari, men i år ska den vara inne senast 28 februari. Det här är första året och som vanligt med nyheter kan det bli lite strul men det mesta brukar reda upp sig som tur är. Medlemskortet kommer senare inhäftat i tidningen Senioren.

Nu hoppas jag bara att min fot blir bra och att Coronan försvinner och att allt så småningom kan bli bättre så vi kan träffas på vanligt sätt igen, men tills dess gäller som vanligt de senaste två åren: Håll avstånd, tvätta händerna och använd det sunda förnuftet så fixar vi det här. Som vanligt finns senaste nytt på vår hemsida så kolla där vad det är som gäller.

Iréne Svensson

Nya stadgar

I augusti 2021 beslutade kongressen att SPF Seniorerna ska införa helt nya stadgar på alla nivåer inom organisationen: förbund, distrikt och föreningar. De nya stadgarna träder i kraft fr.o.m. den 1 januari 2022 och består av fyra kapitel, nämligen:

1. Gemensamma stadgar för SPF Seniorerna
2. Särskilda stadgar för förening inom SPF Seniorerna
3. Särskilda stadgar för distrikt inom SPF Seniorerna
4. Särskilda stadgar för förbundet inom SPF Seniorerna.

Förbundet har tryckt upp dessa stadgar i ett A4-häfte på 26 sidor inkl. omslaget. Tyvärr blir detta så pass omfattande att det blir svårt att skicka ut häftet till t.ex. nya medlemmar, men hela stadgepaketet finns på förbundets [hemsida, https://www.spfseniorerna.se](https://www.spfseniorerna.se) Klicka på ”Om förbundet”, ”Organisation” och ”SPF Seniorernas stadgar”. En länk till stadgarna kommer naturligtvis att även finnas på föreningens hemsida.

En av flera förändringar i dessa nya stadgar är som tidigare beskrivits i Höstlövet, att insamling av medlemsavgifter inte längre är föreningarnas ansvar utan detta sker centralt av förbundet. Avin ska normalt skickas ut i november från förbundet och vara betald senast den 31 januari.

OBS! För 2022 är dock utskicket av inbetalningsavier senarelagd och betalningstiden utsträckt till 28 februari.

En annan förändring är naturligtvis att en förening inte längre kan anpassa sina egna stadgar till lokala behov. Ev. önskan om stadgeändring måste därför gälla lika för alla föreningar och skickas in som motion till en kongress som äger rum bara vart fjärde år och dessutom accepteras av minst 2/3 av kongressombuden. Utöver stadgarna kan dock en förening utfärda en ”arbetsordning” med regler som gäller lokalt, t.ex. beträffande vänmedlemmar eller styrelsens sammansättning.

I praktiken kommer de nya stadgarna dock inte att på något synbart sätt att påverka föreningens eller styrelsens löpande verksamhet, förutom då insamlingen av medlemsavgifter, även om t.ex. ändamålsparagrafen m.m. fått en något annorlunda lydelse. Av formella skäl kommer de nya stadgarna att tas upp för beslut på föreningens kommande årsmöte. För jämförelse finns våra tidigare stadgar tillgängliga på föreningens

[hemsida.](#)

Arne Lönnebring

Jubilarer som vi gratulerar i januari



| | | |
|--------------|-------------------------|--------------------|
| 80 år fyller | <i>Harriet Harrvik</i> | <i>14 februari</i> |
| 80 år fyller | <i>Anna-Lena Norin</i> | <i>21 februari</i> |
| 80 år fyller | <i>Christer Bentzer</i> | <i>28 februari</i> |
| 80 år fyller | <i>Bengt Colliander</i> | <i>05 mars</i> |
| 80 år fyller | <i>Karin Elgeryd</i> | <i>14 mars</i> |
| 70 år fyller | <i>Sadie Jansson</i> | <i>13 mars</i> |
| 70 år fyller | <i>Siv Sagerberg</i> | <i>28 mars</i> |

