

The logo for SKPF pensionärerna, featuring the text "SKPF" in a large, bold, red sans-serif font, followed by "pensionärerna" in a smaller, black sans-serif font. A small red asterisk-like symbol is positioned between "SKPF" and "pensionärerna".

SKPF
pensionärerna

Veteranerna

Medlemstidning för SKPF distrikt Stockholm • 2 - 2019

I detta nummer:

Studiecirklar, kultursommar och medlemsresor

Veteranerna

Medlemstidning för
SKPF distrikt Stockholm

SKPF
pensionärerna

Har du synpunkter på eller idéer till innehållet i din medlems-tidning? Välkommen att höra av dig. I första hand till din avdelning, men du kan även kontakta SKPF Pensionärerna, Distrikt Stockholm, Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten.

OBS! Nytt telefonnummer: 070-678 8555 – telefontid måndagar mellan kl. 09:00 – 11:00. E-post: distrikt.stockholm@skpf.se

Ansvarig utgivare: Lars Bromander.
Upplaga: cirka 22 000 ex.
Utgivningar 2019: Nr 3, senast 4/9.
Nr 4, senast 2/12.



Produktion: Sjöstedt Information AB, Fagersta.
Omslagsbild: Colourbox. SKPF Veteranerna trycks hos EKTAB, Eskilstuna och distribueras med Bring.

För annonsering kontakta:
Stig Bergström på e-post: stigbergstrom8@gmail.com

Innehåll

Distriktet Stockholm

Baltikum – närmare än vi tror?	2
Bättre tänka efter för	3
Nyttig information för SL:s äldre resenärer	4

Avd 2 Stockholm

08-618 35 80, 618 45 80	
Rapport från årsmötet	5
Höstens studiecirklar	6

Avd 28 Stockholm

08-641 81 32	
Avdelning 28 jubilerar och firar	8
Aktiviteter under hösten	9

Avd 110 Norrtälje

0176-172 72	
Rapport från årsmötet	10
Hemlig resa	11

Avd 115 Södertälje – Salem – Nykvarn

070-658 05 87, 070-340 61 89	
Årsmöte 19 februari	12
Aktiviteter och rapporter	12

Avd 119: Nynäshamn

073-755 04 63	
Rapport från årsmötet med val av ny ordförande	13
Hemligt resa och höstresa	13

För de allra flesta innebär våren ljus, värme och välbehag

NU HAR VI KOMMIT EN BIT in på det nya året och naturen förbereder sig för ljusare tider. Även vi människor tycks leva upp när vi når av ljuset och värmen. Vad är det som händer med oss när våren kommer? Är det vårkänslor? Under våren ökar vår energi och vitalitet men tyvärr



Lars Bromander
Ordförande för
SKPF Pensionärerna,
Distrikt Stockholm

drabbas många av oss av en del negativa besvär också, som till exempel allergier. Låt oss ändå glädjas åt att vi lämnat den mörka årstiden bakom oss.

När ni läser detta har avdelningar och distrikt haft sina årsmöten. Ni kan läsa mer om dessa i denna tidning och på respektive hemsida.

Ett nytt år innebär nya utmaningar. Det gäller även för Distrikt Stockholm. Vår strävan är alltid att bli bättre, att bli ett bra distrikt inom SKPF Pensionärerna. Vi arbetar vidare med att utveckla vår medlems-tidning, arrangera utbildning för förtroendevalda samt stötta våra avdelningar på olika sätt.

Jag önskar er alla en riktigt skön vår!

Lars Bromander

INTRESSEFÖRFRÅGAN – STUDIECIRKEL

Baltikum – närmare än vi tror?

De baltiska ländernas historia är lång, brokig och stundtals brutal. Starkt länkad till de nordiska länderna under lång tid. Mitt emellan öst och väst i Europa.

Vad vet vi egentligen om länderna, folket, kulturen och politiken?

Du kan följa med på en resa över havet österut eller över västerhavet som man säger på den andra sidan.

Vi funderar på att starta en studiecirkel om vidare vetande om de baltiska staterna Estland, Lettland och Litauen. Det här kan vara en möjlig språngbräda för att fräscha

upp gamla kunskaper, fördjupa kännedomen om länderna och fundera tillsammans med andra intresserade över kontakter, politik och säkerhet. Ett tillfälle till både insikter och reflektioner över såväl historia som framtiden.

