

Bästa SPF-are!

Vecka 46 2024



Ekeröfärjan, målet för denna veckas onsdagsvandring

Här i Botkyrka kommun finns en lokalavdelning av organisationen **Äldrekontakt**. Så här arbetar den: Via en kontaktperson får du kontakt med ett antal andra seniorer. Ni träffas hemma hos varandra ungefär en gång i månaden för fika eller annat trevligt. Värden står för förtäringen. Det behövs också frivilliga chaufförer. Intresserad? Kontakta i så fall Kia Hjelte, kia.hjelte@me.com eller 073-077 45 55.

Mer info hittar du här: <https://www.aldrekontakt.se> eller <https://www.aldrekontakt.se/nyheter/2017/6/29/mnadens-volontir-birgitta-herbst>

Medlemsavgiften för 2025 har skickats ut. Vissa får den via Kivra, ett antal medlemmar tror att de har fått två avier. Detta är inte korrekt, medlemmarna har endast fått en avi för 2025. Orsaken till att man ser två avier är att avin för 2024 inte markerats som betald (hanterad) och därför ligger kvar i Kivra. Om man jämför de två avierna ser man att belopp och betalningsdatum skiljer sig åt. Endast 2025 års avi, den med ett högre belopp och sista betalningsdatum 2024-12-31, skall betalas. De som eventuellt betalat båda avierna kommer att få tillbaka pengarna för avin för 2024.

För att undvika detta i framtiden bör medlemmen markera avin som betald (hanterad) i Kivra så snart betalningen är gjord. Ett bättre alternativ (tycker redaktören) är att se till att avin kommer som e-faktura hos den egna banken.

EFTERLYSNING

Är du intresserad av film? Hör av dig om du vill ingå i Bioträffen där SPF och PRO samarbetar med att visa kvalitetsfilm till låg kostnad vid 7-8 tillfällen under året. Gunnel Lundström lämnar nu efter 12 år och vi behöver en ersättare. Kontakta valberedningens Ingegerd Johansson för mer information (ingegerd.johansson99@gmail.com eller 070-446 48 06), även Gunnel kan kontaktas (gunnel.e.lundstrom@gmail.com eller 072-358 02 38).

Detta händer under veckan:

On 13/11 kl 11.00

Onsdagsvandring , Fittja och Ekerö

Denna gång vandrar vi runt i Fittja. Efter vandringen tar vi färjan över till Ekerö och äter lunch på restaurang Kolmilan som ligger precis där färjan lägger till på Ekerö. Lunchpriset är från 155:-. I detta ingår varmrätt samt ett omfattande salladsbord.

Observera, inget tvång att äta!

Vi samlas på parkeringsplatsen där gamla OBS låg. Här kan vi parkera gratis i 4 timmar med parkeringsbricka. Vi vandrar sedan runt i Fittja ca 4 – 5 km. Kl 12.30 går vi ombord på färjan för transport till Ekerö.

Om du inte vill delta i vandringen men vill vara med vid lunchen så infinn dig senast 12.30 vid färjeläget! Försök gärna att samåka. Kontakta Saga eller Jarl så hjälper vi till med att ordna samåkning. Vi är tacksamma för att ni anmäler till oss om ni kommer. Restaurangen vill gärna veta hur många som kommer för att äta lunch. Det är också bra att veta om vi måste ställa in vandringen.

On 13/11

Sista anmälningdag för resan till Kroatien är den 13 maj. Anmäl dig till Jarl. Se info nedan.

To 14/11 kl 11.00

Utställningen Nordbor på Nordiska museet
Möt nordbor som drömmer, strävar, älskar och

sörjer Utställningens huvudkaraktärer är gestaltade levnadsöden ur museets samlingar. Du får möta människor som lever eller har levt här i verkligheten. Berättelsen tar plats i den nordiska naturens årstidsväxlingar – en gemensam erfarenhet för människor som bor i Norden, oavsett tid och kontext. Utställningen sträcker sig genom hela översta våningen på Nordiska museet i 27 rum som leder dig på en kronologisk resa. Museet rekommenderar nedladdning av app för guidning på utställningen. Pris: 150 kr för pensionärer
Vi tar tåget 10.10 från Tumba, 10.15 från Tullinge. Kontaktperson: Lennart Blixth, se Kontaktuppgifter nedan.