Nya medlemmar som vi hälsar välkomna

Kerstin (Kim) Lindskog
Leif Landesved
Anders Gustafsson
Birgitta Danielsson
Katarina Holmberg
Stig Bernholm
Maj-Britt Gustafsson



Aino Ekengren
Mildred Jonson
Lena och Sven Lantz
Stig Ek
Kaarina Norén
Bo Olsson
Gun-Britt Cammert

.....
Kursen i kalligrafi med Dipak Lahiri är framflyttad till
torsdagen 7 april kl. 09.00-12.00 och fredagen 8 april
kl. 09.00-12.00 i lokalen, Hanna Paulis Gata 13* se s.16 hur du hittar till
lokalen. Kanske finns det platser kvar så lyssna med Marita Pettersson,
0706-33 53 37 maritaleennart26@gmail.com

Kostnad: 500:-/person (6 timmar) betalas till vårt bg: 106 – 3791 eller
Swish 123 143 6864, i kursen ingår material och fika. Ange namn och
kod: **013KAL**.

Reseombud

Vill du bli föreningens reseombud? I verksamhetsplanen står: I samarbete med vår systerförening SPF Seniorerna Mälarhöjden-Hägersten och samverkande researrangörer ska ett antal resor erbjudas våra medlemmar. Några är endagsresor och andra är flerdagarsresor. Är du intresserad anmäl dig då till någon av oss i styrelsen se s.2.

Månadsmöten och årsmöte våren 2022

Tisdagen 15 mars kl. 13.00. Baldersalen i Medborgarhuset, Riksdalervägen 2, Hägerstensåsen.

Vem var brännvinskungen? Hans bild finns på vodkaflaskan Absolut!
Rozita Auer berättar om sin morfars farfar, en man med osedvanlig begåvning. [Lars Olsson Smith](#), känd som L.O. Smith, startade vin- och spritfabriken på Reimersholme och utrustade den med ny modern teknik. Han byggde upp ett brännvinsimperium i slutet av 1800-talet. Hon berättar i föredraget hur det kom sig att han blev ”Brännvinskungen” med hela svenska folket och också om hans stora samhällsengagemang.

Kostnad: 80:- kronor föredrag, kaffe med hembakat till bg:106–3791 eller Swish 123 143 6864. Ange **namn** och **kod 074ROZ**, anmälan **senast 8 mars** till Marita Pettersson

maritalennart26@gmail.com

070-633 53 37

Karin Hagy

karin.hagy@telia.com

073-844 99 90

Tisdagen 12 april kl. 14.00 Baldersalen, Medborgarhuset

Mingel med touche av Italien. Vi äter pizza, dricker italienskt vin, kaffe (espresso) med tillhörande bakverk. Vi testar våra kunskaper i en quiz. Underhållningen står *Adele Li Puma* och hennes pianist för. *Det bästa av Italien är titeln på framträdandet*. Adele är en fantastisk sångerska med stor italiensk repertoar.

Kostnad: 250:- kronor underhållning, pizza, 1 glas vin, kaffe med bakverk till vårt bg:106–3791 eller Swish 123 143 6864.

Ange namn och kod: **102MGL** anmälan **senast 25 mars** till

Marita Pettersson

maritalennart26@gmail.com

070-633 53 37

Karin Hagy

karin.hagy@telia.com

073-844 99 90

Tisdagen 26 april kl. 13.00, Baldersalen i Medborgarhuset

Kallelse, dagordning, verksamhetsberättelsen och övrigt underlag kommer i Höstlövet 342. Motioner till årsmötet ska vara styrelsen tillhanda senast 28 mars och sänds till ordförande [Iréne Svensson](#). Pga covid-19 behöver vi din anmälan till årsmötet, det är dock fri entré.

