

**Bästa SPF-are!**

**Vecka 34 2024**



*23 medlemmar deltog i kryssningen till Medeltidsveckan i Visby*



*På måndag postas höstprogrammet till er alla. Något att se fram emot!*

Nu drar vi igång höstsäsongen 2024! Hoppas ni alla har haft en bra sommar och att ni, liksom vi i styrelsen, ser fram emot att ses igen. Om ett par veckor är det dags för möte i det kommunala pensionärsrådet, där representanter för seniororganisationerna får ställa frågor till de styrande i kommunen. En fråga vi kommer att ta upp är bostäder, men det finns ju annat. Något mer? Hör av dig i så fall till Anders Magnusson senast den 20 augusti. Kontaktuppgifter finns längre ned.

**Detta händer under veckan:**

Må 19/8

**Programhäftet** är klart för utskick och bör landa i din brevlåda under veckan.

On 21/8

**Båttur** med Sjöbris till Biskopsö, för de 49 medlemmar som anmält sig. Nu är resan fullbokad.

**Längre fram:**

Må 26/8 kl 13.00

**Första månadsträffen:** Birger Öman har nyligen givit ut en bok med titeln "Bli yngre med tiden", där han beskriver hur han förbättrat sin livskvalitet och blivit en pigg pensionär med hjälp av aktuell vetenskap och enkla levnadsregler.



Föreläsningen är en sammanfattning av bokens budskap.

On 28/8 kl 11.00

**Första onsdagsvandringen.** Vi träffas på parkeringen vid Hågelby. Där kan man välja olika längder på sin promenad men vi slutar med gemensamt fika i parken.

To 5/9 kl 14.00

**Surströmmingsfest!** Detta år har vi varit förutseende och lyckats få tag på riktig surströmming, dvs hela fiskar, och inte filéer som förra året. Det kommer också att finnas någon liten burk matjessill. Förutom surströmming med tillbehör ingår öl och mineralvatten samt glass med nykokt hjortronsylt.

**Anmäl dig** genom att betala 100 kr till plusgiro 81 95 73-9 senast måndag den 2 september. Max 25 deltagare. Glöm inte att ange ditt namn!

### **Resor 2025:**

Eventuellt blir det en åtta dagars resa till Gran Canaria 4/2 med Bella Seniorresor som inte finns med i programbladet, anmäl gärna intresse till Jarl. Bella Seniorresor hämtar bokade resenärer i Botkyrka med buss samt avlämnar vid hemkomst på samma ställe. Resenärerna får också hjälp med incheckningen både på ut- och hemresa. Hotellet heter Corallium Beach, i San Augustin, frukost och middag ingår liksom lunch under fyra utflykter. Priset blir ca 18 000 kr per person. Läs gärna mer här: [Seniorresor till Gran Canaria | Vårresa med Bella Resor](#)

En resa som står i programbladet är Berninaexpressen med Rolfs Flyg och Buss, även här behöver vi snar intresseanmälan!

\* \* \* \* \*

Aktiviteter utanför SPF:



Föreningen  
Botkyrka Julkonsert

*inbjuder till*  
*Senior Afternoon Dance*



*i Segersjö Folkets Hus*  
*Tisdag 3 september kl. 13.00-16.00*

*Biljettpris: 100 kronor. Medlem 75 kronor*

*Biljetter: köpes på [www.botkyrkajulkonsert.se](http://www.botkyrkajulkonsert.se)*

*Köpta/beställda biljetter återköpes ej.*

*Kaffe, te, dricka, och kaffebröd finns till försäljning.*

*DJ Janne Andersson spelar dansvänliga låtar man känner igen.*

*Välkomna*

*I samarbete med*



\* \* \* \* \*

SeniorNets katalog för hösten finns på nätet, sök på SeniorNet Botkyrka.