De här raderna är en intresseförfrågan. Om du är intresserad ber jag dig höra av dig till mig på telefon 070-678 85 55 (måndagar kl. 09 – 11) eller på e-post distrikt.stockholm@skpf.se.

Uppge då namn och telefonnummer så att vi kan nå dig senare.

Lars Bromander

Välkommen att delta i distriktets samtliga aktiviteter och arrangemang

Obs! Som medlem i SKPF Distrikt Stockholm har du möjlighet att delta i aktiviteter som anordnas av distriktets samtliga avdelningar, dvs. avd. 2 Stockholm,

avd. 28 Stockholm, avd. 110: Norrtälje, avd. 115: Södertälje-Salem-Nykvarn, avd. 119: Nynäshamn. Väl mött!

RAPPORT

Bättre tänka efter före

Den 21 januari – 25 januari
2019 Höll projektet Bättre
tänka efter före en veckokurs
för alla SKPF – pensionärerna
och PRO distrikt som deltagit
i projektet.

Ett mycket omfattande och
innehållsrikt program presente-
rades för deltagarna, av kurs-
ansvarig Gerd Klang som varit
projektansvarig sedan projek-
tet startades för 10 år sedan.
Deltagarna presenterades en
återblick och hur projektet kan
fortsätta.

Medverkande

Alexandra Zazzi, kock och pro-
gramledare som presenterade
Bra mat för äldre. Sonja Kvål
presenterade IT-materialet,
källkritik, Fake News. MSB-upp-
datering presenterades av Ven-
dela Dobson, MSB. Om Krisen
eller Kriget kommer – För oss
äldre, presenterades av Meta
Lindqvist. Fallträning för Äldre/
erfarenheter från Stockholm. Bo
Ardström och Hanna Schubert.

Hur går vi vidare? På vilket
sätt kan vi genomföra en "grand
final"?

OM DETTA HANDLAR BÄTTRE TÄNKA...

Kris, fall och IT-säkerhet

**Ett projekt för pensionärer,
om kris, fall och IT-säkerhet.
Kris och krishantering har bli-
vit högaktuellt för oss. Storm
med elavbrott, attentat och
påverkan på klimatet måste
vi alla förhålla oss till.**

Vi vill öka pensionärers medvet-
enhet om vad vi själva kan och
ska göra för att säkerställa liv
och säkerhet!

Vi vill öka kommuners och

landstings krav på fungerande
planer för de äldre (och för dem
med funktionsnedsättningar)
som inte själva kan klara sin
säkerhet

Vi vill fortsätta arbetet med
förebyggande fall! DET är också
av vikt för att kunna klara sig
själv vid en krissituation.

IT-säkerhet och medveten-
heten om Kriskommunikation är
även det en stor del för äldres
säkerhet.

Det här vill vi genomföra brett över hela landet

**Genomföra en samling för
samtliga ansvariga i PRO och
SKPF:s distrikt, för att upp-
datera och fördjupa kunskap
och fördela aktuellt material,
inspirera till temadagar.**

Tipsa om bra föreläsningar
inom avdelningar och fören-
ingar uppmana till studiecirkel

för fördjupade kunskaper.

I konferensen i januari deltog
deltog ordförande Lars Bro-
mander från SKPF Stockholms-
distriktet och från avdelning 2
Margaretha Persson.

Meta Lindqvist
Projektet för "Bättre tänka



Festligt till tusen

Goa dansband,
orkesterblås på
söndagar, fantastisk
mat och shopping.
Välj Cinderella när
du vill ha lite mer fart
och fläkt.

KRYSSNING
& DANS

195:–

pris ex per person
del i Insidehytt

DANSKLIPPET

DANSEN DÄR ALLT INGÅR (NÄSTAN)!

Kryssning med del i Insidehytt
Välkomstdrink
Kocklandslagets buffémiddag
Pris ex 489:– (ord pris 629:–)

Avresa söndag–torsdag,
läs mer och boka på
[Vikingline.se/
dansklippet](http://Vikingline.se/dansklippet)

Boka på
[Vikingline.se/
cinderella](http://Vikingline.se/cinderella)



DET HÄR ÄR EN ANNONSSIDA FRÅN REGION STOCKHOLMS TRAFIKFÖRVALTNING

SL i Metro | 01 FEB 2019

ANSVARIG PÅ SL: Suss Forssman Thullberg, kommunikationschef
REDAKTÖR: Anna Larsén, e-post: anna.m.larsen@sl.se

KUNDTJÄNST: 08-600 10 00, sl.se
HITTEGODSAVDELNINGEN: Klara östra kyrkogata 6
Öppettider mån: 11–19, tis–fre: 10–18, lör: 10–16



1. Du kan få stöd i trafiken med ledsagning.
2. Be föraren sänka bussen vid påstigning.
3. Föraren hjälper till med en ramp vid behov.
4. Signalknappen – om du behöver mer tid vid avstigning.

