

Medlemsbladet

HANDENSENIOREN

Nr 2 – juni 2024



Innehåll	Sida:
Kontaktuppgifter styrelsen	2
Ordförande har ordet	2
Nya medlemmar.....	3
Lokala rabatter.....	3
Våra återkommande aktiviteter	4-5
Övriga evenemang/utflykter/resor	6-7
Övrigt på gång	8
Sammanfattning – vårens aktiviteter	8-11
Intervju med Harriet	12-13
Kalender juni-september	13-15
Nästa nummer	16

Styrelsen, sammanträder sista tisdagen varje månad, och består f.n. av:

Roll	Namn	Telefon	e-post
Ordförande	Rose-Marie Mansnerus	073-850 33 24	rosemariemansnerus@gmail.com
Vice ordförande	Marja Hansson	070-323 79 05	marja.hansson@hotmail.com
Sekreterare	Kennet Jonsson	070-215 21 40	kennetjonsson7@gmail.com
Kassör	Thomas Olausson	070-491 31 49	thomas.lg.olausson@gmail.com
Ledamot	Marie-Louise Allo	073-775 41 23	allomarielouise@gmail.com
Ledamot	Eva Landelius	070-224 19 30	eva.landelius@gmail.com
Ledamot	Lisbeth Lange	070-649 47 11	lisbethlange@outlook.com
Ledamot	Carina Skoogberg	070-212 35 84	carina.skoogberg@telia.com
Ledamot	Claus Trolle	070-290 20 85	claustrolle52@gmail.com
Ledamot	Lennart Wilén	070-750 74 56	wilenlx@gmail.com



Ordförande har ordet

Hej på er!

Min första tid här som ordförande har medfört många nya kontakter och vänner. Det har varit mycket givande och stimulerande.

Möten, möten

Det har varit många möten och många är inplanerade framöver.

Bland de viktigaste är HKP (Haninge kommuns pensionärsråd) där Claus Trolle och jag sitter tillsammans med de övriga pensionärsföreningarna i kommunen. De mötena är fortlöpande och där diskuteras bland annat förbättringar och utvecklande av de äldres boende, hemtjänst, läkarvård och läkemedelsinsatser. På dessa möten deltar också Linda Fällman, verksamhetsområdeschef i Haninge kommun.

Juridisk information

Det senaste månadmötet, där representanter från Familjens Jurist deltog, var mycket uppskattat. Vi fick information om de tjänster de erbjuder, t.ex. vad gäller hjälp vid upprättande av framtidsfullmakt, äktenskapsförord och testamente. Flera av medlemmarna ställde bra frågor som förhoppningsvis fick bra svar.

//Rose-Marie

Nya medlemmar.



Denna gång hälsar vi följande nya medlemmar välkomna till oss Handenseniorer:

Peter Fredriksson, Ann-Kristin Evertsdotter, Kristina Herrmann, Mirja Harrysson, Jane Landgren, Catrine Centerlind, Ilselill Löf, Ritva Sjögren, Ann-Charlotte Greve, Gunnar och Kerstin Karlsson, Tony och Britta Axelsson, Monna Hagelberg och Cathrine Holst.



Would you like to practice your English speaking skills?"

You are more than welcome

to join our group.

The ideal level of English to participate is Intermediate B1 on the Common European Framework of Reference for Languages (CEFR).

You can:

- Describe experiences and desires.
- Listen to and understand English TV-shows, but you still need English subtitles on.
- Follow the plot in fairly simple English stories and understand what's going on in the news.

If you would like to test your level for free visit this web page:

<https://www.cambridgeenglish.org/test-your-english/general-english/>

We will talk about different themes och discuss shorter passages of text.

Vill du veta mer eller anmäla dig? Kontakta Margaret Wegler, meg.sep20@gmail.com

Lokala medlemsrabatter

Här är några lokala företag som lämnar rabatt till medlemmar i SPF Seniorerna:

- **Briel** ger dig **10%** på ditt klädköp - 076-819 69 00
- **Hårsalong 136** på Källvägen ger dig hela **30%** rabatt på alla behandlingar mellan kl. 9-13 måndag-fredag.- 08-777 28 22
- **Din Syn** Västerhaninge Optik där du får **50%** på synundersökning - 08-500 103 26
- **Kemtvätt och skrädderi** i Haninge Centrum och Midgårdsvägen 8, ger dig **10%** rabatt 08-777 49 19, 070-719 21 90

För att få dessa rabatter krävs att du visar upp 2024 års medlemskort.

Återkommande aktiviteter

”41:an” - Vår lokal på Parkvägen 41

kallas därför för 41:an. Det är vår samlingspunkt och det är här de flesta aktiviteterna utgår från. Vill du vara med eller kanske komma och prova på något? Hör av dig till kontaktpersonen för respektive aktivitet.

