

Bäste Holmfastmedlem

Välkommen tillbaka till höstens verksamhet med våra onsdagsträffar med ett varierat och spännande program. Nu på onsdag har vi glädjen att möta författaren, kocken, odlaren och vinkännaren Peter Streijffert och vår eminenta kör förstås.

Jag vill påminna om att i februari genomför vi vårt årsmöte och valberedningen har börjat sitt arbete. Om du vill göra en insats för föreningen så kontakta valberedningens sammankallande, Katarina Juhlin. Jag är säker på att det finns uppdrag för var och en som är intresserad.

Studieförbundet Vuxenskolan vår samarbetspartner, har flyttat till en mer central plats vid Saltsjötorget i de lokaler som Folkuniversitetet lämnat. Vi kommer att få information på månadsmötet om hur vi kan stärka vårt samarbete.

Den 5 oktober bjuder KPR, Kommunala pensionärsrådet in till årets Äldredag. Temat är Bevara dig väl med Guld-kant på tillvaron. Här kan du lyssna till John Pohlman med musiker eller kanske Annika Hagström. Programmet innehåller flera inslag med både författare, filmare och konstnärer. Här kan du också träffa representanter för alla pensionsorganisationer liksom social- och omsorgskontoret.

Som komplement till denna dag bjuder KPR in till en boendedag 8 november på förmiddagen där boendefrågan lyfts fram. Boel Godner, KS ordförande och Tage Gripenstam, representant för oppositionen i kommunfullmäktige, medverkar.

För att utveckla samarbetet mellan Södertäljes pensionsorganisationer har vi bildat ett nätverk, kallat Näpis, Nätverket pensionärer i Södertälje. Här finns alla organisationer inom KPR representerade. En arbetsgrupp är utsedd med två ledamöter från SPFSeniorerna, två från PRO och en från SKPF. Vi hoppas att det ska bli lättare att påverka de politiska beslutsfattarna utanför KPR som är ett råd under kommunstyrelsen. Vi måste tillsammans lyfta frågor som rör oss äldre.

Fler platser på äldreboenden, ökat stöd åt anhörig som vårdar i hemmet, bättre kvalitet på matlådorna, mellanboende mm.

Jag vill ta tillfället i akt att tacka Rolf Loft för hans insats som ansvarig för en bridgen på Tappan. Hoppas vi ses på Äldredagen 5 oktober och boendedagen 8 november.

Bengt Johansson
Ordförande

MÅNADSMÖTEN
ALLHUSET
ONSDAGAR KL 13.00
PROGRAM
13 september

Peter Streijffert. "Ät godare, billigare, hälsosammare och klimatsmartare."

Peter Streijffert är författare, kock, odlare, vinkännare och föreläsare.

11 oktober
Gustav Gälsing

Södertäljes unge entertainer framför kupletter, skillingstryck, schlagers från förr till eget ackompanjemang av banjo och dragspel.

NYA MEDLEMMAR

Annelie Persson
 Barbro Eriksson
 Ewa Davidsson
 Ulf Johansson
 Ragnhild Krih
 Lilian Gustafsson
 Kent Gustafsson
 Lola Björkman
 Masoumeh Abbasjhan
 Anica Sölderström
 Bengt Nylander
 Lizzi Sundlöf
 Agneta Wikström
 Maria Åhlund
 Lars-Orvar Åhlund
 Carin Olin
 Monica Gelin
 Stina Almrot
 Anne-Marie Wengelin
 Erna Johansson
 Kerstin Arvidsson
 Inger McShane
VÄLKOMNA!