Det här SL-reportaget var ursprungligen en annons. Veteranerna väljer att publicera annonsen då den innehåller nyttig information för äldre resenärer och gör reklam för en Youtube-film.



Tillgängliga tips om tillgänglighet

På SL:s Youtubekanal finns en ny film om tillgängligheten i busstrafiken. Med filmen vill SL dela information om hur bussarna har anpassats för att fler ska kunna åka med.

FILMEN RIKTAR SIG främst till äldre, men även andra som kanske behöver mer tid vid av- och påstigning.

Här ges handfasta råd om hur du själv kan underlätta resan, exempelvis när du reser med rullator eller att du kan be föraren sänka

bussen vid påstigning. Många som inte kan resa helt obehindrat – inte bara äldre – kan ha nytta av att se filmen.

TIPSA GÄRNA ANHÖRIGA och vänner om filmen. Den är producerad i ett samarbete

mellan Keolis och Färdtjänsten i Region Stockholm.

Filmen finns även i flera kortversioner.

→ Alla filmerna finns på www.youtube.com/user/KanalSL under rubriken [Alla reser olika](#).

SL MINNS Spårvagn 1950

STOCKHOLM I VINTERSKRUD! Spårvagnen på linje 2 passerar Karl XII:s torg på väg mot Fredhäll i kylan. Modellen A25 kallades även mustang. Numera lever de äldre spårvagnsmodellerna kvar i trafiken som tidigt värtecken, när museispårvagnarna på Djurgårdslinjen 7N börjar gå igen.



SL TIPSAR Konstvisning på Odenplan

DE TVÅ NYA pendeltågsstationerna Stockholm City och Stockholm Odenplan har väckt stor uppmärksamhet med sin konst och arkitektur. 14 konstnärer har bidragit med sina verk. Under visningen berättar SL:s konstguider om arkitekturen och konsten på station Stockholm Odenplan. Visningen är gratis men du behöver en SL-biljett för att åka med.

När: Torsdag 7 februari kl. 14.00

Var: Samling vid station Stockholm Odenplan, biljetthallen vid uppgång Odenplan



David Svenssons konst på Stockholm Odenplan.

Avdelning 2 Stockholm

Meta Lindqvist, ordförande för avdelning 2 har ordet:

Längre och ljusare dagar

Känns alltid bra när våren börjar närma sig och dagarna blir ljusare.

Vi hoppas att vi, nu när vi fått en regering på plats, kan se fram emot att de med fart ser till att den orättvisa pensionärs-skatten försvinner.

Vårt årsmöte 2019 är avslutat och refererat på annan plats i tidningen.

ATT DEN SOCIALA gemenskapen är viktig för våra medlemmar i SKPF är stor, det märks

i alla de aktiviteter som våra grupper arbetar med. Fick i dag ett glatt meddelande från vår resekommitté att 117 medlemmar anmält sig till vår hemliga resa. Så roligt det ska bli att få träffa er alla.

PROJEKTET "Bättre tänka efter före" som vi driver tillsammans med PRO, fortsätter minst ett år till. Det är viktigt att vi observerar alla de "fällor" som finns runt om oss bl.a. i vår hemmiljö där de flesta fallskador sker.



Snälla plocka bort allt som innebär att du kan snubbla, hur

vackert och fint det än är.

VIKTIGT ÄR OCKSÅ att vi inte låter oss skrämmas av alla rubriker om hur äldre utsätts för brott. Visst finns det de som försöker, men Brottsförebyggande rådet visar i trygghetsundersökningar att de flesta äldre känner sig trygga. De som

känner sig trygga har dessutom också statistiken på sin sida. De flesta av oss drabbas aldrig av något brott, men det betyder inte att man inte ska vara försiktig, tvärtom. Att skydda sig är klokt och bidrar till att äldre inte är så utsatta för brott som rubrikerna ibland får oss att tro.

