

# TibbleSenioren

SPF  
SENIORERNA

Medlemstidning för SPF Seniorerna Tibble, Täby

Nr 4,  
2024



**Trevlig advent!**

## Redaktion

Karin Thorán, *ansvarig utgivare*

[karinthoran@gmail.com](mailto:karinthoran@gmail.com)

Anders Berghagen

[anders.berghagen@telia.com](mailto:anders.berghagen@telia.com)

Eva Forshällen

[eva.forshallen@gmail.com](mailto:eva.forshallen@gmail.com)

Sonja Wallbäck

[sonja.wallback@gmail.com](mailto:sonja.wallback@gmail.com)

## Layout

Stellan Abramson

[stellan.abramson@gmail.com](mailto:stellan.abramson@gmail.com)

## Annonser

Birgitta Nelhagen

[nelhagen21@gmail.com](mailto:nelhagen21@gmail.com)

## Distribution

Karin Neiderud

[karin.neiderud@gmail.com](mailto:karin.neiderud@gmail.com)

## Tryckeri

Täbykopia AB, Arninge

## Publiceringspolicy

Foton som tas vid föreningens möten eller andra sammankomster kan komma att publiceras i denna tidning eller på föreningens hemsida eller Facebook-sida. Den som inte samtycker till att förekomma på en publicerad bild ska meddela fotografen vid tillfället då fotot tas.

## Foto framsidan:

*Fotograf Maja Bergqvist*

## Foto baksidan:

*Fotograf Karin Thorán*

## Innehåll nr 4, 2024

Ordföranden har ordet .....	3
Kallelse till årsmöte 2025 .....	3
Höstsol – pensionärshem för skådespelare .....	4
RESOR UNDER VÅREN .....	7
TRÄFFAR OCH UTFLYKTER .....	9
CIRKLAR OCH FRISKVÅRD .....	12
Medlemsavgiften för år 2025 .....	14
ÅTERBLICKAR .....	15
Livsnära samtal.....	18
In Memoriam .....	19
AKTUELLT FRÅN KPR .....	20
Om föreningen.....	22
Förtroendevalda.....	23
Funktionärer .....	23

## Annonsörer

Fina Fötter.....	8
Kirsti's medicinska fotvård .....	8
Barnens handelsbod .....	13
Hallsenius begravningsbyrå.....	13
Fotvårdskliniken Maeve Lavelle.....	16
Veteranringen .....	18
Ronqvist Rör AB .....	19
Täby församling .....	21

## Gynna våra annonsörer!

# Ordföranden har ordet

Idag lever seniorerna allt längre och många är aktiva långt upp i åren. Dagens 70-åringar kan jämföras med tidigare generationers 50-åringar, liksom 80-åringar kan jämföras med 60-åringar.

Det är bra att många seniorer får ett längre liv. Men alla ser inte positivt på äldre personer, vi kan stöta på patrull ibland. Oavsett hur pigg man är så kan det ändå vara enbart åldern som räknas.

**Ålderism** kan man kalla det när läkaren hävdar att personer över 80 år inte ska opereras, oavsett om värken i benet skulle bli bättre av en operation. Ett annat exempel gäller privatleasing där en 73 årig kvinna ville leasa en ny bil, men leasingföretaget hävdade att hon var för gammal. Detta är ålderism, och hon har anmält detta till Diskrimineringsombudsmannen. Ser fram emot svaret från DO. Vi seniorer ska stå upp för våra värderingar och att vi värderas lika i samhället.

Sommaren i år var underbar. Men vart tog den vägen? Tiden går snabbare ju äldre man blir.

I höstmånaden oktober hade vi fortfarande behagliga temperaturer och mycket sol.



*Erik Söderberg, ordförande*

Vi njöt av färgsprakande träd och löv som sakta ramlade till marken. Nu när mörkret gör intrång på dagarna är vi mer aktiva inomhus. De som vill vara aktiva hittar våra aktiviteter i tidningen eller på hemsidan, som är mest uppdaterad.

Det är nu bara några veckor kvar till julhelgerna. Det är vintersolstånd 21 december, årets kortaste dag. Sedan vänder det och redan i januari ser vi att dagarna blir ljusare.

Jag vill tacka alla för att ni är medlemmar i Tibbleseniorerna och önskar er **GOD JUL och GOTT NYTT ÅR!**

## Kallelse till årsmöte 2025

SPF Seniorerna Tibble Täby kallar härmed alla medlemmar till årsmöte **torsdagen den 20 februari kl. 13.00 i Grindtorpskyrkan.**

Följande dokument kommer att finnas på föreningens hemsida från den 6 februari: Verksamhetsberättelse och ekonomisk redogörelse för år 2024,

Revisorernas berättelse, Förslag till budget för 2025 samt Valberedningens förslag.

Även dagordning för årsmötet finns på hemsidan [www.tibbleseniorerna.se/](http://www.tibbleseniorerna.se/)

Motioner ska vara styrelsen tillhanda senast den 23 januari under adress Marknadsvägen 293, 183 79 Täby eller via mejl till [tibbleseniorerna@gmail.com](mailto:tibbleseniorerna@gmail.com)

Den som vill få en papperskopia av dokumenten före årsmötet kan kontakta kansliet via mejl till [tibbleseniorerna@gmail.com](mailto:tibbleseniorerna@gmail.com) eller telefon 08-758 91 05.

**Efter årsmötet bjuder föreningen på kaffe och tårta.**

# Höstsol – pensionärshem för skådespelare

## En stiftelse och ett unikt äldreboende i Täby



### Äldreboende med glamour

Tänk dig att du bor på ett äldreboende i herrgårdsstil där du inreder och anpassar ditt rum helt efter egen och personlig smak. Är du ännu inte änka, änkling eller skild lever du med din äkta hälft tillsammans i ett av de större rummen i herrgården och är du singel har du ett eget lite mindre rum.

Andra som huserar på herrgården är idel kända artister såsom Loa Falkman, Jan Malmsjö, Marie Göranson, Kjell Bergqvist, Sven Melander, Lennart Jähkel, Lena Endre och Ann Petré. Frukost, lunch och middag får du tillagat varje dag och ni äter tillsammans i matsalen. Det är inte alls ovanligt att Loa stämmer upp en aria vid middagen och att Marie gör en stilfull entré till frukostbuffén. Gäster som besöker dig stannar ofta kvar på lunch eller middag. Fester har ni när årsjubileum ska firas.

Det här låter kanske som en utopi eller saga. Men i början av förra seklet och fram till slutet av 70-talet har faktiskt något liknande funnits, och det fanns i Täby.