Allsång – uppehåll t.o.m. september

En måndag/månad. Passar alla. Datum finns i kalendern.

Kontaktperson: Monica Nyqvist, 070-293 88 63
msndator@hotmail.com

Bokcirkel – Uppehåll – t.o.m. 8/9

En måndag/månad. Datum finns i kalendern. F.n. är bokcirkeln fullsatt.

Kontaktperson: Carina Skoogberg, 070-212 35 84
carina.skoogberg@telia.com

Boule

Måndagar och torsdagar

10.00-12.00 året runt.

Kontaktperson: Nils Holst, 070-928 19 30

Fotocirkel - slut för terminen

En tisdag/månad. Datum finns i kalendern.

F.n. är gruppen fullsatt. Men hör gärna av dig till john-erik.stromgren@telia.com om du vill köa till en plats.

Engelsk konversation

uppehåll t.o.m. 9/9

Två tisdagar/månad. Ämnen bestäms gemensamt från gång till gång. Samtalen leds av vår medlem Margaret Wegler.

Datum finns i kalendern. Kontaktperson: Margaret Wegler, meq.sep20@gmail.com

Läs mer om cirkelns innehåll på sid. 3

Kulturgruppen – uppehåll t.o.m. 16/9

En tisdag/månad. Datum finns i kalendern.

F.n. är gruppen fullbokad.

Kontaktperson: Marja Hansson, 070-323 79 05
marja.hansson@hotmail.com

Promenader/vandringar –

uppehåll t.o.m. augusti

Tisdagar 10.00-ca.12.00 inkl. fikapaus

Samling utanför 41:an. Ta med eget fika.

Kontaktperson: Eva Sjödin, 072-963 49 32

Pub 41:an, ersätts med grillträffar i juli/avg

Datum finns i kalendern.

Kostnad: 100 kr för mat och 1 glas vin/öl.

Anmälan till: Carina Skoogberg, 070-212 35 84
eller carina.skoogberg@telia.com,

Cykling

Onsdagar 10.00. Start vid 41:an. Vi cyklar med eller utan ledare.

Kontaktperson: Nils Holst, 070-928 19 30

Lugna promenader – rollatorvänlig

uppehåll 20/6-30/7

Varannan onsdag 13.00-ca.14.00. Datum finns i kalendern. Start utanför 41:an. Avslut med fika – på kondis eller eget. Vid regn ställer vi in.

Kontaktperson: Kerstin Tideman, 070-654 60 10

Dart - uppehåll över sommaren

En onsdag/månad 18.00.

Datum meddelas senare.

Kontaktperson: Benny Nilsson, 070-735 71 90

Månadsmöten – uppehåll juni-augusti

En gång/månad i S:t Eskils kyrka. Datum finns i kalendern. **Anmälan krävs.**

Kostnad: 60 kr som inkluderar underhållning/information, kaffe&smörgås. Lotteri.

Kontaktperson: Kennet Jonsson, 070-215 21 40 alt kennetjonsson7@gmail.com

Bordtennis – uppehåll t.o.m. 19/8

OBS! **inställt 27/8**

Vill du spela under sommaren? Ring någon av kontaktpersonerna.

Tisdagar 18.00-20.00

Mjuk och trevlig motion som passar både kvinnor och män och såväl nybörjare som mer vana.

Racket finns att låna.

Kontaktpersoner: Arne Danielsson, 073-020 92 35

Tony Eknert, 072-714 22 22

Inger Danielsson, 070-352 64 75

Återkommande aktiviteter, fortsättning:

Tävlingsbridge - uppehåll t.o.m. 4/9

Torsdagar 12.30-16.45

Kostnad 20 kr/deltagare – gärna via Swish

Kontaktperson: Lennart Wilén, 070-750 74 56

wilenlx@gmail.com. **Anmälan krävs** - görs parvis

Bingo - Uppehåll t.o.m. 19/9

En fredag/månad. Datum finns i kalendern

Kostnad: 25 kr/bricka som går till vinsterna. Fyra spel varje fredag.

Kontaktperson: Stina Glad, 070-269 95 78

Canasta – Uppehåll t.o.m. 29/8

Lördagar 13.00-16.00

Kortspel för såväl nybörjare som mer vana spelare.

Du som vill lära dig får hjälp med spelregler osv.

Kontaktperson: Inger Danielsson, 073-802 20 24

Rams - Uppehåll till 24/8

Varannan söndag 13.00-15.00. Datum finns i kalendern.

Kortspel för 2-5 deltagare med enkla regler.

Kostnad: 10 kr/spelomgång som går till vinsterna.