Nu skiner solen in genom fönstret och vi har förhoppningsvis fina soliga, avkopplande dagar framför oss.

GLÖM INTE DE SOM ÄR ENSAMMA, SLÅ EN SIGNAL, GÅ UT OCH GÅ TILLSAMMANS, DET BETYDER SÅ MYCKET.

ÖNSKAR ER ALLA EN SKÖN OCH AVKOPPLANDE SOMMAR!

Meta Lindqvist



Torsdagen den 7 mars höll avdelning 2 sitt årsmöte i Hägerstens Medborgarhus. Ett mycket välbesökt möte med en glad och positiv stämning.



Rapport från avdelning 2:s årsmöte

Glädjande för oss alla var att vår förbundsordförande Berit Bölander satt ordförande vid mötet. Berit som tidigare varit både avdelning 2:s och ordförande i distrikt Stockholm.

Till styrelsen valdes

Omval på 2 år av ordförande Meta Lindqvist

Ordinarie ledamöter omval på 2 år: Margret Andersson,

Margaretha Persson och Stig Bergqvist.

Suppleanter på ett år

Inga Lundvall, Margareta Bohman och Yvonne Roy.

Revisorer

Revisor på två år, Henry Holmström.

Revisor ersättare på ett år: Lennart Sommar och Ilja

Dahlborg Sternberg. (Ett år kvar på innevarande mandatperiod: Anita Andersson och Gunilla Wästersjö Michailidis, Revisor: Rudolf Sandberg)

Varm avtackning

Mötets ordförande avtackades med blommor och två av avdelningens trogna medarbetare tackades Margareta Carlson med Guldnål och Inga Lundvall

med Silvernål och blommor och en förhoppning om ett fortsatt långt arbete i styrelsen.

Kaffe och underhållning

Efter mötet bjöds deltagarna på kaffe, smörgås och en kaka samt en otroligt uppskattad musikunderhållning av Erik Linder och Fredrik Wide.

Tack alla medlemmar som närvarande och gjorde detta till ett fint årsmöte

Meta Lindqvist

Svenska Kommunalpensionärerna Stockholm avdelning 2

Telefon 08-618 35 80 eller 08-618 45 80 måndag, tisdag och onsdag 09.00-12.00

Besöks-/postadress SKPF avd. 2, Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten

E-post: stockholm.avd2@skpf.se



Höstens studiecirklar

Först till kvarn är det som gäller för studiecirklar. Deltagare i en och samma cirkel är maximerat till två terminer. Deltagare i våra studiecirklar måste vara våra medlemmar i SKPF.

Akvarellmålning Måndagar

Start den 9 september i SKPF Avd. 2:s lokaler Störtloppsvägen 12 i Västertorp. Måndagar kl. 13.00–16.00. Cirkeln är på 10 gånger. Cirkelledare Helena Helenius. Kostnad 250 kr. Eget material medtages.

Akvarellmålning Torsdagar

Start den 12 september i SKPF Avd. 2:s lokaler Störtloppsvägen 12 i Västertorp. Torsdagar kl. 13.00–16.00. Cirkeln är på 10 gånger. Cirkelledare Eva Ivö. Kostnad 250 kr. Eget material medtages.

Vardagsspanska – Onsdagar

Start onsdagen den 11 september i SKPF Avd. 2:s lokaler Störtloppsvägen 12 i Västertorp. Onsdagar kl. 14.00–16.30 Cirkeln är på 10 gånger. Cirkelledare Marina Gonzales utbildad i spanska. Kostnad 250:-

Anmälan till studiecirklar

Jag anmäler mig till följande studiecirkel/cirklar.

Blanketten skall skickas till vara SKPF Avd. 2, Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten och vara oss tillhanda senast den 9 augusti 2019.

Välkommen med din anmälan!

/Margaretha och Inga

Cirkel

Cirkel

Cirkel

Medlemsnummer/personnummer (sex siffror)

Namn

Telefon

Adress och postadress



Filmstaden – Råsunda

Välkommen till guidad visning av Filmstaden. Denna unika plats där vår Svenska filmhistoria lever vidare tack vare de byggnader som bevarats från den tid då Filmstaden var Sveriges Hollywood. Vi får också

se filmklipp i Bergmansbion eller Operan som den också kallas. Som avslutning blir det fika i Portvaktstugan, som är ett charmigt inrett retrokafé som ligger innanför entrén till Filmstaden.

