

SPF SENIORERNA GRÖDINGE

HÖSTEN 2024

INNEHÅLL

Kontaktuppgifter	sid 2
Viktig information till alla medlemmar	sid 3
Ordföranden har ordet	sid 4
Styrelse & funktionärer	sid 5
Program för medlemsträffar	sid 6–13
Rese- och utflyktsprogram	sid 14–16
Folkhälsa	sid 17–18
Aktiviteter i vår medlemslokal	sid 19–20
Att göra på egen hand	sid 20
Bioträffen	sid 21–26
Rabatter för medlemmar	sid 27
Kalender för hösten 2024	sid 28–30

Kontaktuppgifter

Hemsidan:

Skriv SPF Seniorerna Grödinge i sökfältet

Facebook:

SPF Seniorerna Grödinge

Vår e-postadress är:

grodinge@spfseniorerna.se

Läs veckobrevet där kommer uppdaterad information om förändringar i programmet.

Viktig information till alla medlemmar

Program för 2024

OBS!!! Vi startar våra medlemsträffar klockan 12.30.

Vi vill också att ni föränmäler er så att våra tappra vänner i köket får en aning om hur många som kommer.

Anmälan till Margareta Ståhlberg

margareta.stahlberg@telia.com

076 103 77 31

Har du bytt E-postadress eller Mobilnummer

När du byter E-postadress eller ändrar telefonnummer, vill vi uppmana dig att meddela medlemssekreteraren.

Dessa uppgifter ändras inte automatiskt och vi behöver aktuella uppgifter för att kunna nå ut med information till exempel som veckobrevet.

Medlemssekreterare Kerstin Jernström

Pensionärsrådet

Pensionärsrådet har möten

4 september

9 oktober

27 november

Har ni frågor eller vill framföra någon idé/ tanke som ni tycker att vi skall driva.

Kontakta våra representanter:

Lisbet Byström, Ordinarie

070 492 24 53

E-post: lisbetbystrom@outlook.com

Margareta Ståhlberg, Ersättare

076 103 77 31

E-post: margareta.stahlberg@telia.com

Ordförande har ordet



Ja så är nu sommaren 2024 slut och jag står undrande vart tog tiden vägen.

Tiden rinner på mycket snabbare nu än när jag var yngre.

Det ser inte så kul ut i världen i stort, med många mörka moln på vår världshimmel. Då gäller det att vi går samman och försöker ha det så gott och trevligt som vi bara kan. Att delta i SPF Grödinges aktiviteter kan ju vara en liten ljuspunkt i det allt tätare höstmörkret.

Vi försöker få till ett så bra och varierat program som möjligt men ibland känns det lite trögt att komma på nya idéer. Jag vill därför ha din hjälp! Vet du någon artist eller föreläsare, som inte tar alldeles för mycket i arvode. Eller om du kommer på någon lämplig utflykt så hör av dig till mig eller någon annan i styrelsen. Vi fortsätter samarbetet med både SPF Östertälje, Salem och Botkyrka.

Vi håller våra månadsträffar i Grödinge bygdegård. Buss 783 går från Vårsta 12.11 till Lövlund

Som Grödinge bygdegårds busshållplats heter. Tyvärr har alla kostnader höjts och som en följd av detta tvingas vi nu också höja inträdet till 120 kronor från och med denna höst.

Vi vill också att ni föranmäler er så våra duktiga vänner i köket får en aning om hur många som kommer. Aktivitetsansvarig meddelas i veckobrevet eller till klubbvärd Margareta Ståhlberg via

SMS till 076 -103 77 31, E-post: margareta.stahlberg@telia.com eller ring 076 103 77 31

Pubafton, utbildningar eller träff i mindre sammanhang sker i vår lokal Malmtorpsvägen 25 i Vårsta

Jag ser med glädje fram emot att träffas igen.