Studiebesök och andra aktiviteter våren 2022

Torsdagen 3 mars kl. 16.00 – 'Before dinner' är något nytt som vi tänkte pröva på under våren, första gången ses vi på puben Tre Vänner* i Midsommarkransen och under lättsamma former, tar en öl för 47:- eller ett glas vin för 68:- kr (priserna mellan kl. 16-18). Det finns barmeny och smårätter för den som känner för det, sedan är det upp till oss själva att umgås. Ingen formell anmälan utan det är bara att komma.

***Hitta hit:** T-station Midsommarkransen utgång Svandammsvägen, t.h. i biljetthallen, sedan snett över vägen till Midsommarparken 2.

Torsdagen 24 mars kl. 9.30 - 12.00 ses vi på Hanna Paulis Gata 13.

Se på s.16 hur du hittar hit.

Dahlia – en älskad knöl.

Lilian Bjelton berättar om denna blomma. Få växter bjuder på sådan variation i blomform, – storlek och – färg, och så lång blomningstid och blomsterprakt som dahlia.



Star

De är ganska anspråkslösa, lätta att sköta och de kan odlas från knölar, sticklingar eller från frö. På våren är det dags att dela vinterförvarade knölar och förkultivera så att de blir klara för utplantering i maj/juni. Dahliaknölar mår bra av att delas. Man får fler plantor också.

Kom och lyssna på Lilian och lär er tricken att dela dem, hon är medlem i Dahliaentusiasterna <https://dahliaentusiasterna.se/>. Knölna bör vara rengjorda från jord för att kunna se tillväxtpunkterna. Ha med er en vass sekator, etiketter och permanent penna för att kunna märka delarna. Lilian inleder med en kort presentation om dahlia och visar tillvägagångssättet vid delning av knölar. Sedan delar vi våra egna 'knölar' och kanske byter med varandra. Max 12 personer.

Kostnad: 50:- kr för kaffe och hembakat.

Namn och kod:**083DAH** på inbetalningen. **Anmälan** senast **18 mars** till

Marita Pettersson

Karin Hagy

maritaleennart26@gmail.com

karin.hagy@telia.com

070-633 53 37

073-844 99 90

Studiebesök i Stockholms Moské tisdagen 29 mars kl. 11.00.



Huvudentré

Guidad visning av en av landets äldsta muslimska församlingar. [Moskébyggnaden](#), belägen i Björns trädgård, är inhytt i en kulturminnesmärkt byggnad, det gamla elverket Katarinastationen, som är ritad av Ferdinand Boberg. Den invigdes år 2000 efter bara viss ombyggnad och några tillägg såsom minareten och kupolen, som gör att man ser att det är en moské.

Församlingen Islamiska Förbundet Stockholms moské startades år 1981 och sysslar med religiösa, kulturella och sociala frågor. Moskén rymmer ca 2000 bedjande och rymmer förutom de religiösa funktionerna även ett bibliotek, bokhandel, gymnastiksal, kontor, kök, restaurang och föreläsningsslokaler, möteslokaler m.m. Antal besökare uppskattas till mer än 160 000 muslimer per år, andra besökare med en annan tro cirka 21 000.

Visningen tar en timme och kostar **60:- kronor** betalas till vårt bg:106–3791 eller Swish 123 143 6864. Max antal 25 st.

Ange **deltagarens namn** och **kod 088MSK**

Möjlighet att efteråt äta marockansk mat på närliggande restaurang (på egen bekostnad). Detta måste meddelas vid anmälan som görs **senast 22 mars** till Marita Pettersson

Karin Hagy

maritaleennart26@gmail.com

karin.hagy@telia.com

070-633 53 37

073-844 99 90

OBS! Det är några föreskrifter vid besök i moskén: man tar av sig skorna, (inne i moskéhallen är det heltäckande matta), kläder ska täcka ben och armar, kvinnor bör täcka håret.

Hitta hit: T-station **Medborgarplatsen**, utgång Björns trädgård.