Den 8 september 1918 invigdes Max Sieverts gamla sommarboende vid Vallentunasjöns södra ände. Såsta gård bytte namn och blev **Höstsol**, ett pensionärshem.

### Det var andra tider då

Höstsol är en stiftelse som skapades av starka ideella krafter under åren kring 1900-talets början. Ambitionen hade sin grund i de dåliga levnadsvillkor som skådespelare hade runt förra sekelskiftet, i synnerhet efter pensionering.

Stiftelsens ursprung är Svenska Teaterförbundet som till en början satsade på att spara i en sjuk- och begravningskassa för sina medlemmar. Senare tillkom en understöds- och nödhjälpskassa. Dessa åtgärder var bra, men långt ifrån så bra att man nöjde sig där. Tanken på ett äldreboende där obemedlade pensionerade skådespelare skulle ha ett boende där man kunde åtnjuta fri bostad med fullständigt underhåll inklusive pengar till andra utgifter var en stark drivkraft.

## Dåliga livsvillkor, men kulturen frodas

När visionen *Höstsol* planerades och genomfördes var det ett helt annat samhällsklimat i Sverige än vi har idag. Valfärden med allmän pension, barnbidrag och sjukförsäkringar var inte genomförd. Industrialismen hade börjat ta fart och människor som flyttade från landet till städerna bodde trångt och undermåligt. Sjukdomar som TBC och barnförlamning var vanliga. Klassklyftorna var stora och arbetsvillkoren hårda. De sceniska artisterna var inte undantagna.

Men trots ekonomiskt kärva tider hade teatern god ekonomi. Det spelades seriös dramatik, komedi och fars. Opera varvades med operett. Pjäserna som framfördes var både gamla klassiker och nyskrivna dito. Borgerskapet växte och med det även teatern. Teaterhus byggdes på många orter. Och för att främja kulturlivet bildades Skådebanan 1910 som erbjöd teaterpubliken billigare priser till vissa abonnerade föreställningar.

## Gustaf Fredriksson, möjliggöraren

Det var bistra tider och för att förverkliga visionen krävdes ett starkt engagemang och en god ekonomi. Det sistnämnda samlades in genom olika tillställningar och aktiviteter. En fest i november 1912 på Berns salonger blev startskottet för all insamling till *Höstsol*. Tillställningen gav en intäkt på strax över 51 000 kronor. En bra startkassa som i dagens penningvärde motsvarar nästan 3,2 miljoner kronor. Dock krävdes betydligt fler insatser där behållningen skänktes till stiftelsen. Middagar och lotterier anordnades och olika



*Gustaf Fredriksson 1832-1921. Svensk skådespelare och teaterchef. Begravd på Johannes kyrkogård, Stockholm*

teatersällskap arrangerade maskerader och "nattinéer". Vålbärgade människor donerade medel. Men den största garanten som möjliggjorde genomförandet kom med skådespelarkårens nestor Gustaf Fredriksson som upprättade sitt testamente till förmån för ett äldreboende för sceniska artister.

## Invigning

Den 8 september 1918 invigdes *Höstsol*. De första som bodde där var äldre tiders skådespelare, som inte är så väl kända idag: Mia Julin, Maria Johansson, Hildur Carlberg, Alfrida Nilsson, Fritiof Hellström, Axel Wesslau, Oscar Ahlborn, Zacharias Köster och Alfred Schörling.

På invigningen deltog totalt 200 gäster från såväl teater- som tidningsvärlden. Tre abonnerade tågvagnar tog gästerna från Stockholms Östra. I Täby bjöd man

gästerna vidare till herrgården med landåer, vurstar, trillor och lövade skrindor som drogs med levande hästkrafter.

### Trivdes man på Höstsol?

Allt tyder på att man trivdes på Höstsol. Här fanns möjlighet till både egen tid med egna intressen och för umgänge där till exempel sällskapsspel och gemensamt arbete i park och trädgård stod i fokus. Härtill fanns härliga omgivningar för naturliv i skogarna runt Vallentunasjön som också erbjöd abborre för den som var intresserad av fiske.

Alla måltider serverades i matsalen och tiderna var strikta. Klockan 9 på morgonen samlades man för kaffe och vålling. Klockan 12 var det lunch med varmrätt och te. Middagen serverades klockan 17 och den bestod av två rätter, utom på söndagar och vid festliga tillfällen då det fanns tre rätter. Till kvällen bjöds på smörgåsar och varm mjölk.

### Vad hände sen?

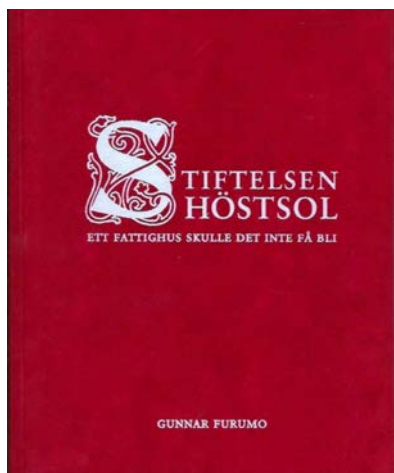
Behovet av stiftelsens ändamål minskade genom åren och pensionatet avvecklades i slutet av 1970-talet. Gården såldes 1981 och efter försäljningen tecknade stiftelsen avtal med Stockholms fastighetsbolag Stadsholmen. Genom överenskommelsen fick Höstsol tillgång till lägenheter för pensionärsboende i kvarteret Pilträdet 2 på Kungsholmen.

Efter upprustning av fastigheten kunde de första pensionärerna flytta in år 1989.

I och med försäljningen av Såsta gård kunde pengar frigöras och stiftelsen Höstsol har därmed möjlighet att ge ekonomiskt stöd till fler än tidigare. Lägenheterna i fastigheten har dock marknadsanpassade hyror, men årliga gratifikationer delas ut till dem som är i behov av ekonomisk förstärkning.

Såstaholm är idag ett hotell för konferens och möten. Delar av hotellet andas fort-farande Höstsol, men i övrigt är inriktningen och miljön förändrad och moderniserad.

*Text och foto Eva Forshällen*



### Vill du veta mera?

Spännande och trevligt berättade fakta finns i bokform. Boken kostar 150 kr och kan beställas från Scen och Film: <https://scenochfilm.se/kontakta-oss/bestall-trycksaker/>

Mer fakta finns också att läsa på Internet; <https://scenochfilm.se/om-scen-film/stiftelsen-hostsol/>.

# RESOR UNDER VÅREN

## Blomsterboda i februari

Än en gång ska vi besöka våra underbara tulpaner.

Denna gång tar vi bara 30 personer för att alla ska höra vad Pelle har att berätta.