Hälsningar

Anki Lauberg

Ordförande SPF seniorerna Grödinge

Styrelsen och funktionärer SPF Seniorerna Grödinge 2024

Befattning	Namn	Telefon	E-postadress
Ordförande	Anki Lauberg	070 660 83 77	anki.lauberg@hagudden.se
1:e Vice ordförande	Fred Möller	070 347 40 88	bemora4@gmail.com
Kassör	Lennart Lauberg	070 660 83 99	lennart.lauberg@hagudden.se
Sekreterare	Sven-Ove Johansson	070 530 69 15	svenove.jo@telia.com
Ledamot	Margareta Ståhlberg	076 103 77 31	margareta.stahlberg@telia.com
Ledamot	Björn Nyberg	070 220 28 49	bjorn.nyberg44@telia.com
Ledamot	Kerstin Jernström	070 588 21 03	kerjier2015@gmail.com
Ledamot	Lisbet Byström	070 492 24 53	lisbetbystrom@outlook.com
Ledamot	Gisela Liljeqvist	08 530 261 64	liljeqvist.gisela@gmail.com
Revisor	Per Martin Bäckström		
Revisor	Ingrid Friman		
Revisorsersättare	Agneta Isfelt		
Valberedning	Mari-Ann Ståhl		
Valberedning	Berit Åsberg		
Valberedning	Sven-Erik Stenervall		
Övriga funktionärer			
Webbmaster	Yvonne Magnusson		
Webbmaster	Sven-Ove Johansson		
Pensionärsrådet	Margareta Ståhlberg		
Pensionärsrådet	Lisbet Byström		
Medlemssekreterare	Kerstin Jernström		
Klubbmästare	Margareta Ståhlberg		
Program-/Reseansv.			
Program-/Reseansv.	Anki Lauberg		
Program-/Reseansv.	Margareta Ståhlberg		
Bowling/Vandringar	Leif Åsberg		
Vandringar	Birgitta Herbst		
Vandringar	Mari-Ann Ståhl		
Boule	Birgith Andersson		
Veckobrevsredaktör	Fred Möller		
Hantverkscafé	Birgitta Herbst		
Studieledare	Anki Lauberg		
Hörselombud	Björn Nyberg		
Synombud	Björn Nyberg		
Teaterombud	Merike Blomberg Johansson		
Gratulationsansvarig	Margareta Ståhlberg		
Klubbvärdar Lag 1	Gunnel Rispling		
Klubbvärdar Lag 1	Ingrid Söderberg		
Klubbvärdar Lag 1	Kerstin Florén		
Klubbvärdar Lag 1	Lisbeth Backman		
Klubbvärdar Lag 2	Leif Åsberg		
Klubbvärdar Lag 2	Olle Holmberg		
Klubbvärdar Lag 2	Kerstin Jernström		
Klubbvärdar Lag 2	Birgitta Herbst		
Ersättare till klubbvärd	Ingrid Rönnqvist		

Program för våra medlemsträffar i Grödinge Bygdegård

Har du svårighet att komma till Grödinge Bygdegård?

Kontakta **Sven-Ove Johansson 070 530 69 15** någon dag innan mötet så ordnar vi skjuts till dig.

Från och med nu finns möjlighet att betala entréavgift och lotter med kort, vi föredrar att ni betalar med kort.

Det går att betala med kontanter och Swish, men det kräver mer arbete för vår kassör.

Onsdag 11 september klockan 13.00, extra årsmöte i medlemslokalen, Malmtorpsvägen 25.



Bjuder vi på god och vällsmakande tårta och kaffe
Dessutom håller vi ett kort extra årsmöte med endast en fråga.