Vecka 20 planerar förbundet för Folkhälsovecka även i år.

För närvarande finns det inte något program att tillgå, förhoppningsvis kommer det till nästa Höstlov. Vi i föreningen planerar naturligtvis också för något hälsosamt då.

Onsdagen 18 maj kl.13.00 även 24 maj (om det visar sig vara stort intresse): Trädgårdsträff hos Lilian Bjelton (Liljestigen 11A) visning, fika och trädgårdsprat, möjligheter till köp och byte av sticklingar. Mera information om anmälan m.m. i Höstlovet 343.

Preliminärt program för våren 2022.

Reservationer förändringar i programmet.

Läs informationen om anmälningar/betalningar och återbud på s.12.

- 3 mars kl.16.00 'Before dinner' – besök på puben Tre Vänner i Midsommarkransen, information s.7.
- 9 mars kl.9-17 Bussresa till Strängnäs domkyrka och Arsenalen - försvarsfordonsmuseum. Se information s.10.
- 15 mars kl.13 Vem var Brännvinskungen? Föredrag av Rosita Auer. Information s.6.
- 24 mars kl.9.30-12 Dahlior – en älskad knöl. Lilian Bjelton berättar. Information s.7.
- 27 mars kl.14-18 Ridrarjazzen. Information s.13.
- 29 mars kl.11 Besök i Stockholms Moské, se information s.8.
- 6 april kl.9-14 Buss på sta'n – östra/sydöstra stadsdelarna. Information s 10.
- 7-8 april kl.9-12 Kalligrafikurs med Dipak Lahiri, information s.5.
- 12 april kl. 14. Mingel med italiensk touche, information s.6.
- 26 april kl. 13 Årsmöte, information s.6 och Höstlövet 342 och 343.
- 10 maj kl. 13 Vinprovning med Ritva Elg på Folkets Hus, Park. Information i Höstlövet 343.
- 6 maj kl.13. Konstpromenad i Liljeholmen med Dipak Lahiri. Information i Höstlövet 343.
- 11 maj kl. 8.30 Bussresa till Sala Silvergruva och Sättra Brunn. Information s.11.
- Vecka 20 Folkhälsovecka. Mera information kommer.
- 18 maj kl. 13 Trädgårdsträff hos Lilian Bjelton, Liljestigen 11A. Information i Höstlövet 343.
- 24 maj kl.7.30- Studiebesök på Pythagoras kulmotorfabriksmuseum, Norrtälje samt lunchkryssning med Viking Lines Rosella, se information s.11.
- 24 maj Reservdag för trädgårdsträff hos Lilian Bjelton.
- 7 juni kl. 13.00 Sillunch. Mera information i kommande Höstlöv.
- 15-18 juni Bussresa till Höga kusten med Ulvön. Info s.12.

Vi förutsätter att alla som deltar i våra aktiviteter är vaccinerade.



Vissa av arrangemangen drivs i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan
www.sv.se/avdelningar/sv-stockholm

Resor våren 2022

Resorna gör vi tillsammans med SPF Mälarhöjden-Hägersten.

Mera information hittar ni på respektive förenings hemsida.

Bussresorna utgår från Trekantsvägen 9, Liljeholmen utom den till Höga Kusten.

Avvakta med betalning tills vi vet om resorna blir av.

Onsdag 9 mars kl.9.00 – ca 17.00

Bussresa till Strängnäs domkyrka och Arsenalen – Sveriges försvarsmuseum.

Vi reser direkt till Strängnäs där vi får en 'sittande' visning av den vackra domkyrkan, med anor från 1200-talet. Många förnäma sevärdheter bl.a. högkorets båda altarskåp. Efter visningen av domkyrkan äter vi lunch och åker sedan direkt till Arsenalen för guidad visning av Skandinavians största militärfordonsmuseum. I museet ingår också en utställning av tennfigurer, samt ett soldattorp från 1600-talet.