Mycket senare:

On 4/12 kl 11.30

Jullunch på Lida. Det finns platser kvar till jullunchen! Betala 500 kr till PG 61 95 73-9 för anmälan (Swish 1230905612 går också bra). Glöm inte att skriva "Jullunch" och namn på deltagarna. Ta bussen till Lida eller kontakta Elisabeth Bäckman för samåkning. Du som har plats över i bilen, kontakta Elisabeth eller Lennart, se Kontaktuppgifter.

* * * * *



Resa till Kroatien den 13 – 20 maj 2025

Vi planerar att genomföra en resa till Kroatien nästa år. Resan kommer att genomföras i samarbete med Bella Resor. En stor fördel med Bella Resor är att de hämtar upp deltagarna i Tumba och Tullinge på avresedagen samt kör dem tillbaka till respektive ort vid hemkomst. De hjälper också till med incheckning både på Arlanda och på flygplatsen i Split.

Kroatien bjuder in till vidunderlig natur och historiska platser som ligger på ett pärlband utmed kusten. På ena sidan av städerna ligger bergen som vaktar över vingårdarna och på andra sidan ligger skärgården och Adriatiska havets kristallklara vatten. På denna resa kan du njuta av Kroatiens skönhet och mångfald på verkligt spännande utflykter. Vi tar också en tur in i Bosnien-Hercegovina för att se en fantastisk by och bro. Vi bor i Baška Voda på Hotel Horizont på Makarska Rivieran.

Hotellet är ett äldre charmigt wellnesshotel som ligger intill strandpromenaden med gångavstånd in till centrum. Stranden framför hotellet består av vit småsten så det kan vara skönt med badskor och vattnet är kristallklart. Officiellt är Hotel Horizont 4-stjärnigt och det har också faciliteterna till denna bedömning, men vi är närmre att ge det 3+ då det – med handen på hjärtat – skulle må bra av en omsorgsfull hand på vissa delar. De 202 rummen har en bra storlek och alla har balkong, kylskåp och badkar i badrummet. Inredningen är av äldre klassisk stil som många hotell i forna Östeuropa har men det är rent och snyggt och läget är fantastiskt. Utomhuspoolen är öppen mellan den 1 maj till mitten av oktober. Det finns också en inomhuspool (gratis) och ett wellness-område (mot betalning). Som Bella Resor-gäst får du dock 2 timmars gratis användning av bastu. Frukost och middag serveras som buffé i hotellets restaurang och ingår i resans pris. 4 utflykter ingår också i resans pris och då ingår också lunch på utflykterna.

Priset per person är 17 495:-. För enkelrum tillkommer 3 395:-. Vi har lyckats reserverat 5 enkelrum och 5 dubbelrum. Reserveringen gäller fram till den 13 november. Möjlighet finns att få sjöutsikt från rummen. Då tillkommer 1 295:- per person i dubbelrum, i enkelrum 2 400:-. Observera att reserveringen gäller rummen utan sjöutsikt. Om du vill ha sjöutsikt måste vi kolla först med Bella Resor om det finns något sådant rum ledigt. De 10 rummen som vi reserverat är Bella Resors sista lediga rum utan sjöutsikt! De har nu väntelista till dessa rum. Om vi inte bokar dem så kommer de att direkt försvinna!