Kontaktperson: Stina Glad, 070-269 95 78

Café 41:an

Varannan söndag 13.00-14.30 bjuder föreningen på fika i 41:an. Kom och umgås under lätta former. Datum finns i kalendern.



Sällsksapsbridge - uppehåll t.o.m 30/7

Onsdagar 09.30-12.30

Kontaktperson: Taisto Hukkanen, 070-721 81 78

hukkanen.taisto@hotmail.com

Ny betalningsrutin

Det framgår av respektive aktivitet om du måste anmäla dig eller inte. "Anmälan krävs" innebär att du *först* måste höra av dig till kontaktpersonen för aktiviteten för att få reda på om det finns plats. Därefter kan du betala ev. avgift. Det räcker med andra ord inte att bara betala och tro att du är anmäld. **Anmäl → Betala → Delta.** Betalning ska ske inom fem dagar efter bekräftad plats eller det datum som framgår av inbjudan.

Betala kan du göra på olika sätt – men helst med Swish:



1. **Förbetalning via internetbank** (fem dagar efter bekräftad plats eller det datum som anges i inbjudan) till plusgiro: 424 25 18-1. **OBS!** Ange ditt namn och vilken aktivitet det gäller, meddelandefältet
2. **Förbetalning via Swish** (fem dagar efter bekräftad plats eller det datum som anges i inbjudan) till nr: 1233831682. **OBS!** Ange vilken aktivitet det gäller.
3. **Kontant** betalning "vid dörren": i undantagsfall. Vi tar inte emot mynt utan endast sedlar.
4. Betalning med **handskrivet inbetalningskort** senast 5 dagar efter bekräftad plats till plusgiro: 424 25 18-1. **OBS!** Ange ditt namn och vilken aktivitet det gäller, i meddelandefältet

Vid betalning via Plusgirot

För att underlätta för oss som prickar av deltagare och för att undvika onödiga köer vill vi be dig som betalar till föreningen via plusgiro att göra betalningen minst fem dagar innan aktiviteten (alt. det datum som anges i inbjudan) och att ange ditt namn samt vilken aktivitet och datum som avses – gäller oavsett om du betalar via internetbanken eller fyller i ett inbetalningskort för hand.

Avboka!

Glöm inte att avboka om du får förhinder. Ofta har vi en väntelista för dem som inte fick plats och kan då fylla din plats med någon annan.

Övriga evenemang: kultur, utflykter, m.m.

OBS! Anmälan är alltid bindande

<p>Fredag 19/7 Kl. 12.00-ca. 17.00</p>	<p>Sommarens "äldre-resa" för 80-plussare går till Villa Källhagen på Djurgården. Buss hämtar från Källvägens vändplan, Handen, kl. 12.00 Lunch med bordsservering kl. 13.00 – 15.00 Varmrätt, bröd/smör, stilla/bubbelvatten, kaffe/te och en liten kaka. Ett glas vin eller öl ingår. Efter lunchen finns tid att promenera runt och njuta av vackra omgivningar längs kanalen eller sitta och koppla av på terrassen. Buss tillbaka från Villa Källhagen går kl. 16.00 och vi är hemma i Handen ca kl. 17.00 Anmälan senast 5 juli till Marja Hansson, 070-323 79 05 Haninge kommun och föreningen bjuder på utflykten.</p>
<p>Tisdag 13/8 Ca kl. 09.00-ca 17.30</p>	<p>Heldagsutflykt med buss till Westerlundska Gården, Enköpings Parker och Strängnäs Buss hämtar från Källvägens vändplan (exakt tid anges senare) Färden går till Enköping där vi får en guidad tur i Westerlundska Gården, en gång i tiden hem åt Ernst Westerlund, mer känd som Enköpingsdoktorn/ Mirakeldoktorn då han botade patienter som andra läkare misslyckades med. Därefter väntar parktåget och vi lutar oss tillbaka för en guidad tur genom några av Enköpings finaste parker. Vi möts av hundratals perenner, lökar och prydnadsgräs. Kronan på verket är Drömparken med över 200 olika perenna växter. Färden går sedan vidare till Strängnäs för lunch på gemytliga Grassagården som är en av få borgargårdar i Sverige bevarad på sin ursprungsplats. Sedan ges fri tid att strosa runt i denna vackra småstadsidyll vid Mälaren. Varför inte besöka domkyrkan eller väderkvarnen som är placerad högt över staden, bland vackra hus och gränder med kullersten. Åter i Handen omkring klockan 17.30 Anmälan: till Stina Glad, 070-269 95 78 och betalning direkt till researrangören Larssons Resor. Mer info om betalning kommer. Pris: 1 590:–</p>
<p>Torsdag 29/8 Kl. 11.30 Max 25 pers.</p>	<p>Guidad visning av Tyresö Slott med efterföljande lunch. Tyresö slott och park berättar om livet kring ett slott som stod klart på 1630-talet omgivet av en engelsk park och medelhavsinspirerad trädgård, vackert beläget vid den glittrande Kalvfjärdens strand. Egendomen har haft många ägare under sin snart 400-åriga historia och slottets utseende och omgivningar har förändrats genom åren. År 1892 blev Claes och Caroline Lagergren nya ägare. De inredde en praktfull och bekväm bostad åt sig och sina söner och installerade telefon, moderna värme-element och badrum men bevarade de historiska interiörerna. År 1930 testamenterade Claes Lagergren slottet med dess samlingar och markområden till Nordiska museet. Kostnad: 100 kronor för inträde och guidning. Lunch: betalas på plats av var och en. Anmälan: till Marja Hansson, 070-323 79 05 och betalning senast 15 juli till Handseniorernas Swish 123 383 1682 eller Plusgiro 424 25 18-1. Oavsett hur du väljer att betala måste du ange ditt namn och "Tyresö slott" i meddelandefältet. Vi åker kommunalt med buss från Handen till Tyresö Kyrka och återkommer om restider senare.</p>