Anmälan till Ann Falk, tel: 08-97 26 62.

Pris: 435:-kronor (i priset ingår bussresa, visningar och lunch). Minsta antal 37. Betalning senast 27/2 till **pg: 44 80 07-5, bg:270-9095** eller **Swish 123 366 42 40.**

Onsdag 6 april kl. 9.00 - 14.00

Buss på stan – östra och sydöstra förorterna på 5 timmar.

Buss från Trekantsvägen 9, Liljeholmen.

Vi bor i en föränderlig stad med både nya och förändrade förorter som vi oftast inte har någon anledning att besöka.

Följ därför med på en busstur tillsammans med en auktoriserad Stockholmsguide. Vi besöker bl.a. Finnboda hamn, Kvarnholmen, Sickla, Järta sjö samt de nya delarna av Hammarby Sjästad. Vi avslutar resan på ett trevligt lunchställe. Vid pressläggningen är planeringen ej helt klar, men information kommer, på månadsmöten och vår hemsida.

Beräknad kostnad: 500:- (exakt besked vid anmälan) till bg:106-3791 eller Swish 123 143 6864. Ange **namn** och **kod:096STH.**

Anmälan senast **24 mars** till Gull-Britt Larsson ingul41@telia.com tel: 070-778 59 51 eller spffruangen@stockholmsdistriktet.se



Onsdag 11 maj kl. 8.30 – ca 17.30.

Bussresa till Sala Silvergruva och Sättra Brunn

Sala Silvergruva – hela Sveriges skattkammare har en fascinerande historia och har varit i drift sedan 1400-talet. Under en minnesvärd dag kommer vi få kunskaper om både gruvbrytningar och Sveriges historia. Efter en kort fikapaus vid framkomsten kan vi välja mellan två olika visningar – en ovan jord eller '155-metersrutten' med hiss under jord, en vacker och annorlunda visning. Rullator kan tas med ner.

Efter besöket åker vi till Sättra Brunn – Sveriges äldsta kurort – för en god lunch. Vi får visning av kurorten som har en historia från 1700-talet.

Anmälan till Ann Falk, tel: 08-97 26 62.

Pris 435:- kronor (i priset ingår bussresa, visningar och lunch). Minsta antal 37. Betalning senast 27/2 till **pg: 44 80 07-5, bg:270-9095** eller **Swish 123 366 42 40.**

Tisdag 24:e maj kl. 7.30 – ca 19.30

Dagsresa till Pythagoras Industrimuseum och Rosellakryssning

Avresa: Trekantsvägen 9, Liljeholmen. *Giltig id-handling och vaccinationspass.*



Vi börjar med ett besök på Pythagoras Industrimuseum, i Norrtälje. Här möter oss guiden som berättar om Motorfabriken som grundades 1898. Det finns mer att uppleva på museet mer än guidningen, man kan besöka ett gammalt affärskontor och hälsa på i en arbetarbostad med kökstäppa och trädgård. Vi blir också serverade kaffe och smörgås.

Bussen tar oss sedan till Kapellskär där M/S Rosella väntar för en dagskryssning fram och tillbaka till Mariehamn. Ombord är det dags för The Buffet inkl. dryck. Efter lunchen finns tid för shopping i tax-free butiken, njuta av både den fantastiska underhållningen och utsikten. Vi är tillbaka i Kapellskär klockan 17:30. Där bussen väntar och vi kan påbörja färden hemåt.

I priset 738:- kronor ingår: Bussresa tor Liljeholmen (förutsatt 35 st),

Guidning på Pythagoras Industrimuseum samt kaffe och smörgås där.

Dagskryssning med M/S Rosella inkl. lunch, öl, vin, läsk och kaffe

OBS! Anmälan (minst 35 deltagare) senast **14 april** med **namn, adress, födelsedatum (ååmmdd), telefonnummer, ev. mailadress och ev. allergier.**

Till Gull-Britt Larsson ingul41@telia.com tel: 070-778 59 51.

