

## Nykvarn dec 2024

---

### Ordföranden har ordet!

Bästa SPF medlemmar.

Nu är vi inne i december månad och snart är det julhelg. Tänk vad tiden går fort.

Om ytterligare en månad kommer styrelsen och alla ledare för våra aktiviteter att ha bråda dagar för att sammanställa vad som hänt under året. Allt kommer att mynna ut i en Verksamhetsberättelse inför årsmötet den 10 februari. Nåväl, vi är inte där än som tur är.

Denna vecka (4/12) publiceras hemtjänstindex 2024. Ett index är en sammanvägning av olika mått för att ge en samlad bild. Hemtjänstindex ger alltså en helhetsbild av hur bra en kommun är på att leverera hemtjänst, utifrån seniorernas perspektiv. Nykvarns kommun placerade sig 2023 på plats 194 (av 290 kommuner) "nära medel".

Från 2025 kommer SPF:s medlemskort att finnas digitalt och styrelsen rekommenderar att Du laddar ned det digitala kortet. Mer information kommer att finnas i Seniorens Nr 9.

Nu ser jag fram emot vår Medlemsträff den 9 december. Då blir det ett traditionellt program inför stundande jul med musik av Turinge Taxinge Spelmän, sång och Luciatablå.

Björn Janhagen  
Gemenskap, trivsel och engagemang

### Årsmöte den 10 februari i Sländan

Motioner skall vara inlämnade senast den 10 januari till Weine. [Weine.sno@gmail.com](mailto:Weine.sno@gmail.com)

### Vi hälsar nya medlemmar välkomna

Annette Averstad   Kjell Averstad   Manfred Fischer  
Christina Hägglöf   Jörgen Strömbom  
Kerstin Fritzberg   Ingemar Lindh

### Introduktionsträff för nya Medlemmar

Onsdagen den 20 november träffade styrelsen, representerade av Gunilla Axelsson, Monica Fredriksson och ordföranden Björn Janhagen, 16 nya SPF medlemmar som hälsades välkomna till vår förening. Platsen var Pelarsalen i Frivilligcentralen. Efter ett inledande anförande av Björn visades ett bildspel där man fick ta del av alla våra aktiviteter. Vid fiket fick deltagarna möjligheter att ställa frågor om vår verksamhet, hur vi som organisation kan vara med och påverka t.ex. fr.o.m. i år där ett Kommunalt Pensionärsråd (KPR) har bildats och just nu aktivt kunna vara med i samtalen kring ÖP 2035, dvs Översiktsplanen 2035.

Nästa gång nya medlemmar inbjuds till en Introduktionsträff blir i april nästa år.

### Digitalt medlemskort 2025

De senaste åren har allt fler medlemmar efterfrågat ett digitalt medlemskort som kan visas i mobiltelefonen. Nu blir det äntligen verklighet när en ny ny funktion utvecklats in i medlemssystemet. Fördelarna är många – medlemskortet är alltid med, tar ingen plats i plånboken och det är ingen risk att det tappas bort eller förstörs. Utvecklingen är också i linje med förbundets miljöpolicy och den motion som antogs vid kongressen 2020/21. Dessutom sparar det resurser för såväl förbundet som din lokala förening. Medlemskort behövs främst vid nyttjande av lokala medlemsförmåner.

Information om digitalt medlemskort kommer att finnas i Seniorens nr 9 i början av december. Förbundskansliet skickar då också ut information i via e-post till alla medlemmar

### Neutralt medlemskort

Här nedan finns en bild på ett neutralt medlemskort. Medlemmen får själv klippa ut och fylla i kortet.

Medlemskort

2025

SPF  
SENIORERNA

Namn:

Förening:

## Trivselkvällar hösten 2024

Överskott från de olika aktiviteterna gör att vi sänder 800 kr till Rosa Bandet och lika mycket till Blå Bandet.

## Pubkväll på Terrassen 19 dec

Vi som vill kan träffas på restaurang Terrassen för lite pubkväll. Där finns öl, vin, läsk, pizza och även annan mat. Vi umgås och du betalar själv det du beställer. OBS! Ingen anmälan, bara kom dit vid 16-tiden.

Denna sista pubkväll på året får vi SPFare seniorrabatt, 10 % på mat och öl/vin, säg till i kassan när du betalar.