Först till kvarn gäller. ***Senast onsdagen den 13 november måste du anmäla till Jarl om du vill följa med, gärna tidigare!***

Du kan läsa mer om resan på [Seniorresor till Kroatien | Vårresa med Bella Resor](#)

* * * * *

Aktiviteter utanför SPF:

Program SeniorNet Botkyrka november

13 nov - Mobiljunta Android, klockan 10 - 12, Biblioteket Folkets hus Hallunda
13 nov - IT-hjälpen, klockan 14 - 16, Hallunda Folkets hus
13 nov - IT-hjälpen, klockan 14 - 16, Seniorhuset Tumba
14 nov - Digitala hemmet i din vardag, klockan 11.30 - 13.45, Seniorhuset Tumba
20 nov - PC junta - digitala nyheter, klockan 11.30 - 13.45, Seniorhuset Tumba
20 nov - IT-hjälpen, klockan 14 - 16, Seniorhuset Tumba
27 nov - Mobiljunta Android, klockan 9 - 11.15, Seniorhuset Tumba
27 nov - IT-hjälpen, klockan 14 - 16, Seniorhuset Tumba
28 nov - Bli vän med din surfplatta, klockan 10 - 12, Seniorhuset Tumba
29 nov - Mer nyfiken på AI, klockan 10 - 12, Seniorhuset Tumba

Varmt välkommen SeniorNet Botkyrka
Läs mer på vår hemsida
Hälsningar Birgitta Strinnlund

* * * * *

Fr 8/11 – sö 10/11 Sthlm Food & Wine och Bak & Choklad

Jag heter Markus Ölmefors och är projektchef för mässan Sthlm Food & Wine och Bak & Choklad som går av stapeln 8-10:e november på Stockholmsmässan i Älvsjö.

Mitt ärende är ganska kort: vi önskar få in fler besökare till vår mäsas och en stor del av vår målgrupp är med största sannolikhet medlemmar hos er.

Vi vill gärna erbjuda er en rabattkod på halva priset på entrébiljetten som gäller fredagen 8:e nov till era medlemmar, om ni tycker att det skulle vara intressant?

Ni får en chans att träffas och gå på en mycket trevlig mäsas och vi får in fler besökare och gör våra utställare extra glada.

Tidigare i år så hade vi ett liknande samarbete med SPF och Antikmässan då över 900 st av era medlemmar dök upp!

Är du intresserad eller har frågor, maila eller ring mig på 0707-330134.

Är ni nyfikna på mässan, läs om den här: <https://sthlmfoodandwine.se/>

Med vänlig hälsning

Markus

MARKUS ÖLMEFORS
PROJECT AREA MANAGER

T: +46 8 749 91 34

M: +46 70 733 01 34

STOCKHOLMSMÄSSAN

Mässvägen 1, Älvsjö

SE-125 80 Stockholm Sweden

T: +46 8 749 41 00

* * * * *

Här kommer information om BJKs två sista föreställningarna för 2024.

Den **torsdag 5 december i Café Garbo** (Tumbascenens foaje) ställer vi till med en hejdundrande julgrötslunch med **Slagsta gille** som kommer med spelmän/kvinnor, sångare och dansare, totalt ca **30 personer**. Gillar man julgröt och folk/spelmansmusik så är detta års händelse.

Den **lördag 7 december i Hallunda Folkets hus Bragesalen** spelar Skalbolaget upp en galet rolig musikteaterföreställning, **I Grevéns tid**. 18 skådespelare/sångare 3 musiker ger oss igenkännbar musik med nya texter blandat med prator och övriga hyss.

Första gången som man spelar i Botkyrka, så det är en premiärföreställning så att säga.

VI SES PÅ EN SCEN NÄRA DIG
Hälsar Håkan Esterling, ordf BJK

* * * * *

Sätra Brunn i Sala erbjuder **Seniorkollo** 18-24/11
Mejlet är på ett antal sidor, så intresserade får gå in på deras hemsida och läsa själva: www.satrabrunn.se. God mat, spa, yoga etc finns, pris ca 6500 kr/person.