Kom på mötet så får vi förklara, eller se separat kallelse

Anmäl dig innan 9 september så vi vet att tårtan räcker till er alla

Varmt välkomna

Anki Lauberg

Anmälan till Margareta Ståhlberg

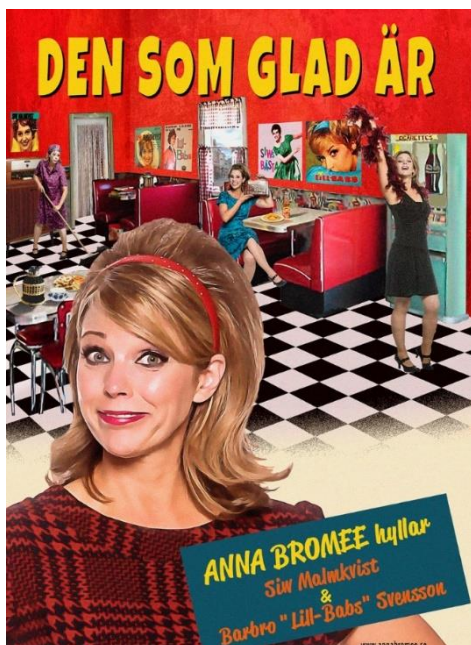
margareta.stahlberg@telia.com

076 103 77 31

Ingen entré

Onsdagen den 9 oktober 2024 kl. 12.30, Grödinge Bygdegård

Kommer Anna Bromeé



Anna är en känd skådespelerska som medverkat i TV-serier som Partaj, Doobidoo, Jävla klåpare, allo alla emliga armén mm. Men som också sjunger och imiterar olika kända sångerskor.

Här hyllas Siwan & Lill Babs i denna lekfulla föreställning som tidigare gått för fulla hus i Göteborg.

Det blir en glad och fartfylld kavalkad av låtar, imitationer, ljuv nostalgi och lite överraskningar

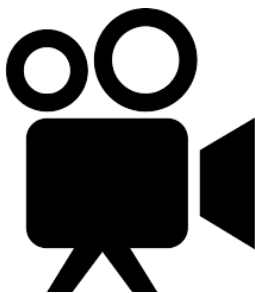
Anmälan innan 5 oktober till Margareta Ståhlberg

margareta.stahlberg@telia.com

076 103 77 31

Entré 120 kronor

Torsdag 24 oktober klockan 13.00 Tumbascenen



I år har vi satsat på en ny rolig idé, vi har hyrt Tumba scenen och kommer där visa ett filmpaket med filmer från Anders Hanser Produktion AB

Han har i över 30 år producerat filmer och bildspel för kultur och näringsliv.

Detta paket är "nutids" historia om Stockholm från 50-talet och framåt.

Det är tre delar som tillsammans blir ca. 70 minuter

- Från Klara till City
- Lennart af Petersens Östermalm
- Vällingby

Efter finns kaffe och bulle i foajén och tid för samspråk

För att detta ska bära sig förväntar vi oss att DU kommer men för säkerhets skull har vi också bjudit in SPF föreningarna Botkyrka, Östertälje och Salem

Pris 125 kronor

Anmälan till Anki Lauberg senast den 30 september

anki.lauberg@hagudden.se

070 660 83 77



Onsdagen den 20 november 2024 kl. 12.30, Grödinge Bygdegård



Framtidsforskaren Mats Olsson och håller föredrag på temat framtiden för oss seniorer

Mats har en medicinsk grundutbildning som efterhand kompletterats med utbildning inom it. Har även haft olika chefsbefattningar i läkemedelsbranschen som följts av jobbet som framtids strateg hos Kairos Future där projekten handlar om morgondagens hälsovård och omsorgssektor. Han har även gjort sju undersökningar av Pionjärseniorer.se

Nu ska vi lyssna på **Att vara senior på 2020-talet**

Den sjunde enkätundersökningen, Pionjärsenior 7, är nyligen avslutad. Från den och tidigare undersökningar, samt omvärldsutvecklingen, växer nya tankar fram. I takt med att digitaliseringen utvecklas tillkommer fler viktiga frågor att hantera för samhället, seniorföreningen och den enskilde senioren

Detta är ett bra föredrag där vi efter kaffet ges möjlighet till diskussioner. Vi kommer också gästas av Kia Hjelte chef för vårdomsorg här i Botkyrka.

Anmälan innan 13 november till Margareta Ståhlberg

margareta.stahlberg@telia.com

076 103 77 31

Entré 120 kronor

Onsdagen den 11 december 2024 kl.12.30 i Grödinge Bygdegård

Jul lunchen



Som vanligt ses vi i Grödinge Bygdegård klockan 12.30 där ett julbord står uppdukat.

Priset, vi återkommer i veckobrevet när vi har fått uppgifter från vår leverantör.

I priset ingår glögg och pepparkaka, julbuffé, lättöl, julmust, vatten och kaffe.

Betalning sker helst på föreningens postgiro: **643971-5**,

OBS! Glöm inte att skriva ditt namn på betalningen

Vi återkommer med mer information i våra kommande veckobrev.