RESOR OCH STUDIEBESÖK

Tisdagen 19 september - Femörefortet i Oxelösund

Fortet är en av de senast byggda försvarsanläggningarna. Sedan 2003 är fortet ett museum över hur man planerade en modern anläggning för kustförsvaret med självförsörjning och kärnvapenskydd. Fortet är lättillgängligt och utrustat med hissar. Vi guidas runt sedan vi inlett med kaffe och kaka under guidens presentation. På hemvägen äter vi lunch (4 valfria rätter, salladsbuffé, kaffe/kaka) i restaurang Qvarnen i centrala Nyköping. Pris: 100 kr. Priset för besöket på fortet inklusive tillträde, guidning och kaffe är 200 kr som betalas vid avresan. Vi samåker i egna bilar eller hyrd minibuss från Södertälje Centrum kl. 09.30; återkomst ca. kl. 15.30. Antal personer min 15, max 20.

Bindande anmälan till Göran Jyde, tel. 070 210 50 38 alt. goran.jyde@telia.com, eller Gunnel Norén, tel. 070 985 20 71 alt. gunnelenoren@gmail.com senast 13 september (ny tid).

Torsdagen 24 oktober - Tumba Bruksmuseum

Tumba pappersbruk som sedan 2004 drivs av Kungl. Myntkabinettet startade år 1755 tillverkning av sedlar och andra värdehandlingar och är det äldsta av sitt slag i världen. Vi får se hur tillverkning av handgjort papper görs och en studie av sedlarnas och Riksbankens historia, en intressant utställning om papperets historia och en orientering om arbetarnas arbetsmiljö och villkor genom besök i historiska byggnader. Inträdespriset inkl. guidning är 50-75 kr per person beroende på antalet deltagare. Lunch intas på restaurang i Tumba. Pendeltåg från Södertälje C kl. 10.15 till Tumba station. Vid bra väder promenad till museet. Annars SL-buss. För bilåkare finns p-platser vid museet. Maxdeltagare 20 personer. **Anmälan** till Gunnel Norén alt. Göran Jyde *senast 11 oktober*.

FESTLIGHETER

Karaoke - Fredagen den 29 september kl. 16:00 i Allsalen
Mingel, vin, öl och något lättare att äta, kaffe/té med kaka. Allt till självkostnadspris, 120 kr. Tävling bordsvis eller individuellt. **Anmälan** görs till någon i Festkommittén senast tisdagen den 26 september.

HEMSIDAN

Du kan lätt nå vår hemsida och se vad som händer i SPF. Anslut dig till den sökmotor du använder (ex. Google), Skriv in SPF – Seniorerna Holmfast. Flera förslag kommer upp, markera det du söker. Du hamnar på *Startsidan* varifrån du väljer någon av de flikar som finns.

BRIDGE

Ny ansvarig för Bridgen Täppan, Dalgatan 25 är Stig Mårtensson, tfn 070 232 06 49.

Våra kulturella arrangemang anordnas i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

FRISKVÅRD

Måndagen 18 september

Lina Lersjöar

Samling Södertälje C. 10.00 för gemensam bilfärd till Hundkapplöpningens parkering. Information av grundaren Ulf Engström om Trädgården. Gulaschsoppa för billig penning. Kaffe, kaka.

Anmälan till Gunilla Vennberg 08 550 61147 senast 11 september.

OBS! Vandringen längs Måsnaren sker den 6 november.

Måndagen 9 oktober

Ragnhildsholme längs kanalen

Samling kl. 9.30 i Katolska kyrkans lilla park.

Anmälan till Ann Catrin Rydbjer senast 2 oktober.

Sittyogan hösten 2017

Start 21 september. Finns platser kvar. Ring Katarina 070 3945290. Lokalbyte: Studieförbundet Vuxenskolan har flyttat till Folkuniversitetets gamla lokaler vid Saltsjötorget.

MÅNADENS LUNCH

Onsdag 27 september

Mångfaldens Hus

Samling 12.30 vid Södertälje C:s parkering för gemensam färd till Nykvarn. 8 kr/mil betalas till bilföraren.

Anmälan senast onsdag 20 september till AnnCatrin Rydbjer 08 550 161 19 alt 070 634 87 86.

Onsdag 18 oktober

Cesars

Samling före 13.00 vid restaurangen på Slussgatan 5.

Anmälan senast onsdag 11 oktober till Birgit Adolfsson 08 550 129 alt. 070 456 64 22.