## Kommande månadsträffar 2025

Dessa måndagar har bokats för kommande månadsträffar.

13 januari

10 februari ÅRSMÖTE

10 Mars

7 April

12 Maj

8 September

13 Oktober

10 November

8 December

## Hjälp med digitala frågor

Har du digitala frågor rörande din mobiltelefon eller platta så hjälper biblioteket alltid till. Det är ingen särskild dag eller tid som gäller utan man kan komma när som helst.

Hälsar i@

## Om du byter E-postadress eller telefonnummer

Var vänlig informera Eva Gruvstedt på 073-989 59 91 eller via mail till [eva.gruvstedt@telia.com](mailto:eva.gruvstedt@telia.com)

## Bluff-SMS

Sveriges teleoperatörer har ett gemensamt kortnummer **7726** dit man kan vidarebefordra alla misstänkta bedrägliga SMS.

Om de behöver mer information kommer du att bli kontaktad av din operatör.

## Månadsträff den 9 december kl 14.00 i Sländan (Obs tiden)

Den här månadsträffen kommer Turinge Taxinge Spelmän att underhålla oss med musik.



Det blir också Luciatåg med kyrkans ungdomskör "Tondropparna".

Glögg och pepparkaka serveras vid ankomst. Det kommer att serveras räksmörgås samt en julaktig fika.

Vinsterna i vinlotteriet är utvalda av Ulf Nyström. Du kan betala lotterna med Swish via QR-kod vid lotteribordet eller kontant.

Anmäl dig till medlemsträffen så snart du kan, dock **senast torsdag den 5 dec**, så vi hinner köpa in så det räcker till alla.

Anmäl dig med knappen på hemsidan, eller om du inte kan det får du anmäla dig genom att ringa eller SMS:a till Weine 076-823 58 15. Du kan alltid avanmäla dig om du skulle få förhinder.

**ANMÄLAN**

Inträdet är 70 kr/person  
Swisha hemifrån i lugn och ro före medlemsträffen.  
**Swishnumret är 123 651 06 14.**  
Om du inte har Swish kan du betala kontant när du kommer.

## Hösten 2025 åker vi till Toscana!



För att få prisvärda flygresor utomlands måste man vara ute i god tid. Därför presenterar vi i resegruppen redan nu en kultur- och vinresa till den italienska regionen Toscana. Resan presenteras närmare i bifogade program och arrangeras i samarbete med resebyrån "Mitt i Medelhavet", en svensk byrå med alla erforderliga garantier.

Resan påbörjas i Nykvarn på morgonen den 27 september. Vi åker med Björcks buss till Arlanda och därifrån flyg till Pisa med Norwegian. Vi bor på samma hotell hela veckan och gör intressanta utflykter till både kända och mindre kända platser i närområdet. Den 4 oktober går flyget hem igen och bussen till Nykvarn väntar oss på Arlanda.

Priset för resan är 17.950 kr (2.450 kr tillkommer för den som vill ha enkelrum). Vi har 30 platser och du anmäler dig på hemsidan som vanligt.

**OBS! Anmälan öppnar tisdagen den 10 december kl.9.00.**

**[Knapp och länk för anmälan kommer då att finnas på hemsidan.](#)**

Du som anmäler dig får sedan ett mejl från resebyrån med uppgifter om inbetalning av anmälningsavgiften (2.000 kr). Slutbetalning görs 40 dagar före avresa.

Länk till hela [Reseprogrammet](#)

Eventuella frågor besvaras av Margareta på tel. 070-698 71 98

## Sugen på lite "Gott och blandat"?



"Gott och blandat" är namnet på en turnerande show med de från Galenskaparna/After shave välkända profilerna Jan Rippe och Per Fritzell. I en blandning av klassiska nummer och nyskrivet material släpper de loss sina folkkära "gubbar" i en härlig minneskavalkad. Endast en föreställning är planerad till Stockholm och

vi har lyckats boka 50 biljetter. Showen ges på Filadelfia Convention Center (nära St Eriksplan) lördagen den 29 mars kl.18.

Vi åker buss till och från föreställningen med Björcks. Priset för bussresa och biljetter på parkett är 1.025 kr om vi blir 50 och 1.135 kr om vi bara blir 30.

