

Medlemstidning nr 2 - Mars 2024



Narcisser hos Bloms Blommor

Fira Grindslanten 40 år den 6 maj i S:t Larsgården!

**Inbjudan till Grindslan-
tens 40-årsfirande**
Sid 2

Vad hände på årsmötet?
Sid 17

**Inbjudan till Grindslantens 40-årsfirande
måndagen den 6 maj**

Vi tänker fira Grindslantens 40-årsjubileum den 6 maj i
S:t Larsgården med start **kl. 13.00**

Preliminärt program för Jubileet:

- Servering av en enklare måltid med dryck
 - Kaffe & kaka
- Höjdpunkter ur föreningens historia
- Musikunderhållning med en trubadur
 - Allsång
- Musikquiz med fina priser

**Då vi för att kunna dimensionera mat & dryck behöver vet
hur många som kommer måste du göra en bindande anmä-
lan att du kommer, senast den 10 april.**

Anmäl dej via ett mail till: boka.grindslantent@gmail.com,
ange namn på de som kommer eller ring:
070-612 04 85 (Göran Ahlberg)

Vi tackar våra annonsörer samt Percys kött och ICA Norrviken för att de
stödjer vår verksamhet för äldre i Sollentuna, ett stort tack till er alla



Kalendarium och information	4
Ordförande har ordet	5
Sen sist	6-7
Resor och Studiebesök mm	8-11, 23
Månadsmöten mm.....	15
Om SPF Seniorerna Grindslanten	21
Styrelse och funktionärer	22

Vill du träna hos Friskis & Svettis....

De finns nu även i nyöppnade fräscha lokaler i Rotsunda i f.d. 3M-huset, ett träningskort gäller både i lokalerna i Stinsen och de nya i Rotsunda.

Info: 08-35 01 02, hemsida: www.friskissvettis.se/sollentuna

...eller Sollentuna Senioregymnastik...

De har ett stort antal senior-inriktade träningspass varje vecka på olika platser i kommunen. Här finns något för alla. Exempel på aktiviteter är Linedance, Gympapass med träning för hela kroppen, Vattengymnastik i varmvattenbassäng mm. Info: www.sollentunasioregymnastik.se eller ring 070-440 02 05 (telefonid vardagar kl: 14-16)

...eller spela boule...

Nya spelare är välkomna till boulehallen i Stinsen plan 2, vid Friskis & Svettis. Kontakt: Bertil Uhlan bertil.uhlan@gmail.com tfn 070-750 75 27 eller Gösta Lagerstedt tfn 08-35 33 74.

... eller Bridge...

Sollentuna Bridge

- Måndagar kl 09.00 - 12.00 (ordinarie tävlingar), lokal Platåvägen 20
Kontakt Inga Kjellberg 070-733 68 06
- Mån-/onsdagar kl 13.00 - 17.00 (ordinarie tävlingar), lokal Platåvägen 20
Kontakt Bosse Lundström 070-813 69 51
- Träffpunkt Malmgården (kommunen) Torsdagar kl 12.30 - 15.30 (sällskapsspel) - kom förbi och testa, lokal Malmvägen 12 A

Kalendarium och information

Mars

Onsdag 20, 27 **Onsdagspromenad**

Måndag 25 **Anmälan öppnar** för Resan till Nynäshamns Skärgård och Dragets Kanal

April

Måndag 08 **Månadsmöte** i S.t Larsgården kl. 13.30 med sångerskan A-K Schatzl

Onsdag 03, 10, 17, 24 **Onsdagspromenad**

Onsdag 17 **Filmvisning** på Zita Mina Drömmars Stockholm, anmälan senast 3 april

Torsdag 18 **Dagstur** med buss till/på Lidingö, anmälan senast 19 mars

Måndag 22 **Vinprovning** i Gula husen i Häggvik, anmälan senast 31 mars

Måndag 29 Möte i **Äldrerådet**

Maj

Måndag 06 **Månadsmöte/40årskalas** i S.t Larsgården kl. **13.00**, anmälan senast 10 april

Onsdag 08 Möte med **kommunens Vård- och omsorgskontor**

Onsdag 08, 15, 22, 29 **Onsdagspromenad**

Måndag 13 **Funktionärs och brevduveresa** till Vaxholm, anmälan senast 15 april

Onsdag 15 Möte i **Kommunala pensionärsrådet (KPR)**

Juni

Inget månadsmöte i juni

Tisdag 04 **Resa** till Nynäshamns Skärgård och Dragets Kanal

Juli och augusti

Inget månadsmöte i juli och augusti,

Grindslantens nr 3 utkommer preliminärt vecka 33 i augusti

September

Måndag 02 **Månadsmöte** i S.t Larsgården kl. 13.30

Förbundet har beslutat att inte dela ut **medlemskortet** för 2024 med tidningen Seniorens av besparingsskäl. Behöver du medlemskortet kommer vi ta med en bunt på månadsmötet den 8 april. Har du inte möjlighet att komma då men behöver kortet maila:

spf.grindslantens@gmail.com eller ring: 070-612 04 85 Göran Ahlberg



Ordföranden har ordet



Vid årsmötet fick styrelsen en ny medlem, Camilla Bohm Coleman, Camilla har en bakgrund i bl.a. studieförbunden och är numera bl.a. aktiv i styrelsen i ett omvårdnadsföretag. Tyvärr förlorade vi vår vice ordförande Ove Öhrn som valde att lägga sitt krut på andra områden framöver, ny vice ordförande blir Mia Kinnunen. Vi önskar alla tre lycka till!