[.spffruangen@stockholmsdistriktet.se](mailto:spffruangen@stockholmsdistriktet.se)

Faktura från Björcks resor tel: 08-550 192 15, www.bjorcks.se

Höga Kusten med Ulvön 15 juni - 18 juni 2022 – 4 dagar

Avresa 15 juni, **Fruängen klockan 7.50** (busstorget), **Axelsberg klockan 8.00** (utanför Vårdcentralen). Åter i Stockholm 18 juni ca kl.19.

Ett digert program med besök på många av Höga Kustens pärlor. Vi bor två nätter på First Hotel Kramm i Kramfors, en natt på anrika Knaust i Sundsvall. Vi äter lunch i Mellanfjärden, åker förbi skulpturen i Lunde minnesmärket från Ådalen 1931, vi besöker Ulvön, Mjälloms tunnbrödsfabrik, upplever hängbron över Ångermanälven, Döda fallet, Thailändska Paviljongen m.m. På hemfärden åker vi fäbodvägen mot Delsbo och äter lunch på Stenegård i Järvsö. Fullständig resebeskrivning finns på månadsmöten och på vår [hemsida](#).

Pris per person i dubbelrum: **vårt pris 6 590:-** (ord. pris 6 990:-)

Tillägg för rum för eget bruk: 250:- kr per natt.

Praktiska upplysningar och anmälan sker enligt principen ”först till kvarn” dock senast 29 april till **Larssons Resor**, 08-34 82 00 eller mail kontor@larssonsresor.se

Vad är vaccinationsbevis och hur får man tag i det?

Du som är vaccinerad mot covid-19 och har e-legitimation kan beställa ett vaccinationsbevis på www.covidbevis.se. Beviset kan laddas ned till din smarta mobil eller skrivas ut på papper.

Blankett om man saknar e-legitimation:

Om du saknar e-legitimation tar det lite längre tid att beställa ett vaccinationsbevis eftersom du behöver beställa det via en blankett och sen får du beviset postat till dig.

<https://www.ehalsomyndigheten.se/globalassets/dokument/covidbevis/be-stalling-av-vaccinationsbevis.pdf>

Anmälnings- och betalningsregler

Samtliga avgifter för studiebesök, aktiviteter och resor inbetalas, efter anmälan till angiven person till bg:106–3791, Swish 123 143 6864.

Ange namn och aktivitetskod på inbetalningen.

Pengarna ska vara oss tillhanda senast före aktuellt arrangemangsdatum.

OBS! Glöm inte lämna återbud i god tid om du får förhinder. Detta gäller speciellt om du vill ha återbetalt.

RIDDARJAZZEN – jazz at the house of nobility

CHAMPAGNEBAR OCH TEA DANCE!

OBS! 27 mars kl. 14-18 (flyttat från 6 februari). Det har blivit en del ändringar i programmet, se [Riddarhuset](#) och klicka på Aktuellt, och sedan Konserter. Det finns biljetter kvar och dessa säljs ENDAST med betalning till SEB konto 5215 03 332 95 eller genom Swish 073-552 45 40! Pris 500:- (femhundra) kronor/styck, t.o.m. 20 mars, tyvärr ingen rabatt. Riddarhuset har begränsat deltagarantalet till 300 personer för närvarande.

Julmarknadsresa till Eskilstuna söndag den 28 november

Vi var 31 glada SPF:are som steg på bussen i Liljeholmen i mörkret klockan 8 på söndagsmorgonen. Första stoppet blev i Torshälla, 7 km utanför Eskilstuna. På kaféet Amaranten (vägg i vägg) med Rolf Berg Keramiks butik serverades vi kaffe och ostfralla.