**Sista anmälningsdag är 3 december**

**ANMÄLAN**

Eventuella frågor besvaras av Margareta på tel.0706-98 71 98.

## Återkommande aktiviteter

### **Canasta**

Vi spelar på Träffen, Gammeltorpsvägen 3, varje vecka:

**Ojämna veckor onsdagar kl 12**

**Jämna veckor tisdagar kl 10.**

Tre timmars spel med avbrott för fika galler. På Träffen finns kaffe/the, goda mackor och bullar till självkostnadspris. Vi brukar vara mellan 8 och 16 spelare och det finns plats för fler!

Canasta är bra träning för både hjärnan och skrattnusklerna. Välkommen.

Kontaktperson är Kerstin Pettersson 070 188 15 82.

### **Bingo på Träffen kl 10.00**

Tisdag ojämna veckor

Träffen, 08-554 90 093

### **Boule**

Vi håller till i Lillehallen i Södertälje. Onsdagar kl.9.00. Boulen gör juluppehåll v.52 och v.1. Sista gången för i år är den 18:e december och vi börjar igen den 8:e januari 2025.

Christer Feldt, 070-6022998

Ingemar Wall, 070-566 98 87

Gun Roos, 070-642 17 67

### **Bowling i Bollhallen kl 10.00**

Måndagar

Kontaktperson

Solveig Turner, 070-673 76 55

### **Sångfåglarna SPF/PRO på Träffen kl 14.00**

Onsdagar jämna veckor

Kontaktperson

Ingegerd Vesterlund, 070-376 92 28

### Läsecirkel på Träffen

Vi möts för nya läsupplevelser och diskussioner på Träffen, Gammeltorpsvägen 3  
Torsdagar kl 10 – 12  
12 december, 9 januari, 6 februari, 6 mars, 3 april, 8 maj, 5 juni.

### Månadens bok.

Vi har valt andra delen av Ruth Kvarnström-Jones serie om Stockholm. Den första var ju om Grand Hotell.



Året är 1912 i Stockholm och hotet om ett första världskrig mullrar i horisonten. Men Josef Sachs har bestämt sig. Han ska bygga Norra Europas mest storslagna varuhus, Nordiska Kompaniet. Många vänskapsband knyts på Kompaniet och på Franska Damskrädderiet får man höra det mesta som går att skvallra om. Under 15 år möter NK och personalen både framgångar och motgångar i huset där kunden är kung och Kungen är kund.

Ethel Andersson, 070-226 25 94

### Singelgruppen

17 december  
Tider för våren. 21/1, 18/2, 18/3 15/4, 20/5  
kl 14.00 på Frivilligcentralen  
Välkomna  
Cheno Ecer Söderman, 073 -700 16 47

### Bågskytte

Se hit alla intresserade av Bågskytte.  
Kom gärna och besök mig på tisdagar och torsdagar kl. 15.00 - 16.30. Vi håller till i en lokal på Holländarevägen 4 Nykvarn. Ingång bortre gaveln på den röda ladan. Bågar finns att låna.  
Parkering vid Lillhagaskolan (klubben har bara fyra platser, bortom trappan, vid lokalen).  
Inomhusskor gäller. Fika finns till självkostnadspris.  
Var god hör av Dig till mig  
Eino Long, på tfn 070 485 2315

### Gåfotboll

Gåfotboll för dig som pensionär.  
Måndagar kl 10:00-ca 11:00, Furuborghallen  
Det är en årlig avgift på 300 kr. Det går bra att anmäla sig genom att kontakta kansliet på [kansli@nykvarnssk.se](mailto:kansli@nykvarnssk.se) eller så kan du få hjälp när du väl är på plats.

## Info från Golfgruppen

För kännedom vill vi informera att för att få delta i våra golftävlingar, måste man vara FULLVÄRDIG medlem i SPF Seniorerna Nykvarn.  
Inbjudan till de olika tillfällena skickas ut i god tid före varje tävling. Lena Karlsson  
[lena.m.karlsson57@gmail.com](mailto:lena.m.karlsson57@gmail.com)  
Mobil: 070-358 08 09  
Lefte Karlsson [leffe.karlsson@telia.com](mailto:leffe.karlsson@telia.com)  
Mobil: 070-510 69 78  
Ulf Nyström [ulfr.nystrom@gmail.com](mailto:ulfr.nystrom@gmail.com)  
Mobil: 070-894 04 33