19 SEPTEMBER KL. 13.00

När: Torsdag 19 september
Tid: Kl. 13.00 – 15.00.
Kostnad: 60 kr
Kallelse och inbetalningsavi kommer efter den 2 augusti.



Anmälan – Filmstaden

Blanketten skall skickas till SKPF Avd. 2, Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten och vara oss tillhanda senast den 2 augusti 2019. Välkommen med din anmälan!

Namn

Telefon

Adress och postadress

Medlemsnummer/personnummer (sex siffror)

Ej medlem

Allergi



Foto: Kungl. Hovstaterna/The Royal Court, Sweden/Alexis Daflos



Onsdag 12 juni – Rosendals slott

Entré 75 kr. Vi besöker slottet som ligger på Djurgården och uppfördes på 1820-talet åt kung Karl XIV Johan, den förste regenten av ätten Bernadotte. Guidad visning.

Vi träffas vid spårvagnshållplatsen Waldemarsudde kl. 13.00

VÄLKOMNA Inga

Onsdag 7 augusti – Kina slott

Entré 70 kr. Följ med på en guidad visning av Kina slott som ligger beläget i parken till Drottningholms slott. Vi träffas vid Brommaplan T-banestation, utanför spärarna kl. 12.30 för vidare färd mot Drottningholm.

VÄLKOMNA Inga

Sommarutflykt med buss till Gamla Uppsala museum

Torsdag den 4 juli kl. 08.30-17.00 Bussen avgår från City-terminalen.

Besök och guidning på Gamla Uppsala Museum som ligger vid de tre monumentala Kungshögarna som länge var symbolen för en storslagen forntid. Därefter förmiddagsfika på Odinsborg.

Efter lunchbuffé vid Wiks Slott, blir det visning av slottet som är en av Sveriges bäst

bevarade medeltidsborgar, uppfört under senare delen av 1400-talet.

OBS! Slottet är inte tillgängligt för rörelsenedsatta, då hiss och ramp saknas.

Allt detta endast 300 kr för medlem eller 400 kr för medföljande icke medlem.

Program och inbetalningsavi kommer efter 29 maj.



Namn

Adress och postadress

Telefon

Medlemsnummer eller personnummer

Medföljande medlem/icke medlem

Allergi

Anmälan – Sommarutflykt

Blanketten skall skickas till SKPF Avd. 2, Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten och vara oss tillhanda senast den 29 maj 2019. Välkommen med din anmälan!

Ordföranden har ordet

Vintern släpper sitt hårda grepp och vi går mot ljusare och varmare tider. Människor man möter ute förefaller gladare och mer förväntansfulla. Vi möter våren på gott och ont.

Som ni har hört firar vår avdelning 90 år under 2019. Vår programgrupp håller på att planera något trevligt för oss. Ni kan läsa mer om vårt 90-årsjubileum på annan plats i denna tidning.



I februari hölls avdelningens årsmöte. Det var roligt att så många tog sig tid att delta. Valberedningen hade gjort ett

utmärkt jobb och kassören berättade att vi har en god ekonomi. Sammanfattningsvis kan man säga att det blev ett bra årsmöte. Nu tar vi nya tag och satsar på att 2019 ska bli ett fint år för oss alla.

Avslutningsvis vill jag önska er en fin och behaglig vår, en skön sommar och hoppas att vi ses på kommande evenemang.

Lars Bromander
Ordförande

Sommarstängt

Vi tar sommarlov från 14 juni och bemannar expeditionen igen den 15 augusti. Telefonsvararen lyssnas av regelbundet under sommaren.

MÖTEN

PÅMINNELSE

Månadsmöte onsdagen den 8 maj kl 13.00. Våra medlemmar Owe och Kalle skall berätta för oss om Tullverket och dess utveckling under ca 500 år.

De har båda ägnat sitt arbetsliv åt Tullverket och har mycket att förtälja. Vi kan utlova många glada skratt!
Plats: Adolf Fredriks församlingshus.

Pris 75 kr inklusive förtäring.

Anmälan senast den 2 maj via expeditionens telefon eller per epost. Betalning senast 6 maj.

Månadsmöte onsdagen den 12 juni kl 13.00

Monika Lilja Lundin underhåller oss med sång och musik av kända låtar från bland annat Lill-Babs Svenssons och Cornelis Vreeswijks repertoarer.

Plats: Adolf Fredriks församlingshus.

