

Ordförande har ordet!

” Välkommen sköna maj, Välkommen sköna maj”

Nu har vi äntligen fått lägga våra vintermånader till handlingarna och får se fram emot våren och sommaren.

De flest av våra inomhusaktiviteter avslutas inom ett par veckor men utomhusaktiviteterna fortsätter såsom Boule, bangolf, månadens lunch och Holmfastgolfen.

På onsdag 11 maj har vi vårens sista månadsmöte med härlig musik, utdelning ur Särimmers fond. Akvarellgruppen kommer att ställa ut sina alster för beskådande. Kaffe och smörgås samt lotterier

1 juni kl. 10.00-12.00 i Allhuset bjuder pensionärsorganisationer, SPF, PRO, SKPF, in våra lokala politiker till en utfrågning om angelägna seniorfrågor inför valet. Moderator är Thomas Karlsson från Länstidningen. **Hjärtligt välkomna.**

V 20 16 maj – 20 maj anordnar SPF seniorerna en nationell folkhälsovecka. På nätet kan du hitta digitala föreläsningar varje dag kl 10.00 och 14.00. Vi i Holmfast välkomnar er till våra aktiviteter den veckan. Se nedan

19 oktober kommer årets Äldredag/seniordag att gå av stapeln i TomTits. Ni kommer att se en hel del om det när vi närmar oss hösten .

Till sist:

Önskar jag er alla en riktigt skön sommar där ni ändå får ett Holmfastblad även i juni,juli och augusti ☺

Ebon Eriksson

Ordförande

Folkhälsoveckan 16 – 20 maj.

Individuella promenader varje dag. Aktivitetskort att fylla i finns på nätet.

Tisdag: Stavgångsgrupp i Kusensbacke med Annelie från Korpen. Träff 10:30 Coops parkering Erik Dalbergs väg 21.

Torsdag: Boule Inger ansvarig, avgift 20 eller 60 kr. tid 10.00

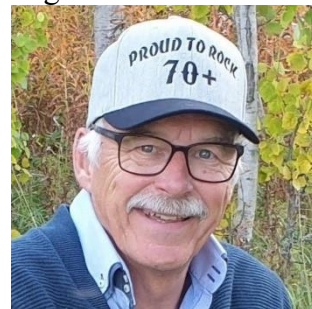
Torsdag: Månadenslunch Sturehof Erik ansvarig. Tid. 13.00 Vi tar en promenad i anslutning till lunchen i den vackra omgivningen.

Fredag. Bangolf Leif ansvarig, avgift 40 kr. Tid 11.00

Föreläsningar varje dag kommer att finnas på nätet.

Månadsmöte 11 maj, kl.13:00

Björn Hemstad underhåller oss med sång och bildspel från vår ungdom.

**Priser från Särimmers fond lottas ut.**

Fonden bildades 2002 av Ivan Präntare. Fondens tillgångar baseras på en donation av intäkterna från försäljningen av Ivan Erikssons bok ”Telgebor”. Anmälan till mötet sker på tel. 073 904 73 84 eller spfholmfast@gmail.com senast 9 maj.

Vår **akvarellmålningsgrupp** kommer att ställa ut några av sina alster den 11 maj.

Månadsmöte 14 september, kl.13:00

OsteoStrong Jonas Forsberg, berättar om hur man stärker sitt skelett, förbättrar sin balans, hållning och muskelstyrka samt reducerar sin ledvärk.

Bangolf söndagen den 15 maj kl. 11:00

Då startar årets spel vid Södertälje Bangolfklubb. Banorna är vackert belägna i Mälarparken (Bergviksgatan 20) vid kanalen. Pris 40 kr. för pensionärer betalas med swish eller kontanter.

Månadens lunchutflykt.

Utflykten i april gick till **Engholms Slott** på norra Mörkö. Vi blev 16 personer som följde med till detta delvis okända slott. Vi fick en kort presentation av sonen i nuvarande ägarfamiljen om historiken av vilka som genom århundradena ägt och drivit ägorna. Slottet uppfördes i början av 1900 talet, det var Philip Wersen grundaren av Södertälje Werkstäder och första chefen på Vabis som lät bygga på detta Slott som färdigställdes 1916. Utöver en intressant historia så bjöds vi på en läcker buffé med kyckling och mycket spännande grönsaker. Avslutade sedan med kaffe och kaka.

Deltagarna har fått smak på att besöka slotten i vår omgivning så utflykten i maj blir till **Sturehofs Slott** vid Mälaren i Botkyrka.

Slottets historia sträcker sig slutet av 1700 talet då Gustav III finansminister Johan Liljencrantz köpte ägorna och lät bygga på huvudbyggnaden som stod klart 1781. Flyglarna är från 1600 talet och anpassades till slottets gustavianska stil när dessa byggdes. Slottet ägs idag av Stockholm Stad och anses som ett av landets vackraste och mest kompletta anläggningar i Gustaviansk stil.

Dom har också ett välrekommenderat kök och kommer att erbjuda oss specialmeny för strax under 300 kr vilket inkluderar varmrätt med sallad, måltidsdryck och kaffe och kaka.

Utflykten blir torsdagen 19 maj med avresa från Centralens parkering 13:00

Anmälan till Erik Karlsson senast 17 maj på 070 521 42 33 alt. karlsson-erik@telia.com som försöker att organisera samåkning och svarar på era frågor.



Kommande resor.

Måndagen 30 maj kommer vi att i samverkan med Björcks resor arrangera en dagsresa till **Lasse Åberg museet** som ligger i Bålsta. Ett museum som med proffsig hand är inrett i en gammal lada och innehåller allt från serie och konstsamlingar samt en av världens främsta samlingar av Disney föremål.

Där finns också en bra restaurang som serverar dagens lunch.

Anmälan till Katarina Juhlin 070 394 52 90, akk.juhlin@gmail.com alt. Inger Styrhagen 070 242 85 39, ingerstyrhagen@outlook.com



Har du frågor eller funderingar kontakta Leif Wretander på tel. 076 265 25 07 eller wretander.leif@gmail.com

Funktionärskonferens

Tisdagen 26 april genomfördes en uppskattad funktionärs konferens i en trevlig miljö på **Bommersvik**.

Vi var 42 deltagare som under dagen gick igenom allt från våra förväntningar på vad som behöver utvecklas i föreningen till rutiner och checklistor att hålla oss till som funktionär i SPF.

Valberedningens nya ordförande Lars Thureson presenterade en samställning på hur medlemsutvecklingen ser ut, aktuell åldersfördelning och funderingar på hur vi utifrån aktuella data ska formulera våra planer för rekrytering och behålla och öka aktiveringen på befintliga medlemmar.

Utifrån dessa tankar kommer styrelsen att ta fram underlag för en medlems enkät som förhoppningsvis ska ge vägledning i att göra rätt saker utifrån medlemmarnas önskemål och behov.

Nio nya medlemmar som vi hälsar välkomna:

Marianne Svensson, Edmund Von Mioducki, Owe Persson, Agneta Lindström, Lars Gustafsson, Liljan Dahlhjelm, Yvonne Kjell, Elna Nieminen Olsson och Sven-Olof Andersson.

Bilagor:

- Aktivitetsscheman
- Mötesplatserna 19 april -17 juni
- Månadsbrev maj
- Föreläsning och Stavgång 3/6
- Musikaler
- Facit

HOLMFASTBLADET