Inför stundande årsskifte ser situationen alarmerande ut för föreningen när det gäller styrelse och funktionärer. Flera av oss har mandatperioder som går ut och vi skulle absolut behöva synka in nya funktionärer i god tid innan tiden går ut för de som inte avser fortsätta. Vi behöver absolut någon/några som är intresserad av att hålla i våra dags-resor och hålla kontakt med de arrangörer vi har samarbete med, annars kommer vi inte kunna erbjuda resor. Om någon skulle vara road av lite kreativt arbete med att hjälpa till med vårt medlemsblad finns även den möjligheten. Önskar alla en fin vår & sommar så ses vi i bladet i augusti igen!

Göran Ahlberg
Ordförande

Vi löser dina IT-problem

Data- / IT- support av datorer, surfplattor, mobiler, skrivare, Internet, e-post mm – även försäljning.
RUT-avdrag för arbeten i hemmet.



Kalle Wannberg



XnX Data AB
Tolvmansvägen 15
192 70 Sollentuna
Tel: 08-626 71 00
info@xnndata.se
www.xnndata.se

Månads/års-mötet den 5 februari

Trion med Leffe, Pia & Ubbe underhöll oss med mycket en mycket uppskattad spelning med visor, pop och gamla örhängen från 50-60-70-talen, på detta vårens första månadsmöte.



Leffe, Pia & Ubbe i aktion

Guidad visningen av Stuckatörens våning den 13 februari

15 personer hade turen att få vara med på visningen av Stuckatörens våning på David Bagares Gata 10 denna vinterdag. Våningen tillkom under slutet av 1800-talet och tjänade som provkarta på hur man kunde smycka ut sitt hem med stuckaturer för kunderna till stuckatören Axel Notini. Våningen användes som hyreslägenhet under många år men kunde återställas med mycket möda under fyra år för att sedan kunna visas i Stadsmuseets regi. Efter visningen blev det semlor och information om *Fair Investments* verksamhet som ordnade visningen för oss, ett stort tack till *Fair Investments*!



Vår guide framför den pampiga kachelugnen

Om att försöka vara *Digital och Svårlurad* den 22 februari och 7 mars

I ett samarbete mellan RPG (Riksförbunden PensionärsGemenskap Sollentuna), SeniorNet Sollentuna, Nordea, SPF Grindslanten och Tunasol och PRO, anordnades två föredrag med ca 80 åhörare/tillfälle. Problematiken med fullmakter genomgicks och vad man skall tänka på för att göra vad man kan för att göra det svårt för en bedragare. Kanske kan en film läggas ut om detta senare.

Läs mer om hur bli svårlurad på denna sida: svarlurad.se

Visningen av Dramaten den 27 februari

Vår kunniga guide gjorde verkligen denna visning till en höjdpunkt. Vem sägs spöka på tredje raden? Vilka är det vi möter i Carl Larssons målning i Marmorfoajén?

Var tillverkas Dramatens kostymer – och vem har som jobb att smutsa ner dem när det behövs? + mycket mer.



En del av lagret med perukstockar



Vår entusiastiska guide visar skrädderiet

Äldrerådet hade årets första möte den 28 februari

Ämnen som togs upp på detta möte mellan kommunens pensionärsföreningar var, bostäder för äldre, vidareutbildning av omsorgspersonal och rapporter från rådets olika arbetsgrupper.

Månadsmötet den 4 mars

Rosita Auer berättade om sin anfader Brännvinskungen Lars Olsson Smith, en entreprenör och filantrop som hade ett väldigt aktivt liv som sträckte sej över en lång tid även globalt. Tyvärr kunde vi inte erbjuda någon provsmakning, men fick oss i alla fall en snapsvisa till livs.

Möte med Vård- och omsorgskontoret den 6 mars

Pensionärsföreningarna fick en redogörelse från den kvalitetsuppföljning som gjordes i höstas för hemtjänsten efter övergången till LOU-upphandlade utförare, finns mer att göra. Vi fick även del av kvalitetsuppföljning för de särskilda boendena, ser ganska bra ut. Införandet av digitala inköp för hemtjänsten har senarelagts till årsskiftet.

Resor och Studiebesök mm

Grindslantens villkor för resor och studiebesök

Våra resor och studiebesök är öppna för alla SPF:are i Sollentuna och våra grannkommuner. Medföljande icke medlem betalar 100 kr mer vid dagsresor och 300 kr vid längre resor. **Boka och invänta bekräftelse före betalning!**

Inbetalning till Grindslantens Plusgiro: 73 72 10-5 senast på sista angiven betalningsdag om inget annat anges. Vid avbokning efter sista anmälningsdatum återbetalas inte inbetalt belopp. När bokning sker via mail: boka.grindslanten@gmail.com är vi tacksamma för uppgifter om namn, tfn-nr och var du/ni vill stiga på bussen samt eventuella matallergier. Eller ring för **Resor:** Yvonne Örkaner 070 5352074 och för **Studiebesök:** Bernt Andersson 076 1024140.