<p>24 – 30/9</p> <p>Info-möte om resan: 18/6 kl. 13-15</p>	<p>7 dagars SPA-resa till Pärnu, Estland. En hälsossemester utöver det vanliga Pris 7 dagar 5 695 sek. Bränsletillägg 164 kr/person tillkommer.</p> <p>Frivilliga tillägg</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 personer A-hytt per person 500 sek • Enkelrum 1 800 sek- Enkelhytt 500 sek • Middagsbuffé Tallink Silja 456 sek • Frukostbuffé Tallink Silja 211 sek • Avbokningsskydd 495 sek <p>Detta ingår i resan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kryssning med Tallink Silja t/r, miljöavgifter (CO2) och del i insides hytt. • Transfer till/ från Pärnu, välkomsträff på hotellet, ca 3 behandlingar /dag. • Konsultation med svensktalande läkare. • Entré till Relax- och bastuavdelning. • Tillgång till gym. • Helpension på hotellet från lunch ankomstdag till lunch avresedag. <p>Vida Resors värdar finns med på resan. Tänk på att pass eller nationellt ID-kort är obligatoriskt för resan. Anmälan till Stina Glad, 070-269 95 78, e-post 086430829@telia.com Informationsträff i 41:an om SPA-resan den 18/6 kl. 13.00-15.00</p>
<p>Tisdag 8/10 Kl. 14.00</p> <p>Minimum 25 deltagare</p>	<p>Modevisning hos Milanius Woman i Hammarby Sjöstad Välkommen till en eftermiddag med "Modevisning för modeintresserade damer" som gillar det där lilla extra, som gillar att shoppa och ha kull! Milanius Woman är en modebutik fylld med glädje och service. Den vänder sig i första hand till den mogna kvinnan. Det finns storlekar från 34 upp till 46. Träffen startar kl. 14.00 med lite bubbel och snittar och därefter blir det modevisning. Kostnad 100 kr/person, som dras av om man shoppar för minst 500 kr. Anmälan och betalning via Swish till Marja Hansson 070-323 79 05. Ange "Mode" i meddelandefältet. Antal deltagare: minst 25 för att modevisningen ska bli av. Vi åker kommunalt från Handen till Hammarby sjöstad och återkommer senare om restider.</p>

Månadsmöten

Under juni-augusti är det uppehåll men i september är du åter välkommen till våra månadsmöten som hålls i S:t Eskils kyrka. Programmet för hösten är klart och det blir en blandning av sött och salt – d.v.s. både föreläsningar och musikunderhållning.

På höstens första månadsmöte har vi ekonomi i fokus och får tips från Nordea på hur vi ska tänka kring ekonomi och ev. sparande på äldre dagar.

Anmäl dig till Kennet Jonsson, 070-215 21 40 alt kennetjonsson7@gmail.com

När din plats är bekräftad kan du betala enligt de betalningsrutiner som finns på sidan 5 Har du möjlighet får du gärna betala via Swish.
Swishnumret är: 123 383 16 82 – Sätt in 60 kr för månadsmöte eller 80 kronor för möte + 4 lotter.

Enklast är att scanna någon av QR-koderna.



Övrigt på gång i 41:an

Grillträffar

15 juli och 14 augusti tänder vi grillarna och hoppas på tur med vädret. Vi fixar något att äta och ett glas vin/öl för en kostnad av 100 kr. Information om anmälan och betalning finns på sid. 4 (rubrik Pub 41:an ersätts med grillträffar)

Surströmmingsfest

27 augusti kl. 15.00 träffas vi och njuter av doft och smak. Mer information om pris och anmälan kommer via separat utskick.