\* \* \* \* \*

Med vänliga hälsningar från oss i styrelsen gm

*Elisabeth Bäckman*, ordförande, och *Håkan Thunberg*, redaktör

### Kontaktuppgifter:

**SPF Seniorerna Botkyrka:** [botkyrka@spfseniorerna.se](mailto:botkyrka@spfseniorerna.se)

Elisabeth Bäckman: <a href="mailto:elisabethbackman@outlook.com">elisabethbackman@outlook.com</a> 072-253 63 39 Krokvägen 8, 14638 Tullinge	Håkan Thunberg: <a href="mailto:hakanthunberg5@gmail.com">hakanthunberg5@gmail.com</a> 073-962 03 34
Anders Magnusson <a href="mailto:andersmagnusson7@gmail.com">andersmagnusson7@gmail.com</a> 073-979 17 88	Saga Andersson <a href="mailto:anderssonsaga@outlook.com">anderssonsaga@outlook.com</a> 070-870 66 54
Lennart Blixth <a href="mailto:blithlennart@gmail.com">blithlennart@gmail.com</a> 070-322 00 17	Marianne Backman <a href="mailto:mariannebackman1950@gmail.com">mariannebackman1950@gmail.com</a> 070-286 15 10
Jarl Johansson <a href="mailto:jarl@percico.com">jarl@percico.com</a> 070-755 32 55	Kerstin Risveden <a href="mailto:kerstin.risveden@outlook.com">kerstin.risveden@outlook.com</a> 070-749 05 12
Britta Berglund <a href="mailto:briber30@gmail.com">briber30@gmail.com</a> 073-805 28 38	

**Botkyrka Riksteaterförening**

Biljetter köps antingen via hemsidan [www.riksteatern.se/botkyrka](http://www.riksteatern.se/botkyrka) eller via Ticksters kundtjänst, 077-147 70 70. Köp på plats sker kontant eller via Swish.

Just nu ingenting i Botkyrka.

\* \* \* \* \*

**Bio på Tumbascenen:**



# TUMBASCENEN

Bio - Opera - Teater - Konst - Musikaler - Konferens - Mötesplats

## Bioprogram 6/8 - 3/9 2024



### DEN SISTA RESAN

Tisdag 6/8 14:00  
Tisdag 3/9 14:00  
Från 7 år. Längd 1:30  
Biljettpris 140 kr inkl fika



### SOMMARTIDER

Onsdag 7/8 19:00  
Torsdag 8/8 14:00  
Onsdag 28/8 14:00  
Torsdag 29/8 19:00  
Från 7 år. Längd 1:41.



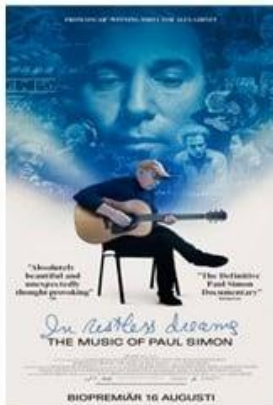
### DET SLUTAR MED OSS

Söndag 11/8 18:00  
Tisdag 13/8 14:00  
Onsdag 14/8 19:00  
Torsdag 15/8 14:00  
Från 7 år. Längd 2:10



### EZRA

(med Robert De Niro)  
Tisdag 13/8 19:00  
Onsdag 14/8 14:00  
Måndag 19/8 14:00  
Från 7 år. Längd 1:41



### IN RESTLESS DREAMS- THE MUSIC OF PAUL SIMON

Söndag 18/8 18:00  
Tisdag 20/8 14:00  
Från 7 år. Längd 3:29



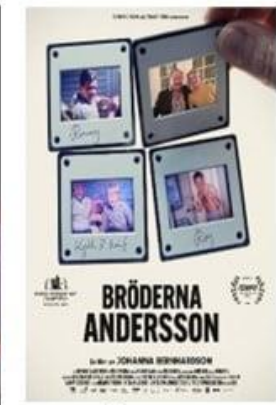
### TID ATT ÄLSKA

Onsdag 21/8 19:00  
Torsdag 22/8 14:00  
Från 7 år. Längd 2:05



### INSIDAN UT 2

Söndag 25/8 15:00  
Söndag 1/9 13:00  
Från 7 år. Längd 1:36  
100 kr vuxen/80 kr barn



### BRÖDERNA ANDERSSON

Söndag 25/8 19:00  
Tisdag 27/8 14:00  
Onsdag 28/8 19:00  
Torsdag 29/8 14:00  
Från 7 år. Längd 1:25

Vill du ha info om våra filmer, lämna då din e-postadress till [tumbascenen@gmail.com](mailto:tumbascenen@gmail.com)



[www.tumbascenen.se](http://www.tumbascenen.se)

Utbildningsvägen 2, Tumba Tfn 073-678 00 82

**Hallunda Folkets hus cafébio:** Inget för närvarande.

---

THE END