För övriga resor gäller varje researrangörs boknings-/betalningsvillkor.

Vill du hjälpa oss att förnya vårt utbud av aktiviteter?

Vi i programgruppen träffas regelbundet och planerar månadsmöten, resor, studiebesök, kulturevenemang etc. Vi behöver nu nya infallsvinklar så att vi når ut och lockar fler till våra arrangemang.

Lite funderingar:

- Ska studiebesöken ersättas av fler teaterbesök, gemensamma biobesök, gemensamma fikastunder etc?
- Vilka resor ska vi göra, en långresa per termin eller flera dagsresor? Har priset för resorna blivit för högt, om så är fallet, vad bör en lång-/dagsresa max kosta?
- Ska vi bara ha föredrag på månadsmöten eller ska vi varva musik och föredrag som hittills?

Hjälp oss genom att delge dina tankar/idéer så att vi kan diskutera detta inom gruppen. Vi vill ju locka så många som möjligt till våra aktiviteter.

Mejla dina tankar/idéer till: boka.grindslanten@gmail.com

eller ring Yvonne Örkaner 070 5352074



Resor och Studiebesök mm



17 April

Filmvisning på Biografen Zita

Då visas ett par filmer av Anders Hanser om Mina Drömmars Stockholm.

Efter flera år av vandringar med kameran i Stockholms innerstad har han med hjälp av Mikael Bodner redigerat ett par filmer om Stockholm.

Per Anders Fogelström berättar om staden. Även Stockholmsguiden Michaela Jolin berättar om dess bebyggelse och historia.

Vi får också höra om portaler, tinnar och torn som har sin början i Gamla stan från Stormaktstiden. Från mitten av 1800-talet får vi se hur en ny bebyggelse växer fram på Norrmalm och Östermalm.

Pris

195 kr per person

Anmälan

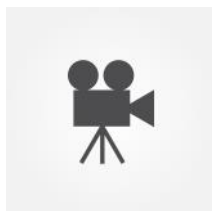
Senast den 3 april till: boka.grindslanten@gmail.com
eller via telefon: 070-535 20 74 (Yvonne Örkander)

Betalning

Boka och invänta bekräftelse innan betalning!
Senast den 9 april till Grindslantens **pg 73 72 10-5**

Samling

Visningen börjar kl 11 så vi ses på biografen Zita kl. 10.45
Adress: Birger Jarlsgatan 37



Resor och Studiebesök mm



18 April	Dagstur med buss till/på Lidingö Vi åker E 4 mot den nya tunneln mot Lidingö. Vår guide är Lars Wahlström som tidigare har visat oss många utflyktsmål i Stockholmstrakten. Han är född och uppvuxen på Lidingö och har guidat runt ön i många år. Redan från Lidingöbron ser man Forresta hotell med sin berömda siluett på ena sidan och den nya spårvägsbron på den andra. Vi viker av på den norra sidan av ön mot Sticklinge, det gamla sommarstugeområdet som nu uppvisar grandiosa villor. Efter en kaffepaus fortsätter bussen genom centrum till Lidingö kyrka och Lidingölopsstarten mot södra Lidingö. Ett antal kändisar bor på ön och deras hus ska naturligtvis bli föremål för en extra blick. Vi passerar de nya villorna vid Gåshaga och de pampiga höghusen som byggts upp på AGAs gamla industriområde och tar en avstickare förbi Millesgården innan vi ställer kosan mot Bosöns Idrottsinstitut för att äta en välsmakande lunch i deras restaurang. Hemvägen går mot Stockholm via Norra Djurgårdsstaden med sin moderna stadsbild där gasklockorna i Hjorthagen tidigare tornade upp sig och vi återvänder till Sollentuna.
Pris	580:/person. I priset ingår bussresa med guidning, förmiddagskaffe och lunch.
Anmälan	Senast den 19 mars till boka.grindslanten@gmail.com eller via telefon: 070-535 20 74 (Yvonne Örkander)
Betalning	Boka och invänta bekräftelse innan betalning! Senast den 9 april till Grindslantens pg 73 72 10-5
Avresa	Kl. 11.00 Sollentuna från bussfickan vid Aniaraplatsen Kl. 11.15 Norrviken från Kistavägen vid Norrviksleden Samling 10 min. före bussens avgång.
Hemkomst	Ca kl 15.00

Resor och Studiebesök mm

22 April	Vinprovning med Karl Soläng I höstas hade vi en uppskattad vinprovning med viner från Iberiska halvön. Denna gång kommer vi få en unik möjlighet att utforska vinsorter från det soliga Italien i trevligt sällskap. Vi har noga valt ut ett antal förstklassiga viner anpassade för olika smakpreferenser.
Datum & Tid	Måndagen den 22 april, kl. 16.00
Plats	Vinprovningen kommer att ske i samlingslokalen vid Gula husen i Häggvik, adress meddelas efter anmälan.
Pris	250 kr per person
Anmälan	Senast den 31 mars till: boka.grindslanten@gmail.com eller via telefon: 070-612 04 85 (Göran Ahlberg) Vi har 20 platser till vinprovningen, först till kvarn gäller!
Betalning	Boka och invänta bekräftelse innan betalning! Senast den 15 april till Grindslantens pg 73 72 10-5