Anmälan innan 4 december till Margareta Ståhlberg

margareta.stahlberg@telia.com

076 103 77 31

Onsdagen den 15 januari 2025 kl. 12.30 ses vi i Grödinge bygdegård

Så här efter jul och Nyår när vintermörkret är tätt behöver vi alla lite extra glädje och humor. Det hoppas jag att Jacke Sjödin kan ge oss.

Jacke är född i Sollefteå och flyttade senare till Uppsala och har därifrån roat oss. Framför allt under pandemin med olika underfundiga visor. Det blev 44 coronalåtar under 100 föreställningar (finns på YouTube).

Han har även deltagit i många shower så som Höjdarlunch, Alla Klappar, Fyra lyckliga män, för att nämna några.



Anmälan innan 10 januari till Margareta Ståhlberg

margareta.stahlberg@telia.com

076 103 77 31

Entré 120 kronor

Onsdagen den 19 februari 2025 kl.12.30 i Grödinge Bygdegård.



Årsmöte med sedvanliga årsmötesförhandlingar.

Anmälan innan 10 februari till Margareta Ståhlberg

margareta.stahlberg@telia.com

076 103 77 31

Ingen entré

Rese- och utflyktsprogram hösten 2024

Observera!

Då du anmäler dig till en resa, utflykt eller studiebesök med SPF Seniorerna Grödinge är anmälan bindande efter sista anmälningdag.

Sker avbokning efter sista anmälningdag, då är du skyldig att betala för din anmälan även om du inte kan delta.

Torsdag 26 september reser vi gemensamt i egna bilar till Strängnäs domkyrka.

Strängnäs domkyrka är vår domkyrka där vår trevliga biskop Johan Dalman har sitt säte.

Domkyrkan är ett levande byggnadsminne som byggts om och till sedan 1100-talet

Vi gör en guidad tur och ser på det otroliga 1400-tals altarskåpet samt de omtalade regalierna som stals 2018 och återfanns 2020 då i ett lite misshandlat skick men är nu restaurerade.



Där efter åker vi till Mångfaldens hus för lunch och kanske lite handel av läckerheter eller något till köket. Eller om ni vill luncha på något annat ställe då gör vi det. Hoppas du vill följa med på denna utflykt.

Ta kontakt med den du brukar samåka med, om du ej kör egen bil.

Vi har egen guide beställd till kl.11 i domkyrkan kostnad 500 kronor att dela mellan oss. Lämplig tid att åka från Vårsta är 10.00

Anmälan senast 24 september till

Anki Lauberg

anki.lauberg@hagudden.se

070 660 83 77

Lördag den 19 oktober gör vi ett nytt försök med att besöka den omtalade Miniature Kingdom i Kungsör

Denna gång under deras ordinarie öppethållande tider.
Vi får se 31 orter 700 m tågräls och 4000 invånare i denna miniatyranläggning med landskap, järnvägar och fordon. Anläggningen ligger i den nedlagda Bleckkärlsfabriks industribyggnad Kungsgatan 35 Kungsör



Vi samåker i egna bilar. Kontakta gärna den du brukar åka med.
Gratisparkering direkt utanför.

Handikappanpassat.

Pris 125 kronor betalas av var och en på plats.
Lunch äter vi på någon av Kungsörs lunchställen
Mer information i veckobrevet.

Anmälan senast 15 oktober till
Anki Lauberg
anki.lauberg@hagudden.se

070 660 83 77

Onsdagen den 13 november, Nordiska museet.

I höstrusket är det trevligt att göra inomhus aktiviteter.

Då åker vi till Nordiska museet och ser den största utställningen någonsin Nordiska Museets berättelse om människorna och livet i Norden genom 500 år. Med verkliga personöden som huvudkaraktärer. Utställningen sträcker sig genom hela övervåningen i 27 rum som ger en kronologisk resa från 1500-talet till vår nutid



Här finns filmer som skildrar livsöden och knappar att trycka på en interaktiv upplevelse

Pris pensionär 150 kronor.
Vi kan äta lunch på museet.
Vi möts på Tumba station kl. 10.00

Föranmäl dig gärna till mig
Anki Lauberg
anki.lauberg@hagudden.se

070 660 83 77

Folkhälsa hösten 2024

Boule

Vi spelar en dag i veckan (måndagar klockan 10–12, så länge vädret tillåter) på våra nya fina utomhusbanor vid Aspvägen, Malmtorp, Grödinge. Där spelar vi tillsammans med medlemmar från PRO Grödinge, ett lyckat samarbete. Normalt spelar vi två matcher med en liten fikapaus i halvtid.