Stadsvandring i Gamla Stan

Den 20 augusti kl. 13.00 blir vi guide i Gamla Stan under ledning av Anders Allard. Start vid Brända Tomten och avslut vid Järntorget. Mer information kommer via separat utskick.

Kommunens aktiviteter

Haninge kommun erbjuder en hel del aktiviteter för äldre, bland annat via Träffpunkterna. För att läsa mer och se hela utbudet - gå in på kommunens hemsida www.haninge.se

Klicka dig fram via:

1. "Omsorg & stöd"
2. "Stöd till äldre"
3. "Aktiviteter och service för alla över 65 år"

Tips : Spela bordtennis i sommar!

Även om "bordtennisen" gör sommaruppehåll så finns ändå möjlighet för er som vill spela. Hör av dig till någon av kontaktpersonerna så löser de det.



Axplock av vårens aktiviteter



Historiska museet och Guldrummet 13 mars 2024

Vi var 17 Handenseniörer som fick guidning på Historiska museet med snabb vandring genom historien från 1100-talet till Gustav Vasas tid. Guidningen avslutades i guldrummet som i år fyller 30 år. Av muséets 52 kilo guld och mer än 200 kilo silver finns det mesta i Guldrummet. Speciellt intressant var tre unika guldhalskragar från 400-talet; finns bara dessa tre i världen! De är något av det vackraste och hantverksmässigt mest högtstående som bevarats till vår tid från forn-tiden. Två av dem hittades i Västergötland och en på Öland på 1800-talet. De kallas ofta "Sveriges första riksklenoder" men ingen vet vem som burit kragarna eller vilken funktion de haft. Besöket avslutades med lunch i muséets restaurang Rosengården.



Text och foton: Marja Hansson

Gamla Filmstaden i Råsunda



I slutet av april besökte vi den anrika Filmstaden i Råsunda, där många av våra gamla svenska filmer spelats in. Med hjälp av en duktig guide gick vi runt i området och vi fick veta mer om hur och var filmer spelades in. Vissa delar av Ronja Rövardotter, t.ex. har spelats in där och inte i naturen som man kan tro.

Samma dag som vi var där fick vi veta att Filmstaden tilldelats en utmärkelse av European Film Academy. Utmärkelsen delas ut till platser med historiskt värde inom europeisk film där syftet är att bevara platserna för framtida generationer

Vet du förresten vad en kasematter är? En kasematter är ett hus där filmer förvarades förr – det gällde att hålla rätt temperatur och luftfuktighet. Se bild (1) här nedan.

Idag finns delar av det som en gång var en "filmstad" bevarad bland nybyggda bostadshus. Gamla fasader möter nya när biografen SF

Filmstaden kopplas ihop med den gamla byggnaden (2).

Efter rundvandringen bjöds vi på fika i det gamla vaktmästarhuset. Vi tittade på gamla filmer och fick tips om att gå in på www.filmarkivet.se där det går att hitta mängder av gamla filmer – allt från pilsnertilm till mer kvalitetsfilm. Bild (3) Nils Poppe.



Text och foton: Eva Landelius

Skogskyrkogården – en värld av konst-, kultur- och arkitektur

Under vår ca. två timmar långa vandring på Skogskyrkogården, med en kunnig och trevlig guide, fick vi reda på att kyrkogården skapades mellan åren 1915 och 1940 av arkitekterna var Gunnar Asplund och Sigurd Lewerentz och att Skogskyrkogården sedan 1994 är upptagen på Unescos världsarvslista. Vacker plats att besöka och så mycket att se och uppleva.

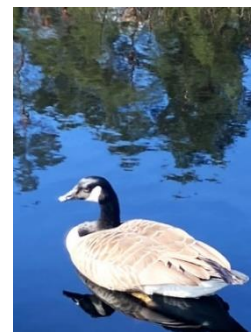


Text och foto: Marja Hansson

Promenad till Trylen



I slutet av april tog vi oss till Trylen där vi träffade på ett par kanadagäss. Honan låg och ruvade på ägg i boet som låg på en pytteliten ö medan hanen simmade omkring och vaktade. Vi såg också änder och några andra fåglar som vi inte kunde identifiera. Under åren har vi varit vid Trylen flera gånger men aldrig sett en enda fågel – förrän nu. Medhavd fika



smakade bra innan vi promenerade hem igen.

Text och foton: Eva Sjödin

Dartgänget – pricksäkrare än någonsin

Det började som en kul idé – men aldrig trodde jag intresset skulle vara så stort. Vi har varit runt 30 personer som träffats och spelat. I pausen har vi serverat korv och öl samtidigt som alla umgåtts och haft trevligt.