22 - 24 september - Klassisk Musikkryssning till Helsingfors

OBS! Denna resa kom till vår kännedom precis innan tryck av tidningen. Så fort vi vet mer kommer vi att skicka ut all information via mejl. Även i år är Ola Karlsson kryssningens konstnärliga ledare. Nya artister är operasångerskan Synne Vinje, skådespelerskan Stina Ekblad samt den kända violinisten Linda Lampenius.

Onsdagen den 16 oktober går resan till Tumba bruksmuseum och

Sturehovs slott. Vi får guidning av utställningen "Sedlarnas historia" och guidning av Sturehovs slott som är en av landets vackraste byggnader i den gustavianska stilen. Där kommer vi även bli serverade Afternoon Tea.



Mer information om resan kommer i nästa medlemsblad.

Lite om Grindslantens tillblivelse

- Redan 1945 bildades den första pensionärsföreningen i Sollentuna. Man visste då uppenbarligen inget om existensen av SFRF (Sveriges Folkpensionärers Riksförbund som 1986 blev Sveriges Pensionärsförbund - SPF) eller PRO (Pensionärernas riksförorganisation), föreningen blev dock ursprunget till Tunasol.

- Det var egentligen inte förrän under 1970-talet som SFRF började växa i medlemsantal och inflytande i skuggan av det stora och resursstarka PRO. Detta avspeglades också i utvecklingen av medlemsantalet i Tunasol. I Början av 1980-talet började medlemmarna bli så många att lokalfrågan blev prekär. Tunasols styrelse – under ledarskap av Allan Erenmark – beslöt att undersöka förutsättningarna för en ny förening för i första hand pensionärer i Norrviken-Viby och Rotebro. Då medlemmarna i Tunasol ställde sej positiva till tanken ordnade sedan Erenmark ett möte den 5 mars 1984. Man beslöt då att gå vidare med att bilda en ny förening och ordna ett informationsmöte härom den 2 april 1984 i Sollentunagården. Måndagen den 21 maj hölls det första månadsmötet i Sollentunagården, mötet antog förslaget att kalla föreningen för Grindslantens. Vid mötet visade Ateljé Filippa kläder för äldre.

- Att namnet blev Grindslantens beror förmodligen ytterst på att en fotografisk avbildning av August Malmströms tavla hängde i Sollentunagårdens samlingshall och att tavlans motiv var från Rotebro.

1984-89 En konsolideringsperiod

- Vid utgången av 1984 hade föreningen förmodligen ca 20 medlemmar. Vid samma tid vid utgången av 1989 hade föreningen 72 medlemmar. Därefter följer en period med mindre svängningar i medlemsantalet.

- Månadsmötena, som ganska snart fick en form som allttjämt består, hölls i Sollentunagården vid Sollentuna kyrka. Under denna tid var kontakterna mycket goda såväl medlemmarna emellan som mellan medlemmarna och styrelsen. En ännu aktiv kärna av medlemmar uppstod under denna tid, då föreningen fortfarande var liten – ur andra synpunkter för liten.

1990-94 Verksamheten utvidgas – medlemsantalet växer

- 1990 började en kraftig uppgång av medlemsantalet som följd av en aktivare rekrytering, delvis av att rekryteringsområdet i samråd med Tunasol vidgades till att även omfatta Häggvik – Skälby och en del av Edsberg. Utvidgningen var naturlig med hänsyn till att Häggvik – Skälby tillhörde samma socialdistrikt som Norrviken och att de boende var hänvisade till vårdcentralen i Rotebro. Fr.o.m. 1990 förlades Grindslantens års och månadsmöten till Församlingshuset i Sollentuna Centrum. Föreningen fick inte längre vara kvar i Sollentunagården. Det visade sej som väl var att flyttningen inverkade positivt på deltagarantalet vid månadsmötena, hösten 1991 tvingades föreningen återigen flytta månadsmötena denna gång till Star Hotel på grund av renoveringen av församlingshemmet. Sedan ett antal år samlas vi i S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka.



Sollentunagården



Församlingshuset



S:t Larsgården

Att delta i en Livsberättargrupp

Det kom ett mejl ”Välkommen till Livsberättargrupp”

Inbjudan var att delta i en grupp på åtta personer plus två ledare, umgås tio gånger under tio veckor och dela sina livsberättelser. Jag blev intresserad och anmälde mig. Vi möttes första gången 23 februari på Seniorgården Malmgården i Sollentuna, där vi fick låna ett rum där vi fick sitta ostörda. De flesta var främlingar som såg varandra i ögonen. Innan procedur med mötesetik gavs tid att presentera sig själv, som avslöjade mångskiftande bakgrund. Förslag till ämnen för varje möte hade ledarna förberett och uppdagade mycket god ordning i förväg. Vi lovade varandra tystnadsplikt om våra namn och våra berättelser vilket var en moralisk förutsättning till att våga berätta om sitt liv. Vi beslöt att göra den överenskommelsen skriftligt. Värdefullt att upplevda livshändelser kan delas med varandra och inte ”sladdras” vidare. Så förvandlas främlingar till VÄNNER.