Vårt spel syftar till att under några timmar ge lite lagom motion och att ha roligt i trevlig gemenskap. Några har spelat länge, men det finns plats för fler så vi hälsar nya spelare mycket välkomna att prova på. Klot finns att låna. Om du är helt ny så lär vi ut grunderna och ganska snart kommer du känna att spelet "funkar".

Ingen föranmälan eller kostnad, men ta med dig tre bouleklot om du har och eget fika

Kontaktperson

Birgith Andersson

073 805 17 08

Bowling

Vi startar bowlingen måndag den 26 augusti kl.11.00 på vanliga stället, Bowl4Joy Bäckagårdsvägen 47 Vårby. Måndagar är den ordinarie speldagen och information om eventuella ändringar av speltider lämnas i veckobrevet.

Vi är i dagsläget ca 10 glada amatörer som träffas och har trevligt bland klot och käglor, och det skulle vara roligt om fler kommer och provar på den här verksamheten.

Därför bjuder vi nya och gamla medlemmar, som inte bowlat med oss tidigare, på en provserie. Kom och prova på!

Kontaktperson

Leif Åsberg 070 671 10 24

Seniogympa

Tumba Gymmix har seniogympa i Malmsjö Sporthall tisdagar kl. 16.15-17.15 med start, tisdag den 3 september.

Passet passar alla både män och kvinnor.

Vi tränar styrka, balans och koordination i ett 60 minuters träningspass till musik.

Kontaktperson

Kerstin Nyberg, Tumba Golf

070 656 24 76

Bryt ensamheten och kom och ät lunch med oss

3 gånger under hösten kommer vi äta en lättsam lunch på lilla Vårsta kök & pizzeria

En tisdag i slutet av månaden träffas de som vill kl. 13.00

Köp din mat och slå dig ner vid oss. Ingen föranmälan.

Vi ses tisdag 24 september, tisdag 29 oktober, fredag 29 november.



Aktiviteter i vår medlemslokal, Malmtorpsvägen 25.

Föredrag/ seminarium

Under hösten har vi planer på två aktiviteter

Hörselinformation från Audika

Läkemedelsbiverkningar

Vi återkommer i veckobrevet med datum och tidpunkt

Björn Nyberg är kontaktperson

E-post: bjorn.nyberg@telia.com

070 220 28 49

Hantverkscafé

Välkommen till Malmtorpsvägen 25

Vi startar hösten onsdagen den 28 **augusti, därefter onsdagarna den**

25 september

30 oktober

27 november

Tiden är mellan 10–12.

Vi handarbetar med det vi har för handen just då, hjälper varandra om problem uppstår. Pratar och fikar gör vi naturligtvis också och har det trevligt.

Välkomna!

Birgitta Herbst 08 530 25 482

E-post: birgherb@outlook.com

Fredags-Pub



Höstens Pubkvällar:

Fredagarna: Klockan 17–20, i lokalen, Malmtorpsvägen 25.

6 september

4 oktober

1 november

6 december

Välkomna på en stunds trevlig samvaro.

Kontaktperson

Kerstin Jernström, mobil 070 588 21 03.

Att göra på egen hand.

SPF Seniorerna Stockholmsdistriktet

Distriktet erbjuder flera utflykter och aktiviteter som du hittar på deras hemsida.

www.spf.se/stockholmsdistriktet

Filmklubben Bioträffen

Tumbascenen, Utbildningsvägen 2, Tumba

I Seniorveckan i september bjuds vi av Botkyrka kommun på *War Pony* (amerikansk).

Därefter kommer vårt ordinarie program med fortsatt lågt pris 50 kr. Sista veckan i september visar vi *Dag för dag* (svensk). I oktober är det dags för en spännande amerikansk film *Indiana Jones and the dial of destiny*. Även novemberfilmen *The holdovers* är amerikansk. Nästa år startar vi med *The Miracle club*, en irländsk historia.

Café Garbo öppnar kl. 13.00 och där finns möjlighet att köpa kaffe och bullar mm.