För att ge plats till fler så blir det två utflykter dit. Vi kombinerar det med lunch.

Resan blir i februari men tyvärr har vi ännu inte kunnat fastställa datum.

Vi återkommer så fort det är klart.

*Håll utkik på hemsidan!*

## Sevärdheter i Stockholm – Dagsutflykt den 12 mars

Den 12 mars ska vi tillsammans med Linnéa Sallay besöka två fina byggnader. På Kungliga slottet ska vi se de magnifika paradvåningarna som används vid kungens och drottningens representationer.

Här guidar Linnéa oss genom all prakt. Så blir det också Hallwylska palatset där vi får en inblick i hur familjen von Hallwyl bodde. Grevinnan Wilhelmina von Hallwyl hade en omfattande samling konsthantverk och antikviteter och hennes personal katalogiserade alla föremål. I huset som byggdes på slutet av 1800-talet fanns Stockholms första centraldammsugare.

Givetvis blir det förmiddagskaffe, denna gång på Ragnars Skafferi i Stadshuset, och lunch serveras på hotell Hilton vid Södermalmstorg med en magnifik utsikt över bl.a. Riddarfjärden.

Vi startar dagen kl. 8.30 från Täby Galopp/Galoppvägen och kommer åter ca kl. 17.30.

**Pris** för denna resa är 1 490 kronor. Bindande anmälan senast den 10 februari.

Avgiften betalas senast 12 februari till Tibbleseniorernas plusgiro 477 28 94-4.

## OD:s Vårkonsert den 27 april

Vem vill inte lyssna till dessa skönsjungande herrar.

Den 27 april bär det av mot Uppsala. På vägen dit har vi för avsikt att besöka Rosersbergs slott, där det blir en rundvisning med efterföljande lunch. Biljetter till konserten i Uppsala släpps inte förrän i december så vi återkommer med mer info.

Håll utkik på hemsidan!

## Köpenhamn 6–10 juni

Till denna vackra huvudstad ska färden gå och mycket ska vi hinna med.

**Dag 1** Förmiddagsfika och sedan lunch i Vandalorum, Värnamo. Här får vi också titta på den fina utställningen. Middag blir det i Landskrona och sedan åker vi över bron till vårt hotell, Comfort Hotel Vesterbro.

**Dag 2** Rundtur och stadspromenad. På eftermiddagen besöker vi Nya Operan, där vi får en rundvisning. Vi ser Glada änkan och avslutar med en tre-rätters middag på Operan.

**Dag 3** Besök på Karin Blixen-museet, Louisiana och Christiania.

**Dag 4** Nu startar vi vår hemresa och tar båten över till Helsingborg för färd mot Sofiero. Därefter åker vi till Kosta och sover på Kosta Boda Art Hotell. Hyttsill med underhållning serveras på kvällen.

**Dag 5** Nu kan vi shoppa en stund på Kostas Outlet. Därefter kommer vi att göra ett ännu ej bekräftat utflyktsmål. Sedan går bussen hem till Täby.

Samtliga dagar serveras frukost (inte första dagen), lunch och middag.

Det blir mycket att uppleva under intensiva dagar. Vi kommer att ha Jöran Nielsen som guide + lokala guider. Enda plats där vi klarar oss själva är på Louisiana, där de inte tillhandahåller guider på söndagar.

## RESOR UNDER VÅREN

**Priset** för resan kommer bli ca 19 000 kr per person i dubbelrum.

Det blir en dyr resa – ja! Men ack så mycket vi får se.

När du läser detta kan du se närmare detaljer om pris och betalningsdatum på hemsidan.

Hoppas du ska tycka den är intressant.

### Anmälan till samtliga resor görs till

Gunilla Rönholm [gunilla910@gmail.com](mailto:gunilla910@gmail.com) 070-216 23 86 eller Christina Olausson [christina.olausson@gmail.com](mailto:christina.olausson@gmail.com) 070-575 85 37

Vid anmälan – tänk på att du alltid ska få en bekräftelse på din anmälan från oss. Där får du besked om att du finns med på deltagarlistan. I teknikens vilda värld händer det konstiga saker ibland.

Medicinsk fotvård

## Fina Fötter

Södervägen 44

Täby (Viggbygården)

070-2236265

Medlem i Sveriges Foterapeuter



**Kirsti's medicinska fotvård**

**070-773 54 30**

**OBS! Ny adress**

**Grindtorpsvägen 23, Täby**





# TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

## Tibbleträffar

**Lokal:** Sällsapsrummet i Tibble kyrka.

**Adress:** Attundavägen 3, Täby.

**Tid:** kl. 14. Pågår ca 60 min.

Kaffe serveras från kl. 13.45.

Antalet platser är begränsade.

**Anmäl till**

[tibbleseniorerna@gmail.com](mailto:tibbleseniorerna@gmail.com)

eller tel 08-758 91 05.

**Anmäl senast** 5 dagar före träffen.

**Avgift:** Medlem 100 kr. Övriga 120 kr.

**Betala** till föreningens plusgiro 477 28 94-4, eller med Swish 123-355 63 96.

Betala så snart du fått besked om plats.

Vid betalning uppge personer och vilken aktivitet och vilket datum som betalningen avser.

Det går fortfarande att betala kontant på plats, men det blir allt svårare för oss att hantera.

**Om du får förhinder** meddela oss snarast.

**Avboka** senast söndagen före träffen för att få avgiften återbetald.

**OBS! Det kan bli ändringar. Håll utkik på hemsidan.**

### Tibbleträff den 29 januari

Vi gästas av kommandör **Gustaf von Hofsten** som kommer att ge oss en ingående beskrivning av hur det är att arbeta mycket nära kungen och den kungliga familjen.

Gustaf von Hofsten har under åren tjänstgjort som kammarrpage, uppvaktnings åt kungliga gäster, kungens adjutant och som hovmarskalk. Vi kommer också att få se unika bilder från dessa år.



*Gustaf von Hofsten*

### Grabbarna från Eken

På **Tibbleträffen 24 april** bjuds vi på underhållning av tre fantastiskt musikaliska grabbar som uppträder med flera olika instrument, bland annat flöjt, mandola och dragspel. De spelar såväl svensk som irländsk musik.

Boka in den 24 april. Mer information kommer på hemsidan och i nästa tidning.



# TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

## Pressbyråns företagsmuseum



### ÄNTLIGEN!

Efter att ha köat i över två år har vi nu erbjudits en unik chans till guidad visning av Pressbyråns företagsmuseum.

Under rubriken

### ”Pressbyrå från i går till i dag”

får vi en inblick i hur Pressbyrå har utvecklats under drygt 100 år.