Keramikverkstaden startades 1976 av Rolf Berg och drivs sedan 1998 av hans son Magnus, som också utbildade sig till keramiker, och dottern Iréne. Rolf och hans fru Siv står för designen.



Årstomte 2021

Inte bara tomtar

Alla figurer gjuts i Portugal och kommer sedan hem för glaseringen. Varje år tillverkas en årstomte, som är populär bland samlare.

Bussen tog oss vidare till Eskilstuna, där julmarknaden var i full gång bland Rademachersmedjorna, som funnits på platsen med början 1659. Här kunde vi botanisera bland allehanda ting, såsom smycken, trasmattor, rökt fisk, rökt renkött och mycket annat. Många passade på att ordna julklappsinköpen. I smedjorna stod smederna och visade hur det fortfarande kan gå till att smida.



Gästgifveriet på Köpmangatan hade dukat upp julbordet i festvåningen. Vi undfägnades med allt du kan önska från det lilla kalla över till det varma, och den lilla efterrätten, som visade sig vara flera, sedan kaffe med kaka. Mätta och belåtna satte vi oss i bussen och fördes lugnt och fint trots halkan hem till Liljeholmen igen.

Rigmor Olivegård Landén

Kontantupproret

Ordförande för kontantupproret är Björn Eriksson, som tidigare bl.a. varit Sveriges rikspolischef. Den drastiska minskningen av kontanter drabbar många grupper i samhället och nu har alla chansen att få göra sin röst hörd. I slutet av 2020 tillsatte regeringen en kontantutredning i syfte att göra en bred kartläggning av betalningsmarknadens utveckling och analysera statens framtida roll. Anna Kinberg Batra har fått i uppdrag att leda utredningen tillsammans med en expertgrupp.

Resultatet ska, förhoppningsvis, presenteras i november 2022. Den 2 december hölls ett seminarium i Riksdagens första kammare med många intressanta föredragningar. Det hela spelades in och det skulle sändas framöver, men än har det inte sänts. Några tappra individer demonstrerade i snöövädret innan seminariet, som ni kanske sett på TV.

Europeiska Centralbanken, ECB, är motsvarigheten till Sveriges Riksbank inom Euro-området. Den har i sin kontantstrategi beskrivit kontanternas roll och varför de är viktiga som betalmedel. ECB lyfter bland annat fram att kontanterna är säkra, att de är inkluderande för alla grupper och att de skyddar privatlivet. I våra grannländer finns alltså en uttalad strategi att värna kontanterna. Sverige går på tvärs mot omvärlden när det gäller kontanterna.

- Skriv ett mejl för att påverka utredningen och berätta om varför kontanter är viktigt för dig fi.betalningsutredningen@regeringskansliet.se (tänk på att vara saklig och hålla god ton för att bli tagen på allvar.)
- Skriv en insändare till din lokaltidning. Tips på ämnen:
”Lokala affärer borde alltid ta emot kontanter.”
”Om man inte får använda kontanter hamnar många utanför samhället.”
”Vad händer vid strömavbrott eller kris om allt är digitalt?”
- Tips på andra insatser:
Du kan också följa ’upproret’ på Facebook och dela våra inlägg, prata med din lokala butik, ta ut kontanter och använd så ofta du kan!
Läs mer om utredningen på [Regeringskansliets sida](#).



Gull-Britt Larsson

Gruppaktiviteter

Bokcirkel **Hanna Paulis Gata 13**, träffas en torsdag i månaden. För information Kontakta Inger Lindberg, tel: 070-911 90 91.



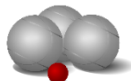
Älvsjö bibliotek gruppen är fulltalig, träffas **måndagar kl. 14.00**, kontakta: Lillemor Tholander, lillemor.tholander@gmail.com. tel: 070-347 44 31.

Örby bibliotek träffas på **måndagar** en gång i månaden, sista gången, den 23 maj hälsar Birgitta Björnlund, tel: 070-091 47 74, bjornlund799@gmail.com.

