

Kära medlemmar  
Så har ännu en höst gått till ända. Den var varm och vacker länge i år, men så kom vintern i ett huj. Vi har haft en mycket bra verksamhet i höst med många deltagare på våra månadsmöten och fulltecknade resor. Det är glädjande, även om lokalfrågan fortfarande är

ett problem för oss. Det är inte roligt att behöva ställa medlemmar på väntelista för att lokalen bara rymmer 40 personer. Vi arbetar vidare med den frågan. Nu önskar jag er alla en riktigt fin julhelg och så ses vi i januari igen. Men glöm inte månadsmötet i december när vi dricker glögg och umgås med varandra.  
//Ordf. Gudrun Wirmark

### Månadsmöte, torsdag, 12/12 med jul-quiz

Sista månadsmötet för terminen. Vi umgås och kör lite frågesport. *OBS! Vi ses i lokalen på Gamla Vägen 9, ingång från baksidan, Bergshamra kl.15.00.*

Kostnad 50 kr som betalas på plats.  
Anmälan senast 2 dagar innan till [brunnsvikensolna@spfseniorerna.se](mailto:brunnsvikensolna@spfseniorerna.se) eller till Eva Eliasson sms 070 292 08 61.

### Årsmöte 27 februari 2025

Föreningen håller sedvanligt årsmöte den 27 februari 2025 kl. 14.00, i if-huset, Bergshamra.

Motioner till årsmötet ska vara inkomna till SPF Seniorerna Brunnsviken [brunnsvikensolna@spfseniorerna.se](mailto:brunnsvikensolna@spfseniorerna.se) senast den 25 januari 2025.

### KPR och Äldreforum

Det senaste från KPR är att omsorgsförvaltningen vill slå samman möten med KPR med Rådet för funktionsnedsatta. Jag, Gudrun, har ställt mig tveksam till detta, då jag tror att fokus kommer bort från äldrefrågorna. Beslut fattas inför 2025, så jag får anledning återkomma i frågan.

Vidare talar man om en större omläggning av administrationen för hemtjänsten för att komma bort från minutstyrningen. Behoven hos den äldre ska styra. Detta kommer att ta tid att genomföra.

Region Stockholm är den enda som inte har kommunal sjukvård, vilket gör att det är regionen som ska dela medicin till de äldre. Detta fungerar dock mycket dåligt. Men eftersom alla kommunerna i Stockholmsregionen måste vilja ändra så har det hittills inte fungerat.

På Äldreforums möte i oktober gjorde vi ett uppskattat besök på Ametistens äldreboende. Vi var imponerade av hur trevligt och välordnat det verkade. Dock önskade man där flera händer då de boende blivit mycket sjukare än när kontraktet med kommunen skrevs.

//Ordf. Gudrun Wirmark



### Bridgevän

Vill du bli en av oss som spelar bridge på onsdagar?

Du kan välja ordinarie spelare av åtta eller som reserv.

Vi är lagom duktiga, börjar kl. 14 och efter 16 givar och kaffe är klockan 17.

Tag kontakt med Jan Karlsson via telefon 0707998466 eller

[janharrylaban@gmail.com](mailto:janharrylaban@gmail.com)

## Månadsmöte januari 2025



Emma och Anders Zorn – livet, konsten, sanningar och lögnar

På **månadsmötet den 30/1 2025** får vi

besök av Ola Gäverth. Ola är journalist och författare. Han har sina rötter i Dalarna och har ett genuint konstintresse. Han berättar med kunskap och inlevelse om familjen Zorn.

Vi ses i lokalen på Carl Malmstens väg 12 kl. 15.00 torsdagen den 30 januari. Kaffe och kaka serveras.

Kostnad 50 kr som betalas på plats. Anmälan senast 2 dagar innan till [brunsvikensolna@spfseniorerna.se](mailto:brunsvikensolna@spfseniorerna.se) eller till Eva Eliasson sms 070 292 08 61

## Studiebesök



Vi besöker Stockholms Stadshus som fyllde 100 år 2023.

**Onsdagen den 22 januari 2025 kl.12.50** samlas vi i valvet från Hantverkargatan 1 för en guidad tur i Stockholms stadshus. Under visningen får vi se Stadshusets festsalar Blå hallen, Gyllene salen, Rådssalen och Prinsens galleri. Guiden berättar om historia, politik, arkitektur och om Nobelfesten.

*OBS Det är inte tillåtet att ta med större väskor än 30 x 21 cm (A4-Storlek) på guidad visning. Kostnad 100 kr. Efter bekräftelse betala till plusgirokonto 463 80 53-1. OBS! ange på talongen ditt namn och vilket studiebesök det gäller.*

Anmälan senast 19 januari till [brunsvikensolna@spfseniorerna.se](mailto:brunsvikensolna@spfseniorerna.se) eller till Eva Eliasson sms 070 292 08 61



**Vinprovning.**  
Intresserad?!

Anmäl dig till någon av vingrupporna.