Svenska Pressbyrå bildades år 1906 då 59 tidningsutgivare gick samman som aktieägare.

Missa inte detta sällsynta tillfälle!

**Tid:** tisdag den 6:e april kl. 09.45.

**OBS! Bindande anmälan** till Sylvia Molander

Mejl: [molander.sylvia@gmail.com](mailto:molander.sylvia@gmail.com)

Tel/sms 070-853 68 43. Alla får svar.

**Priset för visningen** är 50 kr per person.

Antalet är begränsat till 20 personer.

När du fått besked om plats betalar du till föreningens plusgirokonto 477 28 94-4

### Färdbeskrivning

**Adress:** Strandbergsgatan 55.

Tunnelbanans blå linje till Stadshagen.

Efter spärren tag höger utgång till S:t Göransgatan.

Följ S:t Göransgatan till vänster till Warfvinges väg. Vid Warfvinges väg 33 går du en mindre väg nerför backen och genom parkeringsplatsen och kommer då direkt till Pressbyrå. (ca 10 minuters promenad)

Där samlas vi kl 9.45 för en gratis kopp kaffe. Visningen startar 10.00.

---

## Lunchträffar

### Vill du äta lunch och samtidigt ha trevligt sällskap?

Vi träffas på olika restauranger i Täby. Var och en betalar sin lunch och sätter sig bland vännerna från Tibbleseniörerna.

Datum och vald restaurang läggs in i kalendariet på hemsidan:

[www.tibbleseniörerna.se/kalendarium](http://www.tibbleseniörerna.se/kalendarium)

Den som vill vara med på lunchen anmäler sig till Yvonne Björkwall som bokar bord.

Mejla till [yvonne.bjorkwall@gmail.com](mailto:yvonne.bjorkwall@gmail.com)

Yvonne kontaktar alla anmälda för vidare information om restaurangens meny.

**Välkomna!**

# TRÄFFAR OCH UTFLYKTER

## Pubafton

Under våren 2025 fortsätter våra populära pubkvällar  
**OBS! Puben är öppen endast för föreningens medlemmar.**

**Puben har öppet** följande dagar:

Torsdag 30 januari

Tisdag 25 februari

Onsdag 26 mars

**Tid:** kl. 17.00–19.30

På puben finns tillgång till öl, vin, alkohol-fria drycker och tilltugg. Vi har även smörgåsar till försäljning.

Betalning kan ske med Swish eller kontanter.

Antalet platser är begränsat, din anmälan behövs.

Välkommen med din anmälan till Sylvia Molander, tel/sms 070-853 68 43, mejl till [molander.sylvia@gmail.com](mailto:molander.sylvia@gmail.com).

**OBS!** Alla får svar om plats.

Lokal: Gårdslokalen Kalven,  
Marknadsvägen 249–251.  
Ingång från gatan.

**Välkomna!**



*Sylvia Molander tar emot pubgästerna*

---

## Filmklubben



Tycker du om att gå på bio tillsammans med andra?

Ca en gång i månaden går Filmklubben och ser en film på Filmstaden i Täby Centrum.

Var och en bokar och köper sin egen biljett.

Eftersom Filmstaden publicerar veckans filmer på onsdagarna kan biobesöket ske med kort varsel.

Anmälan till [yvonne.bjorkwall@gmail.com](mailto:yvonne.bjorkwall@gmail.com)

Information om kommande träffar finns i kalendariet på föreningens hemsida [www.tibbleseniorerna.se/kalendarium](http://www.tibbleseniorerna.se/kalendarium)

Efter filmen kan den som vill följa med och ta en öl, vin eller fika.

Då kan vi prata om filmen och säkert om en hel del annat.

**Välkomna!**

# CIRKLAR OCH FRISKVÅRD

– fasta grupper som träffas regelbundet

*Det kan bli ändringar – håll utkik på webbsidan [www.tibbleseniorerna.se](http://www.tibbleseniorerna.se)*

## Cirklar

### Aktier och fonder 1

Dan Kronström 070-433 47 68.

*Gruppen tar f.n. inte emot fler deltagare.*

### Aktier och fonder 2

Gustav Frost 070-327 11 91

### Bokcirkel Elena

Ann-Christine Bratt Kollberg

070-949 49 31

*Bokcirkeln tar f.n. inte emot fler deltagare.*

### Lilla Museicirkeln

Britt-Marie Reinhold 079-334 36 95

*Gruppen kan ta emot nya deltagare.*

## Kortspel

### Bridge

Torsdagar kl. 12.30–16.30, Seniorcenter.

Arne Wasslund, 070-883 22 43

Monica Söderström 070-524 51 07

*Det finns plats för nya deltagare.*

*Anmäl en person eller ett par.*

### Canasta

Tisdagar kl. 13.15–16.15

Anna-Lena Sedvallson, 070-309 92 05

Birgitta Bergström Fredriksson,

070-214 17 21

*Det finns plats för några fler deltagare.*

## Friskvård

### Badminton

Tisdagar och fredagar kl. 9.00–11.00,

Ingemar Nordansjö 070-578 85 30,

Birgitta Groschopp 070-968 60 64

Täby Racketcenter.

*Nya medlemmar är välkomna, dock inte nybörjare.*

Onsdagar kl. 9.30–10.30

F2-Hallen Hägernäs Strand

Torsten Larsson 070-442 44 73

### Boule – den varma årstiden

Boulebanan i parken bakom Åkerbyvägen 1.

Onsdagar kl. 10–12. Ta med egna bouleklot.

Kontakta Sonja Khechini 076-411 82 65

innan du ska spela första gången.

### Golf – den varma årstiden

Börje Larsson 070-979 09 24

[bl\\_48@hotmail.com](mailto:bl_48@hotmail.com)

Björn Önnerdal 070-510 57 76

[bjornonnerdal@telia.com](mailto:bjornonnerdal@telia.com)

### Linedance på Seniorcenter

Adress Lyktgränd nr 2 eller 4.

Fortsätt. grupp, fredag kl. 9.15–10.45.

Nya deltagare som har dansat flera terminer är välkomna.

Karin Thorán, [karinthoran@gmail.com](mailto:karinthoran@gmail.com)

### Vill du pröva på linedance?

Nybörjargrupp fredag kl. 10.50–11.30.

Lätt fortsätt. grupp fredag kl. 11.40–12.20.

Ledare är Eva Jansson, [e.arndell@gmail.com](mailto:e.arndell@gmail.com)

### Vandringar 7–10 km

Vandringsgruppen går på måndagar och startar oftast kl. 9.45. Tidpunkt och samlingsplats kan variera. Information

om nästkommande vandring mejlas till vandringsgruppen senast dagen före vandringen. Ta med busskort, matsäck och sittunderlag.