Vi började lite trevande och gick igenom regler för spelet. Sen har vi tränat och blivit lite bättre för varje gång. I juni hade vi terminsavslutning med mästerskapstävling och grill. Till hösten kör vi vidare.



Text och foto: Benny Nilsson

Bokcirkeln

Bokcirkeln har nu utökats till tio lässugna deltagare som träffas en gång i månaden. Vi läser en och samma bok som vi sedan diskuterar. Det är mycket intressant att ta del av varandras upplevelser av samma bok.

Biblioteket i Handen har efter påtryckningar från både oss och andra bokcirkelar uppdaterat sitt utbud med nya titlar – vilket är till stor glädje för oss.



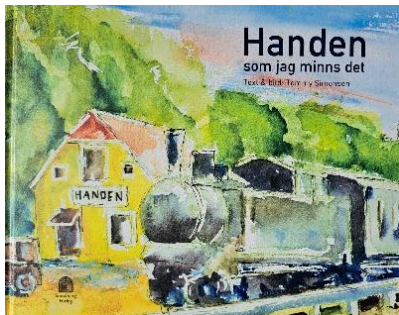
De böcker vi läst under vårterminen är:

- Juvelskrinet av Renata Wrede
- Ovanjord av Mikael Berglund
- Harald Mamma av Johanna Frid
- Vårt Värde av Katarina Kieri
- Dalenglitter av Wanda Bendjelloul
- Dina Händer var fulla av liv av Suad Ali
- Svartstick av Sara Paborn

Kulturgruppens vårtermin

Året startade med en bildserie om S:t Eskils kyrkas glasfönster "Fönstret mot himlen" och konstnären bakom, Bosse Falk (1934 – 2015), illustratör, glaskonstnär och författare som drev Galleri Berget i Västerhaninge tillsammans med maken, konstnärinnan Karin Falk.

I februari visades en bildserie om Albertus Pictors målningar i Ösmo kyrka från slutet av 1400-talet och önskemål väcktes om att göra ett besök i kyrkan senare till våren.



19 mars fick vi besök av Tommy Simonsen och Gunnar Borg som berättade och visade akvareller ur sin bok "Handen som jag minns det". Och det var många handenbor som kände igen sig!

I april var det dags för ett teaterbesök, den här gången Shakespeares "En midsommarnattsdröm". Det är tionde gången som Handenseniörerna som grupp besöker RoJteatern för vilket vi fick både tack och applåder. Och vårterminen avslutades 21 maj med en bussutflykt till Ösmo kyrka, då vi fick se på plats alla fina målningar av Albertus Pictor.

Text och foto: Marja Hansson



Blomstervandring i Sandemar

Vi var tio glada Handenseniörer som mötte upp en härlig vårdag för en blomstervandring i Sandemars naturreservat. Vi möttes av ett överdåd av blommor. Har aldrig sett så kraftfulla och en sådan mängd av blommor någon gång tidigare.

Vi vandrade runt bland kungsängsliljor, gullvivor, styvmorsviol, vitsippor, Adam och Eva samt mandelblom. Sommarblommor, såsom humleblomster, rödblåra och midsommarblomster, börjar också titta fram. Utefika i det gröna unnade vi oss också.



Text och foton: Carina Skoogberg



Bussutflykt till Ösmo kyrka

Nästan 40 personer anammade inbjudan från Kulturgruppen att följa med på en busstur till Ösmo kyrka med efter följande lunch. Vår guide berättade om Albertus Pictors målningar från slutet av 1400-talet.

Text och foto: Marja Hansson

Häng med på Harriets ”resa” i Resegruppen

De flesta tycker nog att det är roligt och intressant att följa med på en resa eller utflykt. Men för att vi ska kunna erbjuda det krävs mycket planering och arbete. Till föreningens hjälp finns ”Resegruppen” som består av Marja Hansson, Stina Glad och Harriet Karlsson. Den som varit med längst i Resegruppen är Harriet och jag träffade henne för en pratstund om varför hon gick med i SPF Seniorerna Handen och hur hon kom in på det här med resor.

Harriet kom med sin familj till Handen 1964. På 70- och 80-talet, när barnen var små, arbetade hon några timmar per dag på ”lekis” dit barn från Norrby och Vega kom för att leka och åka på utflykter men också för att förbereda sig för skolan. Som av en händelse höll ”lekis” till på Parkvägen 41 – d.v.s samma lokal som föreningen nu huserar i. Så man kan säga att cirkeln har slutits.



Hur kom det sig att du gick med i SPF Seniorerna och sen började med resor?