Vingrupp I: [inachurchill@gmail.com](mailto:inachurchill@gmail.com) - 1a måndagen i månaden

Vingrupp II: [ulfdohnhammar@gmail.com](mailto:ulfdohnhammar@gmail.com) – 2a måndagen i månaden

Plats: Carl Malmstens väg 12, Bergshamra  
Inga förkunskaper krävs, bara ett öppet sinne för att prova viner och framför allt att träffa nya vänner! Finns inte plats i någon av grupperna blir du t.v. reserv och bjuds in när någon är borta och då betalar du per provning. Skicka oss ett mejl och kom i gång //Hälsar Ulf och Ina

**Vinresa till Frankendistriktet i Bayern Tid: 13–17 maj 2025**



Pris: 16,300 kr, delat rum/hytt & halvpension, enkelrums/hyttillägg: 1800 kr/person

Anmälan till: [inachurchill@gmail.com](mailto:inachurchill@gmail.com) eller mobil 070 511 4949

Vi flyger till Frankfurt/Main och därefter reser vi med svensk buss till Franken och vår första lunch äter vi på den berömda Weinstuben Juliusspital, världens största framställare av Silvanerviner. Men vi ska inte bara prova goda viner. Vi bor och utforskar den vackra staden Würzburg, besöker historiska Bamberg och lilla mysiga Volkach med sin sengotiska pilgrimskyrka. En båttur på floden Main låter oss fascineras av det otroligt vackra-landskapet.

Hemresa med buss via färja Travemünde-Trelleborg. Hela programmet hittar du på SPF Brunsvikens hemsida och i SPF-appen.

Resan är avsedd även för dig som kanske behöver ta med din rollator.

Vår busschaufför hjälper gärna till!

En intressant och annorlunda resa att se fram emot! // Ina Churchill Resansvarig

## 17 oktober besöktes Båtskapalatset



Trappor, trappor, trappor

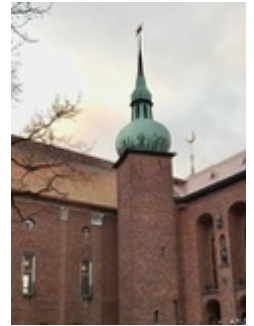
## Från besöket på Spårvägmuseet

Den 5 november var vi 12 medlemmar som fick en historisk visning på Spårvägmuseet i Norra Djurgårdsstaden. Museet är väldigt välorganiserat och personalen mycket hjälpsam. De delade t.ex. ut små klappstolar till dem som ville ha något att sitta på under

visningen. Vår guide var mycket kunnig och berättade initierat om kollektivtrafikens utveckling i Stockholm. Han berättade hela historien från roddarmadammer via hästspårvagnar, elspårvagnar, trådbussar och ångbåtar fram till våra dagars tunnelbana, pendeltåg och bussar. Efter visningen stannade de flesta kvar en stund och fikade i museets café. Samlingarna är omfattande och några stannade kvar efteråt och tittade på det som inte hunnits med vid visningen.

//Leif Ingström

På månadsmötet den 21/11 hade vi bjudit in Martin Rörby (arkitekturhistoriker) att hålla en föreläsning om "Mina Stockholmspärlor".



Det var roligt att så många hade anmält sig men tyvärr fick inte alla plats, vi maxade antalet i lokalen (40 deltagare). Med biosittning och lite förfriskningar blev stämningen god och berättelsen om kända och mindre kända byggnader i Stockholm var mycket trevlig och intressant.  
// Eva Eliasson



**SPF SENIORERNA** Brunnsviken  
Solna

Antal medlemmar, nov 2024: 350 st.  
255 kvinnor och 95 män

Bergshamra: 194  
Frösunda: 110  
Ulriksdal med omnejd: 14  
Övriga områden: 32



## Resa till Nordjylland i september 2024

Vår Nordjyllands resa var delvis beroende av tåg (SJ). Mina erfarenheter med SJ under sommaren var inte de bästa, oro fäste sig i kroppen. Oron växte när jag såg prognoserna för vädret, regn, på Nordjylland.

Allt blev bra. Tågen gick enligt tidtabell och regnet passade på under bussresorna och vi fick fina naturupplevelser utan regnkläder. Vår reseledare, Ina Churchill, och bussföraren, Göran Edvinsson, underhöll oss med både fakta och anekdoter som lockade till många skratt.

Mycket fängslande visning av Skagen Museet verk av konstnärer som P.S. Krøyer, Michael Ancher, med flera. Nästa besök är den sandbegravda kyrkan, med sagolik historia. Efter god lunch vid en Polsevogn besökte vi Råbjerg Mile, dvs. den vandrande sanddynen.



Fylld av överkliga naturupplevelse tog vi oss till hotellet.

Dag två åkte vi till Ålborg, vid Limfjorden. Fjordbyen, är en stadsdel i Ålborg, som har en lång och ibland färgstark historia bakom sig, men allt bidrar bara till att ge intrycket av en fristad som staden utstrålar idag. Annorlunda och intressant. Mikrobryggeriets lunch och provsmakning av öl förbereder oss för att utforska Utzon center, grundat av bl.a. Jørn Utzon, som ritade Operahuset i Sydney.

Sista kvällen samlades vi till mingel, vilket fint initiativ, det blev många skratt och trevligt prat. Resan blev helt fantastisk, Ina tack för ditt engagemang och utmärkta planering, avvägning med egen tid och aktiviteter samt omtanke om oss alla. Tack till alla medresenärer som bidrog till minnesvärd upplevelse. Tack. // A Nilimaa



### SPF-appen i mobilen/paddan

Följ distrikt, förbund och föreningar som är relevanta för just dig. Håll koll på aktiviteter och få push-notiser när nyheter publiceras på hemsidan. Du kan också se kontaktinformation, länkar och annan information som föreningar har lagt på hemsidan.

Appen har såklart även stöd för utökad läsbarhet. Appen finns **gratis** att hämta i App Store (för iOS) och Google Play (för Android).