För aktuell information ska nytilkomna vandrare alltid kontakta

**Anette Forsberg** 070-755 65 41 eller

**Anders Wallin** 070-413 52 76.

Mejla

[vandring.tibbleseniorerna@gmail.com](mailto:vandring.tibbleseniorerna@gmail.com)

Se vidare [www.tibbleseniorerna.se](http://www.tibbleseniorerna.se)

*Det är inte tillåtet att ta med djur på vandringen.*

# Som vi längtat. Nu kommer julen!

**Med skräckblandad förtjusning** fyller vi hyllorna inför julen. Handelsboden är fylld med klurigheter, pyssel, spel, bygglek, utklädnad, dockor, bilar...

I "vuxenhörnet" hänger finaste ponchon, snyggaste klänningen och japanska hinkar i fina färger. Som vanligt får Du massor av hjälp och idéer för stora och små.

Du hittar, som alltid, det mesta hos oss och självklart gör vi fina paket. Kom till Täbys äldsta och roligaste leksaksaffär.

**Vi lovar, det blir roligt!**



Kika gärna in hos oss på  
#barnenshandelsbod



Viggbyholms station i Täby, 08-7560273 | Öppet: Mån-Fre 10-18, Lör 10-15, Adventssöndagar 11-15  
[www.barnenshandelsbod.se](http://www.barnenshandelsbod.se)

## Personliga begravingar sedan 1884

*Varmt välkommen till oss i Akersberga,  
Täby, Vallentuna, Odengatan i City  
och på Lidingö.*

### Erbjudande för dig som är medlem i SPF Seniorerna

Som medlem i SPF har du 1.000 kr rabatt på en begraving hos oss. Kom förbi eller ring så berättar vi mer.

*Varmt välkommen!*

**HALLSÉNIUS BEGRAVNINGSBYRÅ**  
Biblioteksgången 2, 183 70 Täby  
Tel: 08-544 732 80  
[www.hallsenius.se](http://www.hallsenius.se)



**HALLSÉNIUS**  
BEGRAVNINGSBYRÅ

# Medlemsavgiften för år 2025

Tibbleseniörernas medlemsavgift för år 2025 är **330 kr per medlem**. \*

Avgiften ska vara betald senast den 31 december 2024. Medlemskapet gäller från den dag avgiften är betald.

## Inbetalningskort

Om du inte har e-faktura eller Kivra-brevlåda bör du ha fått din betalningsavi med post i början av november.

## E-faktura

Om du tidigare har anmält betalning via e-faktura bör du ha fått din betalningsavi till din internetbank i november.

## Kivra-brevlåda

Om du inte har anmält e-faktura, men har

en Kivra-brevlåda, bör du ha fått din avi i Kivra-brevlådan i november.

## Vänmedlemmar

Vänmedlemmar betalar 100 kr per person och år. Betalningsavi skickas från föreningen.

Den som är medlem i annan SPF-förening kan vara vänmedlem i Tibbleseniörerna.

*\* Beslutet att höja avgiften med 30 kr togs på föreningens årsmöte i februari 2024. Bakgrunden är att SPF förbundet beslutade höja sin del av medlemsavgiften med 30 kr.*

*Av föreningsavgiften 330 kr går 190 kr till förbundet, 50 kr går till distriktet och till föreningen går oförändrat 90 kr per medlem.*

## Volontärsresan 25–26 september 2024

- *Volontär i SPF Tibbleseniörerna - vad är det?*
- Det är alla de som hjälper till med aktiviteter i vår fina förening.
- *Och vad får de i ersättning?*
- All uppskattning som du, som är med på aktiviteterna, visar dem. Samt en utflykt per år.

Detta år tog vi båten ut på Ålands hav.

51 glada volontärer träffades på Täby Galopp för buss in till Viking Lines terminal där M/S Birka Gotland väntade.

Kvällen inleddes med ett möte i fartygets konferensavdelning. Erik berättade om föreningen och sedan fick vi alla tänka till på vad som var bra och vad som var mindre bra i verksamheten. Många fina förslag kom vi på såväl förbättringar som nya aktiviteter. Vi hoppas att några kommer synas framöver i föreningen.

Därefter åt vi en god middag i glada vänners lag. Det bjöds på allehanda underhållning på kvällen och säkert var det ingen som somnade utan ett leende på läpparna.

På morgonen serverades frukost av hög klass, och sedan blev det egen tid. Solen visade sig och några satt på däck en stund och njöt.

Buss hem till Täby Galopp igen och vi alla tyckte att uppskattningen från klubben var trevlig på alla sätt. Nu har vi laddat för ett år till med alla aktiviteter och jobb.

*Text och foto Gunilla Rönholm*



# ÅTERBLICKAR

## Höstens modevisning

Den 17 oktober gästades vi av Charlotta Fagerland som äger klädbutiken Tjeja Fashion i Vallentuna.

Modevisningen var som alltid välbesökt och uppskattad.

I Grindtorpskyrkans cafeteria satt närmare 100 damer som med stort intresse granskade de plagg som visades av mannekängerna.

Kaffe och kaka serverades i anslutning till visningen.



Charlotta bjöd på sin gedigna kunskap om kläder och mode, och hon berättade bland annat om material och kvalitet på plaggen som visades.

Vi fick också höra om vad som är modernt just nu. Bland färger som är moderna nu nämndes vinrött och brungul cognacfärg.

Byxor av manchestertyg kan man hitta i butikerna nu, liksom leopardmönstrade kläder.

Fem mannekänger visade de bästa av höstens och vinterns modeplagg för damer.

Mannekängerna visade flera vackra blusar och klänningar med storblommiga mönster.

Stickade klänningar framhölls som bekväma och figurvänliga.

Till vänster ser vi Charlotta Fagerland i en stickad klänning och Anette Forsberg i en tröja med samma mönster.

# ÅTERBLICKAR



Stort tack till Sylvia Molander som har planerat och genomfört modevisningen.



Tack även till alla er som har bidragit med olika uppgifter för en lyckad modevisning.



## MEDICINSK FOTVÅRD

Fotvårdskliniken

Maeve Lavelle 08-768 32 59

KULLAGRÄNDS SERVICEHUS

ÅKERBYVÄGEN 1, TÄBY





## Kulturspaning besöker Vaxholms hembygdsmuseum

Tio glada tibleseniorer träffades i Vaxholm på höstens första kulturspaning i strålande sol och över 23 grader. Vädret kunde inte vara bättre.