Pris 75 kr inklusive förtäring.

Anmälan senast den 23 maj via expeditionens telefon eller

den 6 juni per epost. Betalning senast 10 juni.

Månadsmöte onsdagen den 18 september kl. 13.00

Vi får information ang "Koll på läkemedel" – ett samarbetsprojekt mellan SKPF, SPF, PRO och Apoteket AB för bättre läkemedelsbehandling till äldre.

Plats: Adolf Fredriks församlingshus.

Pris 75 kr inklusive förtäring.

Anmälan senast 12 september via expeditionens telefon

eller per epost.

Betalning senast 16 september.

AVDELNING 28 FIRAR 90-ÅRSJUBILEUM!

Tänk att vår avdelning fyller 90 år i år! Det skall vi fira måndagen den 21 oktober i samband med höstmötet.

Programmet är inte klart, men i stora drag blir det:

- Höstmöte
 - Måltid
 - Underhållning
- Dagen blir gratis för

medlemmarna i avdelning 28, men kostar en slant för övriga som vill fira med oss. Mer om denna dag kan du läsa i nästa nummer av tidningen.

Lokal för medlemsmöten

Om inte annat anges äger våra medlemsmöten rum i Adolf Fredriks församlingshus, Kamakargatan 30 (tvärgata till Sveavägen, kvarteret bakom ABF-huset). T-bana: Rådmansgatan.

Avdelning 28 har skaffat Swish

Vi har efter önskemål från medlemmar anskaffat ett swish-nummer som ger ytterligare en möjlighet att betala aktiviteter som avd 28 anordnar. Swish-numret är 1231805969. OBS! Vid betalning med Swish – glöm inte att ange vad betalningen avser under Meddelande.



Svenska Kommunalpensionärerna Stockholm

SKPF Avd 28, Störtloppsvägen 12, 1tr, 129 47 Hägersten

Internet: www.skpf.se/stockholmd28 • Telefon 08/641 81 32

Expeditionen är öppen torsdagar 10.00–12.00

e-post: stockholm.avd28@skpf.se • Facebook: SKPF Avd 28, Stockholm

HÄR ÄR STYRELSEN 2019



Styrelsens sammansättning 2019 efter årsmötet:

Lars Bromander	Ordförande
Lena Larsen	Kassör
Ulla Jönsson	Sekreterare
Karl Gunnheden	Vice ordförande
Christer Lindh	Ledamot
Hans-Åke Lundgren	Ledamot
Roland Eliasson	Ledamot
Kerstin Rosenqvist Hedler	Ersättare
Gunilla Holmqvist	Ersättare
Kerstin Svenson	Revisor
Jan Demuth	Revisor
Siw Almqvist	Revisorsersättare

STUDIEBESÖK OCH UTFLYKTER

Nyrenoverat Nationalmuseum

Välkomna till ett
nyrenoverat National-
museum torsdagen den
23 maj kl 13.00.

Kom med på en guidad tur i
Stockholms vackraste muséum
för att se vad man åstadkom-
mit med de fantastiska salarna.
Efter visningen finns möjlighet
till förtäring och att besöka
någon av de utställningar som
intresserar.

Vi samlas i Nationalmuseets
entré, Södra Blasieholmsham-
nen 2 kl 12.45.

Guidningen startar kl 13.00.
Den subventioneras av SKPF avd
28.

Pris 25 kr.

Anmälan senast 16 maj via
expeditionen eller per epost.

Betalning senast 21 maj.
Max 25 personer.

Pressbyråns Museum

En riktig nostalgitripp på
Pressbyråns museum onsdag-
en den 4 september kl 11.00.

Denna gång ska vi gå tillbaka till
40-talets sätt att göra inköpen
på Pressbyrån. En miljö som
vi ofta tänker tillbaka på som
i "barn- och ungdomens tid".
Vi får följa Pressbyråns historia
från början till idag.

Pressbyråns Museum finns
på Strandbergsgatan 61 på
Kungsholmen. Buss 50 från
Fridhemsplan eller T-bana till
Stadshagen.

Guidningen startar kl 11.00.
OBS tiden!

Guidningen subventioneras
av SKPF avd 28.

Efter besöket finns möjlig-
het att inta en lunchbuffé till ett
pris på 90 kr.

Pris 25 kr.

Anmälan senast 29 augusti
via expeditionen eller per epost.

Betalning senast 2 septem-
ber. Max 20 personer.