Varje sammankomst varade två och en halv timme med fikapaus efter halva tiden. Vi lovade varandra att den som begärde ordet fick tala till punkt utan att avbrytas. God atmosfär skapades genom att ingen fick ställa frågor förrän talaren avslutat. Det var fantastiskt fängslande och spännande att lyssna på olika, men ibland lika, föreställningar och eskapader.

Någon gillade inte titeln pensionär vid 80 års ålder utan ville helst kallas senior.

Utöver viktiga och ibland allvarliga berättelser fanns åtskilligt med plats för humor och skratt som upplevdes uppbyggligt.

Vid tionde träffen kom frågan ”vad händer nu efter den officiella agendans sista möte?”

Naturliga svaret ”vi måste hålla kontakt”, och inte tappa bort gemenskapen. Redan några dagar senare, på initiativ från en av deltagarna, träffades ”gänget” på lunch vid Edsvikens Piazza & Gelateria och efter måltiden lyssnades på Kungliga Musikhögskolans elevers konsert i Edsviks musiksäl. Vi har även därefter haft guidad tur i Stora Synagogan i Stockholm och ätit lunch på Radisson Collection vid Nybroviken. Det fina är att ta del i vad och var som blir träff nästa gång för oss. Vi håller kontakt via mail sms och telefon. Någon i gruppen har faktiskt avhållit kommunikation via mail till förmån att höra en röst.

Ännu en gång framförs vårt hjärtliga tack till ledarna till detta jättefina initiativ för oss seniorer, och gratulerar dig som deltar i nästa inbjudan.

Vid pennan anonymt *blm* (en deltagare)

Inbjudan till att delta i en Livsberättargrupp hittar du på nästa sida!

Inbjudan till Livsberättargrupp

Livsberättargrupp hösten 2024

Nu när ni har läst detta bidrag från en av deltagarna i den första livsberättargruppen från våren 2023 vill vi samtalsledare berätta att ytterligare en grupp med sex deltagare genomfördes hösten 2023/vintern 2024. Vi som lett grupperna vill gärna fortsätta och kommer att bjuda in till deltagande i en ny livsberättargrupp för åtta personer under hösten 2024. Gruppen kommer att träffas sex gånger. Vi har ett tema för varje träff. Träffarna är 2,5 timmar inklusive en paus. Deltagandet är kostnadsfritt – ev. tillkommer självkostnad för kaffe och en smörgås.



När man delar sina livsberättelser med andra väcks minnen till liv och man känner igen sig i varandras upplevelser. I gruppen kan man också lära känna nya vänner, nya erfarenheter och nya minnen.

Vi återkommer med inbjudan och mer information och tid och plats via gruppmejl i slutet av sommaren. Om du är nyfiken och intresserad och vill ställa frågor redan nu är du välkommen att göra det till:

- Agneta Björklund tel. 076 808 3440
- Ewa Frisk tel. 070 372 0207
- Inga Ovanmo tel. 070 710 52 18

BLOMS BLOMMOR

Sollentuna Centrum

08-35 07 40

info@blomsblommor.se



Månadsmöten mm

Grindslantens månadsmöten i S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka är öppna för alla pensionärer i Sollentuna. Känner du någon som är ensam men som inte är medlem hos oss är även den pensionären varmt välkommen! Förutom underhållning eller föredrag serveras fika, du kan även köpa lotter med fina priser, allt detta för 50 kr. S:t Larsgården ligger på Prästgårdsvägen 4, bredvid Sollentuna kyrka. Gratis bilparkering 3 timmar, buss 520 stannar vid hpl Sollentuna kyrka

April månadsmöte den 8 april kl 13.30 i S:t Larsgården med sångerskan Anna-Karin Schatzl.

Anna-Katarina Schatzl, sångerska - född och uppvuxen i Sverige med slovakiska och österrikiska rötter, framför en konstnärligt färgstark blandning av sånger, texter och dikter med änglatema. Hon är sångutbildad vid Musikkonservatoriet i Bratislava och har haft många framträdanden, särskilt i Slovakien där hon 2007 släppte CD:n Songs of my soul (finns bl.a. på Spotify). 2022 spelade hon en av huvudrollerna i Claes Fellboms musikaliska skådespel Svansjön som framfördes på Artipelag. Hon ger både egna konserter och sjunger vid kyrkliga förrättningar.



Maj månadsmöte den 6 maj kl 13.00 i S:t Larsgården Planeras att bli ett firande av Grindslantens 40-års jubileum, du hittar inbjudan på sidan två i tidningen. Eftersom vi tänker bjuda på förtäring behöver vi veta hur många som kommer - därför behöver vi en bindande anmälan.