Vi satt ute och guiden Margareta Brandberg berättade om Vaxholms historia innan vi besökte museet, som ligger vägg i vägg med caféet.

Vaxholms historia sträcker sig tillbaka ända till Gustav Wasas tid. Danskarna hotade oss och man lät bygga en försvarsfortifikation, Kastellet, för att försvara inloppet till Stockholm. För att få detta gjort så fort som möjligt inkallades byggnadsarbetare samt många militärer. Officersfamiljerna kom att bo söder om Vaxholm, därav de stora trävillorna.

Fiskarbefolkningen bodde i enkla trähus vid hamnen. Oftast med många barn. Även om fiskarfamiljerna var stora levde man relativt bra.

Det fanns gott om strömming och fångsten såldes till staten. Fisken torkades, röktes eller saltades. Många affärsuppgörelsen gjordes via byteshandel, och ofta fick man potatis i retur.

På 1800-talets mitt rodde kvinnorna in till Stockholm och sålde fångsten. Ja, de kom hem med ”hela penningapotten”. Männens skulle säkert ha besökt åtskilliga krogar.

Efter första världskriget blev det sämre tider och då blev man tvungen att hyra ut ett rum. Även under mellankrigstiden då det blev brist och ransonering på matvaror,



*På bilden syns Kathrin Wemgård, Yrsa Walenborg, Rolf Lindquist, Britt Sandberg, Viveca Wester, Solveig Henriksson, Pirjo Berghäll, Kristina Gustavsson, Kia Holfve och Veronica Duske*

blev det svårt för fiskarfamiljerna. På 50-talet trälades fångsten och blev då kycklingfoder. Idag har strömmingen blivit en lyxvara.

Hembygdsmuseum och intilliggande byggnad ägs av Vaxholms stad. Caféet med hembakat bröd, kakor och andra goda rätter har blivit en enorm succé.

Turister från hela världen kommer hit, och så även vi denna underbara höstdag..

*Text och bild Veronica Duske*

# Livsnära samtal

## Livsnära samtal – att dela livet

*Inom mig bär jag mina tidigare ansikten,  
som ett träd har sina årsringar.*

*Det är summan av dem som är "jag".  
Spegeln ser bara mitt senaste ansikte,  
jag känner av mina tidigare.*

*Tomas Tranströmer*

När vi åldras går vi alla in i en process där vi försöker skapa mening och förståelse i vår livshistoria. Berättandet och berättelser är grundläggande för människors tänkande och skapande av kunskap om andra och sig själv. En specifik form av berättelser kallas livsberättelser.

Tibbleseniörerna startar nu en livsberättargrupp där vi delar varandras livsberättelser. Syftet är att kunna leva så bra liv som möjligt, att få en social gemenskap, att utbyta erfarenheter med varandra, att ge och ta emot stöd och att arbeta med förändringsmål.

Vi träffas tio på varandra följande torsdagar, två timmar varje gång, på Tibbleseniörernas kansli på Marknadsvägen 293. Tiden är kl. 14–16 och första träffen är den 16 januari. Varje träff inleds med en kort stunds avspänning. Gratis kaffe med dopp serveras.

De fem första träffarna berättar vi för varandra om minnen från barndomen, skoltiden, ungdomstiden och vuxenlivet. Den sjätte träffen handlar om pensioneringen och hur livet blev då. Dessa sex träffar har alltså i förväg bestämda teman. Vad som blir tema för de fyra återstående träffarna bestämmer gruppdeltagarna gemensamt. Varje deltagare väljer också ett individuellt förändringsmål.

Viktigt att påpeka är att gruppen är en arbetsgrupp och inte en terapigrupp. Gruppledaren har alltså ingen behandlarroll och är ingen "expert" utan ska stödja och underlätta så att gruppens arbete startas upp och fortskrider.

Inom gruppen gäller sekretess, dvs. det man talar om stannar i gruppen.

Gruppen kommer att bestå av minst sex och högst åtta deltagare.

Du som vill vara med, anmäl dig till Judy Albinsson, tel 070-548 44 83 eller e-post till [judy.albinsson@gmail.com](mailto:judy.albinsson@gmail.com) helst före 15 december.

*Judy Albinsson*

### **DU ENSAMBOENDE PENSIONÄR ELLER ANHÖRIGVÅRDARE I TÄBY**

**K**änner Du eller Dina anhöriga Er oroliga för att det ska hända Dig något hemma utan att det uppmärksammas? Då är Veteranringen något för Dig! Du ringer till vår telefonsvarare. Vi lyssnar av den. Har Du inte ringt, ringer vi.

Denna trygghet kostar Dig bara ett dagligt samtal.

För information, kontakta:

Åsa Berken 076-317 37 58

Lena Annerborn 072-710 27 37

Marianne H-én Erlandsson 070-523 25 50



# In Memoriam

## Ture Norberg 1923–2024

Ture Norberg har avlidit i en ålder av 101 år.

Ture var ordförande i Tibbleseniörerna under åren 1998 – 2002. Dåvarande styrelse hade beslutat att ingen fick sitta som ordförande längre än fyra år.

Ture var en mycket omtyckt och uppskattad ordförande. Han var kreativ och initiativrik, och var alltid positiv när man kom med förslag och idéer. Under Tures tid startade många aktiviteter, bland annat golfsektionen och grupp för operakunskap.

Det var Ture som initierade båtturnéerna till Åland som en bonus för de medlemmar som bidrog ideellt till föreningsarbetet.

Ture var mån om att kostnaderna för föreningens tidning skulle täckas av annonsintäkterna och det lyckades han med.

Under åren med Ture i ledningen ökade antalet medlemmar kraftigt, och funktionärerna i föreningen deltog med lust och glädje.

Samarbetet med Ture är för mig oförglömligt.

*Birgitta Wittvången-Lundh -tidigare styrelseledamot, researrangör, teaterombud, mm*



# RONQVIST RÖR AB



## ALLT INOM VVS

**Tel • 08-51 23 55 44 • Mobil 070-745 45 46**

**www.ronqvistror.se • info@ronqvistror.se • Ripvägen 6 • 186 96 Vallentuna**

# AKTUELLT FRÅN KPR

## KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET I TÄBY

KPR är ett organ för ömsesidig information och samråd mellan Täby kommun och företrädare för pensionärsföreningarna i frågor som rör pensionärer. Tibbleseniörernas ledamöter i KPR är Monica Alkblad, Judy Albinsson, Monica Törnqvist och som ersättare Monika Mellqvist.

KPR är inrättat under kommunens äldrenämnd och har fyra möten per år.

