

Hej alla medlemmar!

Jag hoppas att ni haft en riktigt skön och fin sommar och att ni nu ser fram emot en intressant höst. Augusti/september är för oss många en månad med bärplockning och vistelse i skog och mark. Styrelsen har idag haft sitt första möte efter sommaruppehållet och bland annat klubbat programmet, diskuterat aktiviteter och gått igenom ekonomin. Föreningens ekonomi är fortsatt stabil och dessutom gläds vi åt Socialstyrelsens beslut om bidrag för att göra aktiviteter i syfte att motverka ofrivillig ensamhet bland äldre personer. Ett bidrag som ska användas år 2024. Planeringen är i full gång inför höstens aktiviteter.

Genomförda aktiviteter

- Pubafton på Ebeneser (24 maj) – gemensam aktivitet med SPF-föreningarna i Luleå blev en lyckad aktivitet. Stefan Gunnarsson underhöll. Första gången detta arrangerades och både vi från föreningarna och Eberneser har tagit lärdomar. Fullsatt och många deltagare även från SPF Seniorerna Mjölkudden.
- Traditionsenlig sillunch (31 maj) på Scandic hotell. Mikael Kivijärvi berättade om fiskodlingen i Sunderbyn.
- Friskvårdsaktiviteten i juni med grillning vid Notviksgården som Lars Hällgren och Kjell Lindgren arrangerade blev verkligen uppskattad. Aktiviteten var gratis och gjordes inom bland annat ramen för medel från Socialstyrelsen.

Kommande aktiviteter

Programmet för hösten 2024 och januari-februari är spikad, med reservation för vissa ändringar som kan bli aktuella. Se bifogat.

- 9 september – vi startar upp höstens aktiviteter med ”Surströmming”. Se separat inbjudan.
- 16 september – Friskvårdsaktivitet - Lars Hällgren och Kjell Lindgren har planerat in en aktivitet med promenad och grillning på Notviksgården. Samling kl 11.00 vid Ängsgården, gemensam promenad till Notviksgården. Den som tycker att det blir för långt kan självklart ta bilen. Kl 12.00 startas grillen – bl a grillkorv med bröd och tillbehör kommer att serveras och dessutom kaffe. Vid dåligt väder finns möjlighet att vistas inomhus på Notviksgården, avslut senast kl 15.00. En gratis aktivitet med stöd av medel från Socialstyrelsen. Hoppas att många tar tillfället i akt och deltar. Aktiviteten är öppen även för andra seniorer inom Mjölkuddens område.

Nya medlemmar

Vi hoppas på många nya medlemmar i år så ta gärna med en vän/bekant till våra aktiviteter. Gästerna är kanske kommande nya medlemmar. Vi får alla med gemensamma krafter verka för att öka antalet medlemmar. Den som väljer att bli medlem nu får resten av år 2024 ”gratis” mot att man betalar 250 kr i årsavgift för 2025. Du som värvar en ny medlem – glöm inte att meddela Monica Gustafsson, mormor.gustafsson@gmail.com att och vem du värvat - du blir bjuden på jullunchen 2024.

Intresserad av att engagera dig i föreningens arbete?

Föreningen har behov av funktionärer! Kan du tänka dig att engagera dig och aktivt bidra. Intresserad eller vill veta mer så kontakta någon av oss i styrelsen.

Övrigt

”Qigong och hälsa” med Lisbeth Forsberg startar den 18 september, Ängsgården.

E-post – har du ny e-postadress? Meddela Nils-Göran Nordin, nordin.nils-g@telia.com din nya epost och ev mobil telefonnummer.

Besök gärna invigningen av *Origoparken* – en del av projektet Kronans historia den 24 augusti med start kl 10.00.

Luleå kommun arrangerar även i år en så kallad **omsorgsvecka** och kostnadsfria biljetter finns tillgängliga från den 2 september. <https://www.lulea.se/kampanjer/veckan-for-psykisk-halsa-2024/veckan-for-psykisk-halsa-2024>

Välkomna! Hoppas att vi är många som ses!

Vänliga hälsningar

Anne Karlenius

Ordförande SPF Seniorerna Mjölkudden