Coronaviruset klassas inte längre som en samhällsfarlig sjukdom, men vi är fortsatt vaksamma. Vaccination rekommenderas. Möjlighet till handtvätt finns och likaså finns handsprit.

Hjärtligt välkomna hälsar Gunnel Lundström med Gun Siloo och Marianne Backman.

Fredag den 20 september 2024 kl. 14.00.

GRATIS (Ingår i Seniorveckan)

War Pony

Två unga män längtar bort från fattigdomen och begränsningarna i Pine Ridge-reservatet där de bor. Bill är ung men har två barn som mamma får passa. Av tioåriga Matho, filmens andra huvudperson, får man motsatt intryck. Han är ett övergivet barn med mjuka kinder och sorgsna ögon, men har inre resurser. Landskapet är vidöppet och samtidigt ett fängelse. Regissörerna har fångat ett samhälle som svävar i limbo mellan ett då och ett nu, mellan hallucination och verklighet. En plats där livet ritas i sand och spåren hela tiden suddas ut. 1 tim. 55 min



Dålig bildkvalitet på originalbild

Fredag den 27 september 2024 kl. 14.00.

Dag för dag

Under en husbilsresa från Göteborg till Schweiz kommer fem väldigt olika människor samman kring en äldre mans (Sven Wollter) sista önskan. Generationsöverskridande vänskap utvecklas, kärlek på ålderns höst uppstår och livsavgörande beslut fattas. 1 tim. 49 min



Fredag den 25 oktober 2024 kl. 14.00.

Indiana Jones and the dial of destiny

Den amerikanska arkeologen Indiana Jones och hans kollega Basil Shaw är 1944 i Europa för att återta artefakter som stulits av nazisterna. De hindrar Jürgen Voller, en nazistisk forskare, från att lägga beslag på ett föremål som möjliggör tidsresor. Tjugofem år senare har den amerikanska regeringen rekryterat före detta nazister för att hjälpa USA att slå Sovjetunionen i rymdkapplöpningen. Jones oroas över det och är på väg att tvingas gå i pension från sin lärartjänst på grund av sitt motstånd. Voller arbetar nu för Nasa med Apollo-programmet och är ute efter samma föremål igen. Basils dotter och Jones guddotter, Helena Shaw, följer med Jones på hans resa när han försöker få tag på artefakten före Voller. 2 tim 34 min



Fredag den 29 november 2024 kl. 14.00.

The Holdovers

Paul Hunham är en allmänt ogillad professor på en skola som heter Barton Academy. Utan familj och utan någonstans att åka över julen 1970, stannar han på campus för att handleda studenter som inte kunnat åka hem. Efter några dagar finns bara en person kvar: den stökiga 17-åringen Angus, en duktig elev, vars dåliga beteende hotar att få honom avstängd. Tillsammans med skolans chefskock Mary, vars egen son nyligen dött i Vietnam, bygger de tre en osannolik vänskap när de tillbringar julen tillsammans under två mycket snörika veckor i New England. 2 tim. 13 min.



Fredag den 31 januari 2025 kl. 14.00

The Miracle Club

Irland 1968. I byn Ballygar bor Lily, Eileen och Dolly som har fullt upp med vardagssysslor och tidskrävande äkta män. Då vinner de en tävling där första pris är att resa till den franska kurorten Lourdes, vars vatten sägs åstadkomma mirakel. Väninnorna ser om inte annat fram mot att njuta av en välförtjänt semester. Samtidigt återvänder deras gamla vän Chrissie från USA för att gå på sin mors begravning. Hon bestämmer sig för att följa med till Lourdes trots att hon inte har träffat vännerna sedan hon lämnade byn som tonåring, och hennes trasiga relation till såväl dem som till mamman kommer efterhand i dagen. Resan får en lycklig utgång i en anda av försoning. 1 tim. 30 min



Rabatter för SPF medlemmar 2024 gäller mot uppvisande av medlemskort och i något fall kundnummer.

Lokala rabatter

SYNOPTIK, Tumba Torg 1, Tumba tel. 08-509 088 50
Bli medlem i Smart Senior så kan du utnyttja aktuella rabatter.