Kommunens protokoll från KPR finns på hemsidan [www.taby.se](http://www.taby.se) (sök på *pensionärsrådet*).

## Från kommunala pensionärsrådets möte den 17 oktober

### Syn- och hörselkonsulent

Sedan september har Täby en syn- och hörselinstruktör som heter Nina Stehn. Hon ger stöd till personer över 65 år som bor hemma och som har en syn- och/eller hörselnedsättning. Syftet är att ge verktyg så att man kan klara vardagen bättre. Nina gör bokade hembesök och erbjuder också drop in-tider på Seniorcenter. Tjänsten är kostnadsfri. Det krävs inget biståndsbeslut och det förs ingen journal.

Man kan få hjälp med information om vilket stöd och vilken service som finns, enklare service av hörapparater, hjälp med användning av olika syn- och hörhjälpmedel, stöd i kontakten med syncentral eller hörselklinik, syn och hörselanpassningar på telefon, dator och surfplatta samt viss installation av tekniska hjälpmedel.

Nina finns i Seniorcenters lokal Mötesrum 1 på Lyktgränd 4 och tar emot drop in-kunder på måndagar mellan kl 10 och 12. För att boka hembesök, kontakta Täby kommun 08 555 590 00 eller [kc@taby.se](mailto:kc@taby.se) så ringer sedan Nina upp. Hon gör hembesök på måndagar mellan kl 13 och 16 och tisdagar mellan kl 10 och 16.

Nina gör inga mätningar av syn eller hörsel. Synmätning görs av optiker

som vid behov kan remittera till Region Stockholms syncentral. Hörselmätning görs på hörselklinik. Där får man också hjälp med utprovning och inträning av hjälpmedel.

### Mobil tandvård

Om man behöver tandvård och inte kan ta sig till en klinik kan man få mobil tandvård, vilket innebär att tandläkare och/eller tandhygienist kommer hem till ens bostad. För att få tandvårdsbehandling hemma krävs ett tandvårdsstödsintyg som en sjuksköterska eller biståndshandläggare utfärdar. En förutsättning för att få intyget om man bor hemma är att man har minst tre besök av hemtjänsten per dag. Om man bor på särskild boende får man intyget med automatik. Alla som har tandvårdsstödsintyg får kostnadsfria munhälsobedömningar av tandhygienist en gång om året för att fastställa tandvårdsbehovet. Ytterligare tre besök om året av tandhygienist erbjuds.

Behandling hemma görs på bokad tid. Patienten ligger i sängen eller sitter i en tippar rullstol. Det som kan göras i hemmet är undersökning, munhälsobedömning, enklare lagningar, enklare tandutdragningar, tandstensborttagning, akut tandvård och hjälp med proteser. Patienter som behöver sjukhustandvård får hjälp med remiss.

Priset per besök är 275 kr, oavsett om det gäller tandläkare eller tandhygienist. Frikort gäller. Är man över 85 år är det gratis.

I Täby är det Distriktstandvården som gör munhälsobedömningen men sedan är

vårdvalet fritt och man väljer om man vill låta Distriktstandvården, Oral Care eller Flexident göra behandlingarna. Vid frågor kontakta Distriktstandvården på telefon 08 767 08 00 eller e-post: [biltandvard@distriktstandvarden.se](mailto:biltandvard@distriktstandvarden.se)

Det finns också en hemsida: [www.distriktstandvarden.se](http://www.distriktstandvarden.se)

## Nationella brukarundersökningen

Varje år genomför Socialstyrelsen en nationell brukarundersökning angående äldreomsorgen. I Täby var svarsfrekvensen 62 % för hemtjänstanvändare och 51 % för personer på särskilda boenden. 84 % av de svarande säger sig sammantaget vara nöjda eller mycket nöjda med den hemtjänst de har. 97 % är nöjda med bemötandet från personalen. 80 % av de svarande på särskilt boende är nöjda eller mycket nöjda med sitt boende. 72 % är nöjda med hur maten smakar och 66 % tycker att måltiderna är en trevlig stund på dagen. 87 % av hemtjänstanvändarna och 81 % av särskilt

boende tycker att personalens kunskaper i svenska är tillräckligt bra för att de ska förstå varandra. 87 % av hemtjänstanvändarna och 82 % av särskilt boende tycker att personalen har den kunskap och kompetens som behövs. Avdelningschef Jonas Sundling berättade om hur resultatet kommer att följas upp ute i verksamheterna.

## Näsbyterrassen

Mötet den 17 okt ägde rum på det särskilda boendet Näsbyterrassen som drivs av Attendo. Näsbyterrassen öppnades i augusti, har för närvarande 25 boende och så småningom ska det bo 100 personer där. Boendet har profilen spa och sport. Personer med beslut om särskilt boende från Stockholms stad, Danderyd och Täby kan få bo där. Enkelrummen är 31 kvadratmeter och det finns fem parrum på 48 kvadratmeter. För närvarande är månadshyran 10 500 kr. Kostnader för mat och omsorg tillkommer.

**Mötesprotokollet finns att läsa på kommunens hemsida, [www.taby.se](http://www.taby.se)**

*Judy Albinsson*

# Välkommen till kyrkan i advent- och juletid.

Se öppettider, kalendarium och aktuell information på [www.svenskakyrkan.se/taby](http://www.svenskakyrkan.se/taby) eller skanna QR-koden.



**Svenska kyrkan**

Täby församling



## Om föreningen

**Förening inom förbundet SPF Seniorerna som är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden organisation.**

**Org.nr 802409-1814**

Föreningens kansli finns på  
Marknadsvägen 293, 183 79 Täby

**Tel nr. 08 758 9105. Kansliet har telefontid**  
helgfria mån- och torsdagar kl. 10 – 11.  
Telefonsvareare när kansliet är stängt.  
Besök efter anmälan.

**Kansliet stänger på sommaren** från 15 juni  
till 15 augusti **och på julhelgen** från  
15 dec till 10 jan. Under stängning besvaras  
mejl och meddelanden en gång per vecka.

**Mejl:** [tibbleseniorerna@gmail.com](mailto:tibbleseniorerna@gmail.com)

**Hemsida:** [www.tibbleseniorerna.se](http://www.tibbleseniorerna.se)

**Plusgiro** 477 28 94-4

**Webbmaster:**

[webmaster.tibbleseniorerna@gmail.com](mailto:webmaster.tibbleseniorerna@gmail.com)

**Medlemsavgift: År 2025 är medlems-  
avgiften 330 kr per medlem.**

Inbetalningskort skickas från centrala  
förbundet till dig som inte har E-faktura  
eller Kivra-brevlåda.