RESA OCH STUDIER

Grönsöö slott och Härkeberga kyrka

PÅMINNELSE. Dagsresa till
Grönsöö slott och Härke-
berga kyrka onsdagen den
15 maj 2019.

Det kan finnas enstaka platser
kvar.

Vi samlas kl 08.15 vid City-
terminalen för avprickning.

Avresa från Cityterminalen
kl 08.30.

Beräknad tid för hemkomst
är kl 16.30.

Pris: 500 kr för medlem,
övriga betalar 700 kr.

Anmälan, som är bindande,
ska ske omgående, via
expeditionens telefon eller per
epost.

Betalning senast 6 maj.

Konstcirkeln startar till hösten igen

Vi besöker olika museer och
utställningar, därefter
diskuterar vi de intryck
besöket gett oss.

Tid: Start tisdagen 17 septem-
ber kl. 13.00 – 15.00,
varannan vecka, 5 ggr.

Plats: Tanto seniorloкус,
Rosenlundsgatan 44 A,
Stockholm. Lokal: Rosen.

Ledare: Åsa Kindblom
Anmälan (som är bindande)
senast den 5 september till
expeditionen via telefon eller
epost. Max 15 personer.

Pris: 100 kr. för medlem,
övriga 200 kr. Avgiften betalas
senast den 12 september via
plusgiro eller Swish.

Anmälan till aktiviteter

Anmälan till våra aktiviteter, som är bindande, sker under
expeditionstid, helgfria torsdagar, till tel 08-641 81 32 alt. via
epost "stockholm.avd28@skpf.se", ange då namn, personnum-
mer och telefonnummer. Betalning sker till plusgiro 70 03 10-6
eller via Swish 1231805969.

I avgiften till månadsmöten ingår alltid en lättare förtäring.

Den som har speciella önskemål ifråga om maten måste säga
detta vid anmälan.

Aktiviteter under hösten

Studiebesök i början av oktober (datum ej spikat),
Höstmöte 21/10 inkl Jubileumsfest, Studiebesök 6/11,
Månadsmöte 20/11, Julbordsresa 11/12.

Ordföranden har ordet

Jag heter Eva Axelsson och tackar förtroendet, att blivit vald till ny ordförande för avd. 110 på vårt årsmöte.

Har tidigare arbetat inom bland annat skola och barnomsorg, och har varit med i avdelningen 110 sedan den startade.



Eva Axelsson

De första åren var jag revisor. Jag har alltid varit en föreningsmänniska och deltagit i olika styrelsearbeten. Livet som pensionär passar mig bra, nu kan man göra det man brinner för och tycker är roligt.

Vårt årsmöte är avklarat och vi fick 3 nya ersättare till vår styrelse som vi hälsar välkomna.

Nu ser vi fram emot våra olika aktiviteter och hoppas att många medlemmar kommer att delta.

Har ni frågor eller tips på nya aktiviteter så hör gärna av er till vår expedition.

Eva



Sommarstängt

Vår expedition kommer att vara stängd fr.o.m. den 13 juni t.o.m. den 13 augusti. Vi passar på att önska alla medlemmar en TREVIG SOMMAR!

Styrelsen för SKPF Norrtälje



Nya styrelsen. Fr. v. Anne Sivertsson, Olle Sjöblom, Jan Sjöblom, Gun-Britt Viktorsson, Irene Dahlqvist, Rosita Lindrot, Birgitta Johansson och Eva Axelsson.

Rapport från årsmötet

Den 21 februari hade avdelning 110 årsmöte i Folkets hus i Norrtälje.

Avgående ordförande Lena Augustsson öppnade mötet och vi började med parentation.

Efter ett öppningstal av Lena så valdes Margaretha Lundgren till mötesordförande.

Vi gick igenom verksamhetsberättelsen för 2018 och likaså bokslutet.

Varje kommitté i styrelsen berättade om sin verksamhet.

Nya styrelsemedlemmar

Det blev Olle Sjöblom, Rosita Lindrot och Birgitta Johansson som alla valdes in som styrelse-suppleanter.

Vi fick också en ny ordförande eftersom Lena valde att sluta efter åtta år som ordförande.

Lena var med och bildade vår avdelning i Norrtälje.

Ny som ordförande är nu Eva Axelsson, men hon är inte ny i styrelsen. Eva har också varit med sen avdelningen bildades.