## Ny översiktsplan (ÖP 2035)

### Hur ska Nykvarn utvecklas framöver? Var ska det byggas och vad?

Det är frågor som ska diskuteras när kommunen nu tar fram en ny översiktsplan.  
Ta vara på chansen att berätta hur Du som medborgare önskar att samhället utvecklas inom olika områden, framför allt det som Du anser vara viktigt. I våra åldersgrupper kanske frågor som t.ex. äldreboende, socialtjänst, äldreomsorg väger tyngre än förskola och skola (samhällsservice). Reflektera hur det ser ut i samhället idag och hur kan det bli bättre.

Vid tre tillfällen i höst har kommunen ordnat s.k. dialogträffar för allmänheten. Bl.a. har en av våra medlemmar deltagit och gjort reflektioner och låtit oss i styrelsen ta del av hans tankar och förslag. En fråga han ställer sig efter att ha läst igenom kommunens förslag är: "Vilket utrymme ägnas åt oss äldre i ÖP 2035"? För oss pensionärer i Nykvarn som representerar nästan 20% av befolkningen är det väl självklart att man förväntar sig att en del av översiktsplanen skall handla om äldreomsorgen och gärna med ett eget kapitel istället för utsmetat med några bisatser här och där i förslaget. Kommunen uppmanar nu oss medborgare på sin hemsida att var och en av oss lämnar sina synpunkter senast den 15 december och ger oss följande kontaktuppgifter:

E-post: [servicecenter@nykvarn.se](mailto:servicecenter@nykvarn.se), ange diarienummer "KS/2022:488" i ämnesrubriken

Post: Nykvarns kommun, Centrumvägen 24A, "KS/2022:488", Planavdelningen, 155 80 Nykvarn



## Föreningsförmåner

### **Nykvarns blommor**

Du har 10% rabatt hos Nykvarns blommor, Gammeltorpsvägen 2, mot uppvisande av medlemskort.

### **Nykvarn SMART Club (Gym)**

Till SPF-medlemmar erbjuder vi nu 20% på alla våra medlemskap för en större flexibilitet. Skälbyvägen 12, förbi Dollarstore ca 200 m, i byggnaden Borgen på höger sida av vägen. Ni använder koden "SMART-Senior" vid köp av medlemskap så dras 20% av kostnaden bort. Länk till vår nya hemsida och alla medlemskap är: [www.nykvarnsmartclub.se](http://www.nykvarnsmartclub.se)

### **Försäkringar**

Mötesförsäkring

Alla medlemmar omfattas av SPF:s gruppörsäkring hos Skandia när de deltar i träffar och andra aktiviteter.

Försäkringen gäller även vid oavlönad hjälp s.k.

Väntjänst, förmedlad genom SPF-förening.

Försäkringen ingår i medlemsavgiften.

Förbundet har även samarbeten med försäkringsbolagen If och mySafety som erbjuder våra medlemmar olika former av förmåner och rabatter. Information om dessa förmåner finns på förbundets hemsida.

[Medlemsförmåner hos If](#)

[Medlemsförmåner hos mySafety](#)

[SPF - Seniorerna Medlemsförmåner](#)

### **Hemstädning**

Ren Vardagslyx erbjuder nu alla SPF-medlemmar 15% stående rabatt på återkommande hemstädning. Vi kan även

hjälpa er med storstädning, visningsstädning eller flyttstädning.

Boka antingen genom hemsidan

<https://www.renvardagslyx.se/boka> eller kontakta Martin Dam direkt på 076 543 21 00.

**OBS!** Kom ihåg att uppge att ni är medlemmar i SPF när ni bokar.



## Info till samtliga hockeyintresserade

Även i år kan du se SSK:s hemmamatcher till reducerat pris. Platserna finns på entréplanet på kortsidan, inget klättrande i trappor och bänkrader.

Priset är kr 100:- mot normalt kr 140:-. Vill du äta hos Calle Aber innan matchen kostar en buffé eller hamburgertallrik kr 150:-, även detta till reducerat pris.

Bokning av biljetter görs fr.o.m. denna säsong direkt till [holmfasthockeyn@gmail.com](mailto:holmfasthockeyn@gmail.com). För mer information hänvisas till [SPF Holmfast hemsida](#)".