Efter ett långt arbetsliv flyttade jag under 2005 till min nuvarande lägenhet på Dalarövägen. Jag stötte på en bekant som ”övertalade” mig att gå med i föreningen. Hon tyckte dessutom att jag skulle passa perfekt för att ta hand om resor och utflykter. Mitt första uppdrag blev att arrangera en bussrundtur i Haninge kommun och lyckades få med Pelle Svensson, en ung politiker i kommunen, som bland annat visade oss en bit mark och stolt berättade att *här* ska nya Vegastaden byggas!

På den tiden bokade vi inte via datorn eller smartphonen utan då fick vi leta i telefonkatalogerna och ringa runt. Jag hade alltid öron och ögon öppna för att få nya tips av andra.

Kan du berätta om några av alla resor ni i Resegruppen arrangerat?

En av de första resorna jag ordnade och följde med på var till forna Jugoslavien. Det var intressant och gav ”blodad tand”. Vi bodde enkelt i sovsalar och reste med buss vilket gjorde att kostnaden inte blev så hög. Sen har det rullat på med diverse resor och utflykter. Vi har arrangerat resor till alla tre baltiska länder men också till S:t Petersburg.

Kryssning till Helsingfors med besök på Svenska Teatern var ett återkommande resmål under några år. Vi fick bra kontakter där och bjöds på bubbel när vi kom plus att vi alltid fick bra platser långt fram på teatern. Författaresor till Åland över dagen, var en annan uppskattad och återkommande aktivitet. Vi har gjort bussresor och besökt Auschwitz, Budapest och Wien. Vi har även sett Amsterdam under tulpanperioden. En resa jag verkligen vurmade för var den till Slottet Mont-Saint-Michel i Frankrike. Dit tog vi oss med flyg till Paris. Slottet låg så högt så alla orkade inte ta sig hela vägen upp för att se på utsikten. Men det blev bra ändå.

Förutom resor – vad har ni mer arrangerat?

Vi har nog sett alla muséer som finns i Stockholm ☺. Ett intressant besök var på SÖS där vi fick se sjukhuset under mark. Där finns operationssal, sängplatser och annat som behövs i kristider.

Vilken av alla är din favorit?

Det är helt klart resan till Skagen via Karlstad och Oslo. Den började inte så bra eftersom jag försov mig avresedagen. Jag fick skynda mig och hoppade på bussen som var på väg ner för backen på Källvägen. Sen blev det en fantastisk resa. Jag har nog aldrig skrattat så mycket som under den resan.

Har det hänt något oväntat på någon resa/utflykt?

En och annan resväska har glömts kvar i bussar. Däremot kan jag berätta om en bussresa vi gjorde för många år sedan där en av de deltagande männen "glömde" sin fru. Kvinnan besökte toaletten innan hemresan. På frågan om alla var med i bussen blev svaret ja. Bussen åkte. Efter ett tag ringde restaurangen till guiden och berättade att kvinnan var kvar. Vi fick åka tillbaka och hämta upp henne.

Visst har det hänt att någon snubblat och vrickat till en fot men vi har klarat oss från allvarigare saker. På resan i Frankrike uppmanade jag alla att gå försiktigt. Jag skulle ta en snabb titt mot himlen, snubblar till och ramlar. Researrangörens krav var att den som ramlar måste uppsöka sjukhus. Medan övriga åkte på besök till Calvadosbränneriet fick jag vänta på ambulans. Efter en skumpig resa och lång väntan på sjukhuset kunde de konstatera att det inte var något fel på mig.

Till sist – kan du avslöja något om kommande resor/utflykter?

Utflykt till Tyresö slott, Spa-resa till Pärnu och Julbordskryssning till Åland. Vi har alltid något på gång men tar gärna emot förslag/önskemål från medlemmarna.

Text och foto: Eva Landelius



JUNI 2024

De aktiviteter som återkommer varje vecka är inte med i kalendern utan finns beskrivna på sid 4-5.

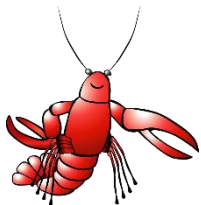
Aktiviteter kan tillkomma eller ändras – så ha koll på särskilda utskick.

