



### Jag vill idag presentera styrelsen för SPF seniorerna Holmfast 2018

**Från vänster övre raden:** Sven Öberg, Leif Wretander, Ebon Eriksson, Anita Asplund, Tomas Berger

**Från vänster nedre raden:** Anne-Marie Ollén, Ewa Ahl-zén, Sylvia Öhrn Andersson, Caisa Ekstrand.

Efter 2 månader som ordförande vet jag att vi har en fantastisk styrelse där alla gör sitt yttersta för medlemmarnas bästa. Jag är stolt att tillhöra detta gäng. Ni får gärna ta kontakt med oss för frågor, synpunkter etc.

Vid månadsmötet i mars införde vi en ny punkt i programmet - "Månadens Fråga". Frågan den här gången handlade om våra månadsmöten. Tack alla för ert engagemang i frågan. Av svaren vet vi nu att väldigt många uppskattar samvaron med varandra, det goda kaffet, smörgåsarna och servicen, Holmfastkörens framträdanden, samt de programpunkter som erbjuds. Det som flera saknar är Vad är på gång i S-tälje? utbyggnad, nya områden etc. Information från KPR om Äldrevården, bostadsläget. Det kom in ytterligare förslag som vi får rapportera muntligt om på april-mötet. Vid månadsmötet i april kommer "Månadens fråga" att handla om våra aktiviteter. Vid styrelsemötet 26 mars beslutade vi att ha träff för nya medlemmar 2 ggr/år. Vi inbjuder därför till träff 23 maj kl 13.30 i Allhuset för nya medlemmar från november 2017 och framåt. Separat kallelse kommer.

Påskan är över och Hjärt-och kärll centrum har stängt sin verksamhet. Vi hoppas att alla som har behov av fortsatt stöd och hjälp får det via vårdcentraler, sjukhus etc.

Längtan är stor att våren äntligen ska få göra sitt intåg med värme, grönska och fågelkvitter.

Tack för ordet!

*Ebon Eriksson, ordförande*

### ALLHUSET ONSDAGAR KL 13.00 PROGRAM

#### 11 april – Södertälje kanal förr och nu

Fredrik Blomqvist, intendent vid Sjöhistoriska museet, berättar om Södertälje kanal – vad den historiskt har betytt för Södertälje och Mälardalen. Christer Westerlund från Mälarprojektet, berättar om den pågående utbyggnaden av Södertälje kanal.

#### 9 maj – Vårsånger Holmfastkören

Vår egen kör sjunger in våren.

### NYA MEDLEMMAR

Roy Hallén  
Jan Sandberg  
Eva Hedenstedt  
Birgitta Hallqvist  
Lisbeth Lindqvist  
VÄLKOMNA!

### FESTLIGHETER

#### Forever Yong – Fredagen den 27 april kl. 16:00, Allhuset

Rockbandet Forever Young började hösten 2014 i projektet Kultur 365 i samarbete med kulturskolan och med stöd från kulturrådet, men nu står de på egna ben. Bandet spelar old time rock'n'roll, lite country samt egenskrivet material. Det blir mingel, vin, öl och något att äta, kaffe/té med kaka. Allt till självkostnadspris, 200 kr.

**Anmälan** till någon i festkommittén senast måndagen den 23 april.

# HOLMFASTBLADET

## RESOR OCH STUDIEBESÖK

### **Estrad 'backstage' tisdagen 24 april kl. 11.30**

Estrad är den viktigaste och största kulturscenen i Södertälje. Olika genrer bör representeras genom ett väl varierat programutbud. De programansvariga, Peter och Kerstin, berättar för oss om sitt arbete och val av programinslag och artister. Vi får även veta något om de scen tekniska krav som ställs inför en föreställning jämte en orientering om den avancerade tekniska belysnings- och ljudutrustning som ganska nyligen installerades. Besöket avslutas med en titt bakom scenen. Om man har synpunkter på programutbudet ges här ett bra tillfälle att framföra dessa. Programmet tar ca 1 timme, varefter vi intar gemensam lunch i stadshusets restaurang. Max. antal deltagare är 20 personer.

**Bindade anmälan:** görs senast den 13 april till  
Göran Jyde 070-210 50 38 goran.jyde@telia.com

### **Åland över dagen – Ålands rika historia fredagen 25 maj**

Bussresa t/r hemorten – Kapellskär. Under dagen båtresa t/r Kapellskär – Mariehamn. Vi reser tillsammans med vår systerförening Järna-Hölö-Mörkö. Upphämtning med buss : 06:05 Järna Station, 06:25 Nyköpingsvägens busshållplats mitt emot Stadshuset, Södertälje, 06:30 Stora torget, Södertälje. Brunch serveras på utresan, buffé inkl. vin, öl, läsk och kaffe på hemresan. Guidad rundtur "Ålands rika historia" på Åland. Kaffe och Ålandspannkaka i Smakbyn. 19:45 Rosella ankommer Kapellskär. Hemfärd direkt efter ankomst till Kapellskär. Pris:687:- 25 april 2018 (Södertälje) OBS! Samtliga resenärer ska ha giltig legitimation med sig på resan!

**Bindande anmälan** till Göran Jyde 070-210 50 38 goran.jyde@telia.com. Inbetalning till Plusgiro 51 30 13-3 senast den 25 april 2018.

## **MATERIAL TILL PROGRAMHÄFTET - DEADLINE 7 MAJ**

Så påminner vi ånyo om att ansvariga för föreningens aktiviteter ska inkomma med material till nästa programhäfte senast den 7 maj 2018. Materialet ska avse aktiviteter under perioden *juli 2018 – mars 2019* och mejlas alternativt telefoneras till tomas.berger@bredband.net eller tfn: 073 384 31 21.

## **Alla våra kulturella arrangemang sker i samarbete med STUDIEFÖRBUNDET VUX-ENSKOLAN**

## FRISKVÅRD

### **Måndagen 23 april**

#### **Naturcentrum Simsjön**

En återskapad fågelsjö mellan Järna och Hölö. Kläder efter väder. Matsäck. Samling för bilfärd Södertälje C. Kl. 9.30. **Anmälan** senast 19 april till Gunilla Vennberg.

### **Måndagen 7 maj**

#### **Härliga friskvårdsdagen på Stensunds Folkhögskola, Trosa**

Kläder efter väder. Handduk. Heldag för 275:- "All inclusive". Gemensam bilfärd från Södertälje C kl.8.30. **Anmälan** senast 25 april till Katarina Juhlin.

### **Måndagen den 28 maj**

#### **Vackstanäs gymnasium**

Nytt område för oss. Kanske ser vi en och annan gris där. Dock ej vildsvin. Matsäck. Gemensam bilfärd från Södertälje C kl.9.30. **Anmälan** senast 24 maj till Karin Bengtsson.

## ÖSTASIATISKA MUSEET

### **Fredag 11 maj kl. 13.00-15.00 och fredag 25 maj kl. 13.00-15.00**

Museirond på Östasiatiska museet med samlingar från Kina, Korea, Japan, Indien och Sydostasien. Över 5 000 år av kinesisk historia. SPFs medlemmar tas emot av Japanintendenten Petra Holmberg som tillsammans med föremålsantikvarie Maria Dahlström kommer att ta fram unika föremål i samlingarna. Avslutning i café Kikusen. Pris: 100 kr inkl. kaffe/te och kaka. Betalas på plats. **Anmälan** Receptionen Östasiatiska Museet, tel 010-456 1297 ANMÄLAN ÄR BINDANDE. Hitta : Buss 65 till Skeppsholmen.