* * * * *

Med vänliga hälsningar från oss i styrelsen gm
Elisabeth Bäckman, ordförande, och *Håkan Thunberg*, redaktör

Kontaktuppgifter:

SPF Seniorerna Botkyrka: botkyrka@spfseniorerna.se

| | |
|--|---|
| Elisabeth Bäckman: elisabethbackman@outlook.com 072-253 63 39 Krokvägen 8, 14638 Tullinge | Håkan Thunberg: hakanthunberg5@gmail.com 073-962 03 34 |
| Anders Magnusson andersmagnusson7@gmail.com 073-979 17 88 | Saga Andersson anderssonsaga@outlook.com 070-870 66 54 |

| | |
|---|---|
| Lennart Blixth blixthlennart@gmail.com 070-322 00 17 | Marianne Backman mariannebackman1950@gmail.com 070-286 15 10 |
| Jarl Johansson jarl@percico.com 070-755 32 55 | Kerstin Risveden kerstin.risveden@outlook.com 070-749 05 12 |
| Britta Berglund briber30@gmail.com 073-805 28 38 | |

Botkyrka Riksteaterförening

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

Lö 9/11 i Hallunda Folkets Hus, Brage

Rörelse Frihet – genom Baba Karam och andra danstillstånd

Dans, Musik

En dansföreställning om varje människas rätt att vara fri.

Konstgruppen Ful påminner oss om att rörelsefrihet inte är gratis, men alltid värd att kämpa för! Genom förbjudna rörelser mellan Teherans gator och svenska dragklubbar får vi följa dansens roll i både stora och små frihetskamper. Baba Karam och Bollywood delar scen med protestdanser från olika delar av planeten för att belysa kampen för frihet.

Verket lyfter gemensamhetens potential och den enskilda handlingens förändringskraft.

Fyra artister, nyskriven klubbmusik från västra Asien och lipsync påminner om att queers alltid leder frihetens dans!

Förfest med drag och skapande

Innan varje föreställning bjuder vi in till workshop - ett queert häng öppet för alla som är nyfikna på och vill testa drag. Det kommer också finnas möjlighet till skapande och inspirerande prat. Syftet är att tillsammans värma upp inför föreställningen och för att riktigt få upp stämningen kommer även artisterna och hälsar på!

[Info om workshopen – Sv/En \(pdf\)](#)

[Info om workshopen – Farsi \(pdf\)](#)

Rörelse Frihet är ett samarbete mellan Riksteatern och Konstgruppen Ful.

Sö 24/11 kl 13.00 i Hallunda Folkets Hus, Idun

Petter och hans fyra getter

I sin stuga bodde Petter med en katt och fyra getter. Hela dagen måste Petter valla sina fyra getter. Röd och Blå och Gul och Vit sprang i skogen hit och dit. Mitt i skogen i en sten, bodde trollet Ludenben.

Petter och hans fyra getter från 1951 är skriven och illustrerad av Einar Norelius.

I föreställningarna som är en kombination av dockteater och dramalek får barnen delta interaktivt, sjunga sånger och upprepa rim och ramsor.

Genom barnens aktiva medverkan ökar förståelsen och språkutvecklingen främjas.

De klassiska och välkända sagorna är uppskattade av såväl barn som vuxna.

Sö 24/11 kl i Tumba Folkets Hus, Segersjö, Victoriasalen

«Bara» vänner

Musik, teater

En varm, rolig, stark & musikalisk hyllning till vänskapen.

"Vi är bara vänner", brukar det heta. Nä. Det finns inget "bara" i vänskap.

Vänner är en av livets stora gåvor.

Anna Bromée berättar ur livet om starka vänskaps-relationer som hållit och burit genom livet idag och förr. Okända och välkända vänner & vänskapsrelationer. Hasseåtaga. Det starka bandet mellan Marilyn Monroe & Ella Fitzgerald. Med flera. Några bekanta vänner av idag kanske till och med dyker upp med nya inpass på film...

Det handlar om vänner man kan skratta hejdlöst med. Eller gråta med.

Som man vet att man kan ringa när som helst på dygnet. Där ålder & olikheter är helt oviktiga. Den där varma blicken som vet, ser och förstår utan att ens behöva fråga. Som hänger med i alla livets vindlingar genom många, många år. Humoristiska betraktelser kring hur sjutton man gör för att bli vän med sig själv.

Kan tjejer och killar vara "bara" vänner? Besvaras med motfråga; Varför skulle de inte kunna vara det? :)

Det sjungs live till specialarrangerad förinspelad musik skriven av bl.a. Lena Philipsson, Lill Lindfors & The Rembrandts. Både feelgood-ös och ballader.