FOTVÅRDHÄLSAN, Gröndalsvägen 12A, Tumba tel. 0732-635556 10 %
Fotvård, gäller för medicinsk fotvårdsbehandling

TUMBA JÄRN & FÄRGHANDEL AB, Olvonvägen 4, tel. 08-530 310 00 Olika
Ange Kundnummer 53036905 plus ditt medlemskort.
Du får då rabatt på delar av sortimentet, rabattsatsen kan variera.

SMYCKA, Tumba centrum, 076-216 07 64 10%
Alla varor utom reparationer

LIVETS TRÄDGÅRD. Vårsta Centrum 10%
Där finns en massa saker att inhandla, inte bara blommor.
De ger oss SPF-medlemmar 10 % rabatt på allt **utom**:
Snittblommor och buketter, Ester och Eriks ljus, förmedling.
Man måste visa sitt medlemskort i SPF

TAXIKURIR, vid beställning tel. 08-30 00 00
Med Taxikurirs Seniorskort åker du till rabatterad taxa, ange avtal 10.
Rabatterat pris till och från flygplatser.
Behöver du ett Seniorskort finns det hos medlemssekreteraren tel.070-530 49 19

VUXENSKOLAN
SPF-medlemmar har 10 % rabatt på Vuxenskolans kurser.
Kom ihåg att tala om att du är SPF-medlem när du anmäler dig till en kurs på Vuxenskolan.
SPF Seniorerna Stockholmsdistriktet erbjuder flera lokala medlemsförmåner.
www.spf.se/stockholmsdistriktet
Som SPF-medlem har du även andra medlemsförmåner enligt tidningen Senioren.

Kalender hösten 2024 och januari, februari 2025.

Augusti

Måndag den 26 augusti 11.00 starta Bowlingen

Onsdag den 28 augusti 10–12 Hantverkscafé

September

Måndagar Bowling 11.00

Måndagar Boule 10–12

Tisdagar Seniorsgympa 16.15-17.15, Malmsjö Sporthall, start 3 sept.

Fredag den 6 september Pub kväll 17–20

Onsdag den 11 september 13.00 Extra årsmöte med tårta

Fredag den 20 september kl.14.00. Bio, Tumbascenen, War Pony

Tisdag den 24 september klockan 13.00 lunch, Lilla Vårsta

Onsdag den 25 september 10–12, Hantverkscafé

Torsdag den 26 september Strängnäs Domkyrka

Fredag den 27 september kl. 14.00 Bio, Tumbascenen, Dag för dag.

Oktober

Måndagar Bowling 11.00

Måndagar Boule 10–12

Tisdagar Seniorsgympa 16.15-17.15, Malmsjö sporthall

Fredag den 4 oktober Pub kväll 17–20

Onsdag den 9 oktober 12.30 Anna Bromée

Lördag den 19 oktober Miniature Kingdom i Kungsör

**Torsdag den 24 oktober kl. 13.00 film från Anders Hanser,
Tumbascenen**

**Fredag den 25 oktober kl. 14.00. Bio Tumbascenen, Indiana Jones and
the dial of destiny.**

Tisdag den 29 oktober 13.00 lunch, Lilla Vårsta

Onsdag den 30 oktober 10–12, Hantverkscafé

November

Måndagar Bowling 11.00

Måndagar Boule 10-12, om vädret så tillåter

Tisdagar Seniorsgympa 16.15-17.15, Malmsjö sporthall

Fredag den 1 november Pub kväll 17–20

Onsdag den 13 november Nordiska museet

**Onsdag den 20 november kl. 12.30, Framtidsforskare Mats Olsson samt
Kia Hjelte**

Onsdag den 27 november 10–12 Hantverkscafé

Fredag den 29 november 13.00 lunch, Lilla Vårsta

December

Måndagar Bowling 11.00

Tisdagar Seniorsgympa 16.15-17.15, Malmsjö sporthall

Fredag den 6 december Pub kväll 17–20

Onsdag den 11 december kl.12.30, Jullunch

Januari 2025

Måndagar Bowling startar 11.00

Onsdag den 15 januari 12.30, Jacke Sjödin

Fredag den 31 januari kl. 14.00 Bio Tumbascenen, The Miracle Club

Februari 2025

Måndagar Bowling 11.00

Onsdag den 19 februari kl.12.30, Årsmöte