Vi tänkte starta en halv timme tidigare än vanligt för att eftersom tanken med förtäringen är att den skall fungera som en lättare lunch. Kaffe och kaka efter lunchen blir det även.

Underhållningen kommer bestå av en trubadur/allsångsledare, så vi själva får möjlighet att bidra lite.

Vi siktar även på att ha någon form av musikquiz med fina priser.



Kommunens Fixartjänst & Träffpunkter

Har du svårt att hålla balansen? Behöver du hjälp med att byta glödlampor och batterier, hänga upp gardiner eller sätta fast lösa sladdar?

Du som är pensionär och är 65 plus eller har en funktionsnedsättning kan få hjälp gratis av vår fixarhjälp.

I uppdraget ingår bland annat:

- Sätta fast lösa sladdar på golvet
- Bära upp och ner lättare föremål från vind eller källare
- Genomföra arbete som kräver att man står på stege. T.ex. byta batterier i brandvarnaren och sätta upp gardiner
- Tunga lyft. Fixartjänst kan inte hjälpa till med lyft som kräver mer än en persons kraft

Ovanstående tjänster tillhandahålles av Sollentuna kommuns Fixartjänst

Telefon: 073-915 20 17

E-post: fixartjanst@sollentuna.se

Besök någon av kommunens träffpunkter!

Senior sökes! Sollentuna kommun vill att fler seniorer ska hitta till de gemensamma träffpunkterna, så fler får möjlighet att ta del av alla aktiviteter som erbjuds. Gillar du promenader, fika, musik, matlagning, konst och andra trevliga aktiviteter? Då kan träffpunkterna passa dej! Kom förbi en träffpunkt så blir du bjuden på fika och får veta mer!



När?

3-5 juni

Plats: Alla kommunens träffpunkter:

Edsberg, Helenelundsgården, Malmgården, Norrviken & Turebergs allé

Störst av allt är vänskapen!

Brukar du besöka någon av kommunens träffpunkter? Hjälp gärna till genom att bjuda med en vän som inte har besökt en träffpunkt tidigare. Då blir både du och din vän bjudna på fika! Som tack för din insats får du även en liten present.

Hoppas vi ses & för mer information eller frågor:

Caroline Helenius, 08-579 223 44

caroline.helenius@sollentuna.se



SPF Seniorerna Grindslantén Sollentuna

Lokalavdelning i Sollentuna inom SPF Seniorerna

Organisationsnummer: 802410-4229

Protokoll fört vid årsmöte måndagen den 5 februari 2024 i S:t Larsgården Sollentuna

§1. Årsmötet öppnas

Ordförande Göran Ahlberg hälsade de närvarande välkomna och förklarade mötet öppnat.

§2. Val av mötesfunktionärer

a) ordförande för årsmötet

Ove Öhm valdes till ordförande.

b) sekreterare för årsmötet

Anders Westling valdes till sekreterare.

c) två justeringsmän tillika rösträknare

Eskil Drougge och Lena Drougge valdes till justeringsmän tillika rösträknare.

§3. Fastställande av röstlängd

På årsmötet närvarande medlemmar prickades av i en lista vid start av årsmötet. Denna lista upptar 59 medlemmar och fastställdes som röstlängd.

§4. Fråga om kallelse skett i behörig ordning

Kallelsen lades ut på hemsidan vecka 1 i januari d.v.s. minst fem veckor före årsmötet. Kallelsen var således utsänd enligt stadgarna vilket godkändes av årsmötet.

§5. Fastställande av dagordning

Agendan fastställdes.

§6. Styrelsens verksamhetsberättelse

Mötesordföranden gjorde en sammanfattning och uppgav att alla hade haft möjlighet att ta del av verksamhetsberättelsen på hemsidan och genom på årsmötet utdelat material. Verksamhetsberättelsen godkändes och lades till handlingarna.

§7. Styrelsens förvaltningsberättelse (balans - och resultaträkning)

Balans - och resultaträkningarna redovisades på skärm och i utdelat material på årsmötet. Resultaträkningen med ett överskott på 28 847 kronor och balansräkningen med en omslutning på 249.332 kronor fastställdes.

§8. Revisorernas berättelse

Uno Berglund läste upp revisorernas berättelse, där det förordades att årsmötet skulle fastställa resultat- och balansräkningarna samt bevilja styrelsen ansvarsfrihet.

§9. Fastställande av resultat- och balansräkning

Resultat- och balansräkningarna godkändes och lades till handlingarna.

§10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen

Styrelsen beviljades enhälligt ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2023.

§11. Behandling av verksamhetsplan eller motsvarande inklusive budget/budgetramar

Mötesordförande uppgav att alla hade haft möjlighet att ta del av verksamhetsplanen, som är utlagd på hemsidan och att ambitionerna är att leva upp till de förväntningar och mål som finns i stadgarna för föreningen. Verksamhetsplanen godkändes och lades till handlingarna.

Föreslagen budget för 2024 framgår av på årsmötet utdelat material. Det är budgeterat för ett resultat på – 48 500 kronor. Många kostnader har blivit högre, som t.ex. lokalhyran för S.t Larsgården, och vi har inte höjt medlemsavgiften. Budgeten för 2024 fastställdes.