**Avgiften ska vara betald senast 31 december  
året före det år som avgiften avser.**

Medlemskapet gäller från den dag avgiften  
är betald.

**Medlemsanmälan** kan göras på vår  
webbsida, eller med mejl eller telefon till  
kansliet.

Uppge namn, personnummer, adress, telefon  
och mejladress vid anmälan.

Vid anmälan efter den 1 oktober gäller  
avgiften även för nästkommande år.

Glöm inte anmäla till kansliet när du ändrar  
tel.nr eller mejladress.

**Vänmedlem**

Den som är medlem i annan SPF-förening  
kan bli vänmedlem i Tibble Täby.

Anmälan görs med mejl eller telefon till  
kansliet (*se uppgifter i texten ovan*).

Uppge namn, personnummer, adress,  
telefon-nr och mejladress vid anmälan.

Avgiften är 100 kr per år och inbetalnings-  
kort skickas från föreningens kansli.

**Skandia mötesförsäkring**

Medlemmar i föreningen har försäkrings-  
skydd för olyckor vid deltagande i möte  
eller arrangemang som ordnas av SPF  
förbundet, distriktet eller av föreningen,  
samt vid resa till och från sådant möte.

Frågor om denna försäkring – kontakta SPF  
Seniorerna tel. 08 692 32 50

**Skandia försäkringar för enskild medlem  
Livförsäkring**

Ny medlem i SPF, som är mellan 60  
och 70 år, kan inom 6 månader teckna  
en livförsäkring på ett och ett halvt  
prisbasbelopp.

**Olycksfallsförsäkring**

Medlem i SPF kan oavsett ålder teckna en  
olycksfallsförsäkring där försäkringsbe-  
loppet är relaterat till åldern.

Mer information om Skandias försäkringar  
och villkor finns på Skandias webbsida  
[www.skandia.se](http://www.skandia.se) eller tel.nr till  
0771-55 55 00 eller 0771-16 60 60

# Förtroendevalda

---

## Styrelsen

Erik Söderberg, <i>ordförande</i>	070 610 71 29	<a href="mailto:eriksoderberg49@gmail.com">eriksoderberg49@gmail.com</a>
Judy Albinsson, <i>sekreterare, KPR</i>	070 548 44 83	<a href="mailto:judy.albinsson@gmail.com">judy.albinsson@gmail.com</a>
Anders Berghagen	070 556 66 16	<a href="mailto:anders.berghagen@telia.com">anders.berghagen@telia.com</a>
Alicja Chowra Skoglund	070 688 48 64	<a href="mailto:alicjachowra@hotmail.com">alicjachowra@hotmail.com</a>
Torgil Granström	070 322 00 12	<a href="mailto:torgil.granstrom@telia.com">torgil.granstrom@telia.com</a>
Sonja Khechini, <i>program</i>	076 411 82 65	<a href="mailto:sonja_khechini@yahoo.se">sonja_khechini@yahoo.se</a>
Karin Thorán, <i>tidningen, kansliet</i>	070 444 76 88	<a href="mailto:karinthoran@gmail.com">karinthoran@gmail.com</a>
Inger Wallin, <i>ekonomiansvarig</i>	070 829 63 65	<a href="mailto:inger.wallin@telia.com">inger.wallin@telia.com</a>

## Adjungerade till styrelsen

Ingalill Bylund, <i>medlemssekreterare</i>	070-638 04 35	<a href="mailto:ingalillbylund365@gmail.com">ingalillbylund365@gmail.com</a>
Nils Blomgren, <i>IT-frågor</i>	073 981 40 72	<a href="mailto:nils.blomgren@hotmail.se">nils.blomgren@hotmail.se</a>

## Revisorer

Karin Neiderud	070 459 84 88	<a href="mailto:karin.neiderud@gmail.com">karin.neiderud@gmail.com</a>
Mats Westerdahl	070-928 53 46	<a href="mailto:mats.westerdahl@gmail.com">mats.westerdahl@gmail.com</a>

## Valberedning

C-H Segerfeldt	070 652 19 80	<a href="mailto:ch.segerfeldt@gmail.com">ch.segerfeldt@gmail.com</a>
Vakant		

## Representanter i KPR

Monica Alkblad	070 827 01 46	<a href="mailto:m.alkblad@gmail.com">m.alkblad@gmail.com</a>
Judy Albinsson	070 548 44 83	<a href="mailto:judy.albinsson@gmail.com">judy.albinsson@gmail.com</a>
Monica Törnquist	073 380 41 12	<a href="mailto:monica.tornquist@telia.com">monica.tornquist@telia.com</a>
Monika Mellqvist, <i>ersättare</i>	076 804 34 51	<a href="mailto:monika.mellqvist@gmail.com">monika.mellqvist@gmail.com</a>

## Funktionärer

### Tidningen TibbleSenioren

Karin Thorán, <i>ansvarig redaktör</i>	070 444 76 88	<a href="mailto:karinthoran@gmail.com">karinthoran@gmail.com</a>
Sonja Wallbäck	070 572 24 87	<a href="mailto:sonja.wallback@gmail.com">sonja.wallback@gmail.com</a>
Eva Forshällen	070 546 28 00	<a href="mailto:eva.forshallen@gmail.com">eva.forshallen@gmail.com</a>
Anders Berghagen	070 556 66 16	<a href="mailto:anders.berghagen@telia.com">anders.berghagen@telia.com</a>
Stellan Abramson, <i>layout</i>	070 584 07 79	<a href="mailto:stellan.abramson@gmail.com">stellan.abramson@gmail.com</a>
Birgitta Nelhagen, <i>annonser</i>	073 080 82 49	<a href="mailto:nelhagen21@gmail.com">nelhagen21@gmail.com</a>
Karin Neiderud, <i>distribution</i>	070 459 84 88	<a href="mailto:karin.neiderud@gmail.com">karin.neiderud@gmail.com</a>

### Hemsidan [www.tibblesenioren.se](http://www.tibblesenioren.se)

Anders Wallin, <i>webbredaktör</i>	070 413 52 76	
<a href="mailto:webmaster.tibblesenioren@gmail.com">webmaster.tibblesenioren@gmail.com</a>		

## Resor

Gunilla Rönholm	070 216 23 86	<a href="mailto:gunilla910@gmail.com">gunilla910@gmail.com</a>
Christina Olausson	070 575 85 37	<a href="mailto:echristina.olausson@gmail.com">echristina.olausson@gmail.com</a>

## Pub

Sylvia Molander	070 853 6843	<a href="mailto:molander.sylvia@gmail.com">molander.sylvia@gmail.com</a>
-----------------	--------------	--



**GOD JUL!**