* * * * *

Opera och balett på Tumbascenen:

Må 11/11 kl 13.30 **Svansjön**, balett från Operan i Paris

Lö 16/11 kl 15.00 **Stockholm Starlight Show**, julshow

Lö 16/11 kl 18.30 Samma show

Lö 23/11 kl 19.00 **Tosca**, opera från Metropolitan i New York (live)
Ti 26/11 kl 13.30 Tosca, repris

On 4/12 kl 13.30 **Trollflöjten**, opera från Metropolitan i New York
(inspelad)

Redaktören har varit på ChatGPT-kurs i veckan, här kommer ett par enkla exempel på vad man kan hitta på:

En haiku om hösten:

Löven faller ner,
krispig luft och kylig vind,
naturen somnar.

En kamel i snöstorm:



Bio på Tumbascenen:

Bio – Opera – Teater – Konst – Musikal – Konferens – Mötesplats



TUMBASCENEN

BIO 23 okt - 13 nov 2024



En liten bit av kakan

Onsdag 23 okt kl 19.00
Från 7 år
Längd: 1.37
Biljettpris: 120 kr



The Apprentice

Torsdag 24 okt kl 19.00
Från 11 år
Längd: 2.02
Biljettpris: 120 kr



Tatami

Tisdag 29 okt kl 14.00 (cafébio)
Tisdag 5 nov kl 19.00
Onsdag 6 nov kl 14.00 (cafébio)
Från 11 år
Längd: 1.43
Biljettpris: 120 kr
Cafébio pris: 140 kr



The Room Next Door

Onsdag 30 okt kl 19.00
Torsdag 31 okt kl 14.00 (cafébio)
Från 11 år
Längd: 1.47
Biljettpris: 120 kr
Cafébio pris: 140 kr



The Silent Hour

Söndag 3 nov kl 19.00
Måndag 4 nov kl 14.00 (cafébio)
Från 15 år
Längd: 1.39
Biljettpris: 120 kr
Cafébio pris: 140 kr



We Live in Time

Onsdag 6 nov kl 19.00
Torsdag 7 nov kl 14.00 (cafébio)
Från 7 år
Längd: 1.48
Biljettpris: 120 kr
Cafébio pris: 140 kr



Det omätbara

Söndag 10 nov kl 19.00
Onsdag 13 nov kl 14.00 (cafébio)
Barn tillåten
Längd: 1.30
Biljettpris: 120 kr
Cafébio pris: 140 kr

Cafébio = fika ingår i biljettpriset (140 kr), serveras 1 timme innan föreställningen börjar.

Alla vuxenfilmer har svensk text och barnfilmer svenskt tal, om inget annat anges.



Tänk på våra allergiker!
Använd inte starka parfymer, tack!

www.tumbascenen.se

Tel: 08-530 302 60 Adress: Utbildningsvägen 2, Tumba

I samarbete med: BOTKYRKA KOMMUN

Är du medlem i HSB eller HGF?
Då har du rabatt på våra evenemang på Tumbascenen!

Hallunda Folkets hus cafébio:



Tisdag 12/11

Filmen börjar kl 13.00

Kassan öppnar kl 12.00

Pris 100:-

Inklusive kaffe och hembakat

Endast kortbetalning eller swish

Drama

2 tim 2 min

Regi: Ali Abbasi

I en tid då New Yorks skyline förändras lika snabbt som makten skiftar bakom kulisserna, stiger en ung och ambitiös Donald J. Trump fram. 1970-talets Manhattan är en grogrund för stora drömmar och större risker, och Trump är fast besluten att lämna sin fars skugga och skriva sitt eget namn i stadens betong. På vägen till toppen möter han Roy Cohn, en politisk fixare och advokat med förmågan att manipulera både lagen och pressen. Under Cohns vägledning förvandlas Trump till en maktspelare utan samvete, där gränsen mellan framgång och fördärv suddas ut. Deras strategi av lögn, hot och mediaspektakel banar väg för en framtid som ingen skulle förutse.

THE END