§12. Fastställande av medlemsavgifter för medlemmar och vänmedlemmar för år 2025

Årsavgiften för fullbetalande medlemmar fastställdes till 300 kronor för 2024. Av årsavgiften går 160 kronor till förbundet, 50 kronor till distriktet och 90 kronor till vår egen förening. För vänmedlem gäller 50 kronor som årsavgift.

§13. Fastställande av arvoden och eventuella ersättningar till styrelse och revisorer

Beslöt att kostnadsersättningen till styrelsen ligger kvar på förra årets nivå eller 950 kronor per person.

§14. Behandling av inkomna motioner (skall vara inlämnade till styrelsen senast fyra veckor före årsmötet)

Inga motioner har inkommit till årsmötet.

§15. Behandling av förslag från förenings-, distrikts- eller förbundsstyrelse

Inga förslag har inkommit till årsmötet.

§16. Fastställande av antal ombud till nästkommande stämma/kongress

Årsmötet beslöt att styrelsen ska utse ett ombud och en ersättare till nästkommande stämma/kongress.

§17. Fastställande av antalet styrelseledamöter

Årsmötet beslöt att styrelsen ska bestå av nio ledamöter inklusive ordföranden.

§18. Val av ordförande

Göran Ahlberg omvaldes till ordförande för SPF Seniorerna Grindslantén på ett år.

§19. Val av övriga styrelseledamöter

Följande ledamöter valdes vid årsmötet 2023 för åren 2023-2024 och kvarstår i styrelsen:

Bernt Andersson
Birgitta Lundin
Yvonne Örlander
Anders Westling
Mia Kinnunen

Följande ledamöter valdes för åren 2024 – 2025:

Marta Ahlberg	omval
Kjell Bensing	omval
Camilla Bohm Coleman	nyval

§20. Val av revisorer och ersättare för två år

Uno Berglund (sammanställande) och Elisabeth Bergendal Stenberg samt Siv Ekman revisorssuppleant kvarstår år 2024 eftersom de valdes vid årsmötet 2023.

§21. Val av ombud och ersättare vid stämma/kongress 2024

Till ombud vid stämma/kongress valdes Göran Ahlgren och till ersättare K-G Holmgren.

§22. Nomineringar av ledamöter till kommunala pensionärsrådet (KPR) 2024

Till ordinarie ledamot i KPR valdes Göran Ahlberg och till ersättare Mia Kinnunen

§23. Fastställande av antal ledamöter i valberedning

Det beslöt att antalet medlemmar i valberedningen ska vara minst två.

§24. Val av ordförande och övriga ledamöter i valberedningen

Då det inte gått att finna personer villiga att ingå i valberedningen för val på årsmötet beslöt att ytterligare ansträngningar att bemanna valberedningen ska göras under året.

§25. Behandling av övriga frågor som anmälts inför fastställandet dagordningen.

Inga övriga frågor hade anmälts.

§26. Mötet avslutas

Mötesordföranden tackade för visad uppmärksamhet och förklarade årsmötet avslutat. Han tackade även styrelsen för det arbete som lagts ned på att få allt att fungera under året. Avgående styrelseledamoten Ove Öhm avtackades för sina insatser för föreningen.

Vid protokollet:

Ordförande:

Anders Westling

Ove Öhm

Justeras:

Eskil Drougge

Lena Drougge



Vid 1980-talets början hade Tunasol, den första SPF-föreningen i Sollentuna, fått så många medlemmar att lokalfrågan blev besvärlig. Tunasol beslöt då starta en ny förening för den norra kommundelen och måndagen den 21 maj 1984 höll Grindslantens sista månadsmöte i Sollentunagården, kyrkans dåvarande församlingsshem, senare ersatt av S:t Larsgården. Man antog namnet Grindslantens inspirerad av att samlingsalen pryddes av en reproduction av August Malmströms berömda oljemålning, tillkommen 1885 i Rotebro, där konstnären var sommarboende.

SPF Seniorerna Grindslantens Sollentuna

Postadress: c/o Göran Ahlberg, Moränvägen 18, 192 67 Sollentuna

E-postadress: spfgrindslantens@gmail.com

Hemsida: www.spfseniorerna.se/grindslantens

Swish: 123 086 3225 PlusGiro: 73 72 10-5 Orgnr: 8024104229

Medlemsavgift 2024: Medlem 300 kr, vänmedlem 50 kr

Ansvarig utgivare för medlemstidning och hemsida: Göran Ahlberg

Vårt ändamål:

Grindslantens har till uppgift att främja SPF Seniorernas mål genom att

- informera medlemmarna i frågor som berör dem
- verka för gemenskap, trygghet och trivsel bland medlemmarna
- tillvarata medlemmarnas intressen på det lokala planet, t ex i KPR
- aktivt verka för att ansluta personer som enligt stadgarna kan erhålla medlemskap
- verka för förståelse och solidaritet mellan generationerna.