Dag	Datum	Tid	Aktivitet
On	5	13.00–14.00	Lugna promenader. Passar alla, rollatorvänlig. Samling utanför 41:an Vid regn ställer vi in. Anmälan behövs inte.
To	6	13.00	Nationaldagsfirande med musikunderhållning – Var och en tar med egen mat.
Sö	9	13.00–14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika Anmälan: behövs inte
Må	10	13.00-14.30	Bokcirkel – f.n. fullsatt – sista gången för terminen
Må	10		Dart – säsongsavslutning med mästerskapstävling
Ti	18	13.00-15.00	Information om Spa-resan till Pärnu 24-30 september Gäller alla som anmält sig men också dig som vill veta mer innan du anmäler dig.
On	19	13.00–14.00	Lugna promenader. Passar alla, rollatorvänlig. Samling utanför 41:an Vid regn ställer vi in. Anmälan behövs inte.
Sö	30	13.00-14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika Anmälan: behövs inte



JULI 2024

Dag	Datum	Tid	Aktivitet
Sö	7	13,00-14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika
Må	15	16.00	Grillträff – Info om anmälan och betalning finns på sidan 4 (rubrik Pub 41:an) och sidan 8
Fr	19	12.00-17.00	80-plusresa med lunch på Villa Källhagen Läs mer på sid. 6.
Sö	21	13.00-14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika
On	31	13.00-14.00	Lugna promenader. Passar alla, rollatorvänlig. Samling utanför 41:an Vid regn ställer vi in.



AUGUSTI 2024

Dag	Datum	Tid	Aktivitet
Sö	4	13.00–14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika Anmälan: behövs inte
Ti	13	09.00-17.30	Bussutflykt till Enköpings parker och Strängnäs. Mer information: se sid 6.
On	14	13.00–14.00	Lugna promenader. Passar alla, rollatorvänlig. Samling utanför 41:an Vid regn ställer vi in. Anmälan behövs inte.
On	14	16.00	Grillträff Info om anmälan och betalning finns på sid. 4 (rubrik Pub 41:an) och sidan 8.
Sö	18	13.00–14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika Anmälan: behövs inte
Ti	20	13.00	Stadsvandring i Gamla Stan
Sö	25	13.00-15.00	Rams – ett kortspel för alla. Anmälan behövs inte.
Ti	27	15.00	Surströmmingsfest Mer info finns på sid. 8
Ti	27	18.00-20.00	Bordtennis inställd. Välkommen nästa vecka
On	28	13.00-14.00	Lugna promenader. Passar alla, rollatorvänlig. Samling utanför 41:an Vid regn ställer vi in. Anmälan behövs inte
To	29	11.30	Guidad visning av Tyresö slott. Mer information: se sid 6.



SEPTEMBER 2024

Dag	Datum	Tid	Aktivitet
Sö	1	13.00–14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika Anmälan: behövs inte
Ti	3	13.00-15.00	Månadsmöte: Nordea informerar om ekonomi Anmälan krävs. Se sid 4
Sö	8	13.00-15.00	Rams – ett kortspel för alla. Anmälan behövs inte.
Må	9	13.00-14.30	Bokcirkel – f.n. fullsatt
Ti	10	15.00-16.00	Engelsk konversation Anmäl intresse till Margaret Wegler, meg.sep20@gmail.com
On	11	13.00–14.00	Lugna promenader. Passar alla, rollatorvänlig. Samling utanför 41:an Vid regn ställer vi in. Anmälan behövs inte.
Ti	?	12.00-14.00	Fotocirkel – f.n. fullsatt. Startdatum för hösten inte klart Anmäl intresse till john-erik.stromgren@telia.com
Sö	15	13,00–14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika Anmälan: behövs inte
Ti	17	13.00-14.30	Kulturgruppen (f.n. fullsatt).
On	18	17.00	Pub – insläpp tidigast 16.30 Pris: 100 kr inkl. mat och dryck Anmälan till Marie-Louise Allo, 073-775 41 23
Fr	20	13.00-15.00	Bingo Anmälan behövs inte
Sö	22	13.00-15.00	Rams – ett kortspel för alla Vi hälsar både gamla och nya spelare välkomna. Anmälan behövs inte.
Ti	24	15.00-16.00	Engelsk konversation
Ti	24		SPA-resa till Pärnu Mer information: se sid 6-7
On	25	13.00–14.00	Lugna promenader. Passar alla, rollatorvänlig. Samling utanför 41:an Vid regn ställer vi in. Anmälan behövs inte.
Sö	29	13.00–14.30	Söndagsfika – föreningen bjuder på fika Anmälan: behövs inte

**Nästa nummer av Handensenioren
kommer ut i september.
Till dess önskar vi alla en fin sommar**



SPF SENIORERNA Handen

Utgivare: SPF Seniorerna Handen
Adress: Parkvägen 41, 136 38 Handen
Ansvarig utgivare: Rose-Marie Mansnerus
Facebook: Facebook.com/handenseniorenerna
Plusgiro: 424 25 18-1

Organisationsnummer: 812401-0979
e-post: handen@spfseniorerna.se
Redaktör: Eva Landelius
Webbsida: www.spfseniorerna.se/handen
Tryckeri: SEMA Specialtryck AB