Bordtennis Västertorpshallens lilla motionsrum en trappa ner bakom receptionen. **OBS! torsdagar kl. 11.00 – 12.00**. Nya spelare är välkomna. Kontakta Göran Mörk, tel: 070-333 35 45 för säkerhets skull.



Boule **onsdagar kl. 10.00 – 12.00**
Prins Bertils boulehall på vackra Djurgården. Varje onsdag kl. 10-12 under perioden september – maj spelar vi boule i Prins Bertils boulehall. Trevligt sätt att umgås, tävla och motionera på. Efteråt brukar vi ta en kopp kaffe. Kom gärna med på ett gratis provspel. Medlemsavgift 200:- kr/helår. Spelavgift 700:-/helår. Kontakta Elisabet Sidh 070-939 53 77.



Bridge **måndagar kl. 09.30** i lokalen Hanna Paulis Gata 13, **gör uppehåll under januari-februari** anmälan till Birgitta Pihlgren, bpihlgren4@gmail.com (helst) eller 070-650 44 60.



onsdagar kl. 09.30 i lokalen Hanna Paulis Gata 13 **gör uppehåll under januari-februari** anmälan till Ing-Mari Ohlsson, ingmari.ohlsson@telia.com (helst) eller 070-561 67 46.

torsdagar kl. 12.30 – ca 16.00 Solberga Ängsväg 13. anmälan bridgen@googlegroups.com eller telefon till Roger Andersson 070-654 05 97 eller Eva-Lena Frank, 073-844 00 66.

Kortspelsgruppen (ej bridge) träffas **torsdagar kl. 13.00** tre ggr i



månaden i lokalen Hanna Paulis Gata 13. Vi spelar enkla spel, skrattar och har kul, för information: kontakta Margaretha Sjödin, tel: 070-734 35 24.

Gymnastik Västertorpshallens lilla motionsrum en trappa ner **bakom receptionen. Tisdagar kl. 11.00 – 12.00.**



Kontakta Lilian Bjelton, tel: 070-396 16 38.

Målargruppen träffas på Café Koppen **onsdagar kl. 14.00**, var 14:e dag ojämn veckor. Kontakta: Gunvor Gunell, tel: 08-88 37 51.



Stick-/syjunte-/pysselgruppen träffas i lokalen på Hanna Paulis Gata 13 **onsdagar kl. 15.00** var 14:e dag, jämna veckor. Kontakta:



Gull-Britt Larsson, ingul41@telia.com, tel: 070-778 59 51.

Vandringar **torsdagar kl. 9.45**. Vi försöker variera vandringarna, ibland med T-bana eller buss till vandringsmålet för dagen, för närvarande sker vandringarna i närområdet. Vi samlas **Fruängens T-bana, nedre plan torsdagar kl. 9.45**



Välkommen önskar Ulla L. med vandringskompisar.

Kontakta: Ulla Löfving, tel: 08-97 50 38/076-215 82 66.

*** Hitta till Hanna Paulis Gata 13**

- 1) Från tunnelbanans övre utgång, gå rakt fram förbi Café Koppen, över Elsa Brändströms gata, uppför en trappa emellan husen, ta vänster, nerför trappan genom portalen, ta vänster och vänster igen.
- 2) Från tunnelbanans nedre utgång, ta till höger, förbi Hemköp, förbi skulpturen fram till färgglada tunneln under Elsa Brändströms gata, följ promenadstigen, första avtagsstigen snett upp till höger mellan husen.
- 3) Bilparkering (mot avgift) finns nere i centrum, samt mellan Elsa Brändströms Gata och T-banan mitt emot Hanna Paulis Gata (fri parkering närmast Hanna Paulis gata och betalparkering närmast E4:an).

Manuskript till april/majnumret senast 25 mars 2022

Hämtning och distribution av april/majnumret 4 april 2022.