Styrelse, kommittéer och funktionärer i Grindslanten

Ordförande: Göran Ahlberg, tfn 070-612 04 85 s.goran.ahlberg@gmail.com

Vice ordförande: Mia Kinnunen, tfn 070-556 48 07 miakinnunen@icloud.com

Sekreterare: Anders Westling, tfn 070-317 26 58 anders.o.westling@hotmail.com

Kassör: Marta Ahlberg, tfn 073-642 04 46 marta_ahlberg@hotmail.com,

Medlemssekreterare: Kjell Bensing, tfn 070-650 07 71 kjell.bensing@gmail.com

Samhällskommittén: Sammankallande: Göran Ahlberg, tfn 070-612 04 85 s.goran.ahlberg@gmail.com (repr. i Kommunala pensionärsrådet KPR och Äldrerådet), Mia Kinnunen 070-556 48 07 (Äldrerådet och ersättare i KPR), Camilla Bohm Coleman (Äldrerådet) 076-070 20 16

Programkommittén: Marta Ahlberg (sammankallande), tfn 073-642 04 46 marta_ahlberg@hotmail.com, Bernt Andersson, tfn 076-102 41 40 boka.grindslanten@gmail.com och Yvonne Örkander (reseombud), tfn 070-535 20 74 boka.grindslanten@gmail.com

Redaktionskommittén: Göran Ahlberg (webmaster & stf red medlemstidningen), Bernt Andersson (annonser), tfn 076-102 41 40, vakant (red medlemstidningen)

Promenadgrupp: Ann-Cathrine Svensson, tfn 070-62512 16 och Agneta Härner, tfn 073-626 45 99

Friskvård: Göran Larbo (070-417 85 60)

Lotteriansvariga: Mia Kinnunen 070-556 48 07 och Ewy Sandström 073-556 86 52

Valberedningen: Vakant (sammankallande), vakant

Revisorer: Sammankallande: Uno Berglund, tfn 070-811 16 63, Elisabeth Bergendal Stenberg, tfn 072-710 66 55 och Siv Ekman, tfn 073-384 10 13

Distributionsansvarig: Birgitta Lundin, tfn 073-826 19 15 birgitta.lundin@gmail.com

Värdskap månadsmöten: Yvonne Örkander, tfn 070-535 20 74

Kaffegruppen: Ann-Cathrine Svensson, tfn 070-625 12 16, Mona Ackerheim, tfn 070-553 80 96, Inger Holmborn, tfn 070-759 04 27 och Ulla Brodin, tfn 070-847 06 02

Resor och Studiebesök mm

4 Juni

Nynäshamns Skärgård och Dragets Kanal



Följ med på en härlig båttur med M/S Flora som tar oss genom Dragets kanal och kryssning i Nynäshamns skärgård. Vi passerar kanalen och fortsätter båtfärden söderut, mellan Arnholmarna där vi kan se Landsorts fyr i horisonten. Vidare genom Tattmarsund och in i Rassa vikar och sedan tillbaka till Nynäshamn.

Vid ankomst till Nynäshamns hamn serveras lunch på restaurang Kroken. Kl 13.00 M/S Flora avgår från hamnen. Båtturen tar ca två (2) timmar inkl guidning ombord samt kaffe med dopp.

När vi är åter i hamnen tar vi oss till Nynäs Rökeri för ett besök. Här arbetar rökeriets rökmästare med att förädla fisk. Fisken säljs i rökeriets fiskaffär där man hittar allt från färsk fisk, sillar och såser, rökt och inlagt i alla sorter och former. Allt du kan behöva för en lunch eller middag med äkta hantverk och med smak av skärgården

Pris

950 kr/person. I priset ingår: Buss, lunch inkl måltidsdryck, sallad samt kaffe och kaka. Båttur i två timmar inkl eftermiddagskaffe och besök på Nynäs rökeri.

Anmälan

Tidigast den 25 mars och **senast** 16 april till:

boka.grindslanten@gmail.com eller via telefon: 070-535 20 74
(Yvonne Örkander)

Betalning

Boka och invänta bekräftelse innan betalning!

Senast den 25 april till Grindslantens pg 73 72 10-5

Avresa

Kl. 10.00 från Norrviken, Kistavägen vid Norrvikenleden

Kl. 10.15 från bussfickan på Aniaraplatsen (Sollentuna C)

Samling: 10 min. före bussens avgång

Åter

Ca kl 17.30

Nästa nummer av medlemsbladet utkommer preliminärt vecka 2024-33

Saknar du något nummer av Grindslanten, hittar du det på hemsidan under *Vår förening*

Tryckt hos Sollentuna Offset & Digitaltryck

Sollentunavägen 153

T 08-444 53 30

svenskfast.se/sollentuna



Tryggaste sättet att sälja din villa?

Försäkra dig i 10 år.

Vår försäkring Varudeklarerat är marknadens mest omfattande paket* för besiktning och försäkring.

Skanna QR-koden eller läs mer på svenskfast.se/varudeklarerat

*Enligt marknadsbevakning 2023-04-06

 Svensk
Fastighetsförmedling

svenskfast.se/sollentuna

Avsändare: SPF Seniorerna Grindslanten, C/o Göran Ahlberg, Moränvägen 18, 192 67 Sollentuna