I samband med årsmötet. avtackades avgående ordförande Lena Augustsson, Renée Lindström och Barbro Valtersson.

Därefter så serverades vi kaffe och semla.

Nya styrelsen

Styrelsen ser numera ut på följande vis.

Ordinarie ledamöter: Eva Axelsson, Anne Sivertsson, Jan Sjöblom, Gun-Britt Viktorsson och Irene Dahlqvist.

Suppleanter: Olle Sjöblom, Rosita Lindrot och Birgitta Johansson.

Gun-Britt Viktorsson
Sekreterare SKPF Norrtälje

Underhållning

Efter årsmötesförhandlingarna så fick vi en mycket trevlig underhållning av Bengt och Hasse det vill säga Bengt Friberg och Hans Andersson.

De bjöd oss på många glada skratt.



Bengt och Hasse bjöd på trevlig underhållning under årsmötet.

Svenska Kommunalpensionärerna Norrtälje

Telefon 0176/172 72

E-post: norrtalje.avd110@skpf.se

Onsdagar 10.00–12.00

Besök gärna vår hemsida <http://www.skpf.se/norrtalje/>

MEDLEMS- TRÄFF

**Den 15 maj har vi
medlemsträff**

**Då kommer vi att få besök
från Apoteket.**

Vi håller till i Folkets hus
i Norrtälje och vi träffas kl
13.00. Ingen anmälan.
Fika finns att köpa.

Räkfrossa 24/9

**Välkommen på räkfrossa
i Orienterarnas stuga vid
Vigelsjö Camping tisdagen
den 24 september kl 18.00.**

Kostnaden är 150 kronor. I det
ingår måltidsdryck. Vill man ha
något annat så går det bra att ta
med sig.

Underhållning i samarbete
med ABF.

Sista anmälningsdag är den
18 september

Anmälan till expeditionen på
telefon nr. 0176-172 72.



**Den 28 maj är
det dags för vår
hemliga resa**

**Vi åker från Norrtälje
kl 10.30 och återkommer
cirka kl 20.30.**

I priset ingår:

- Buss från Norrtälje
bibliotek t/r.
 - Förmiddagskaffe/smörgås
 - Middag.
- Priset är 540 kronor/
medlem.

100 kr extra för icke
medlem.

Anmälan som är bindande
görs till exp. på telefon 0716-
172 72 senast 15 maj.

Dygnskryssning med Cinderella

**Dygnskryssning med Viking
Cinderella 9-10 oktober.**

Buss avgår från Norrtälje bussta-
tion kl 15.00.

I resan ingår:

- Anslutningsbuss t.o.r.
- Dygnskryssning Stockholm-
Mariehamn i vald hytt-
kategori.
- Ett glas mousserande vin.
- Tvårätters skeppsmeny inkl.
två glas vin alt. öl samt kaffe.
- Frukostbuffé.

Pris per person med del i
seasidehytt för två personer 505
kr. Pris i enkelhytt 605 kr.

100 kr mer för icke medlem-
mar.

Samarrangemang med PRO
Resan görs i tillsammans med
Rådmansö-Frötuna PRO.

Sista anmälningsdag 4 sep-
tember.

Anmälan som är bindande
görs till exp. 0176-172 72.

Medtag ID-handling.



Maria Sellin, jurist vid Roslagens sparbank och kommunpolis
Carola Wiklund medverkade vid medlemsträffen.



Medlemsträff med information från Polisen och Roslagens sparbank

**Den 13mars hade vi infor-
mationsträff i Folkets hus
i Norrtälje.**

Kommunpolis Carola Wiklund
informerade bland annat om
trygghetsfrågor.

Norrtälje är förhållandevis
en kommun med lite brottslig-
het. Men det finns ju naturligt-
vis.

Samarbete för ökad trygghet

Hon informerade också om
Trygg i Norrtälje som är ett sam-
arbete mellan polisen, Norrtälje
kommun, Kommunalförbundet
sjukvård och omsorg i Norrtälje,
föreningar, företag, kyrkorna
och andra myndigheter.

Vi pratade också om alla sor-
ter bedrägerier, som förekom-
mer idag via mail, telefon m.m.
och hur vi ska kunna hantera
detta och skydda oss.

Familjerätt

Därefter kom Maria Sellin som
är jurist på Roslagens sparbank.

Hon pratade om familjerätt,
testamente m.m.

Där finns det många saker
att tänka på, och rådet är ju att
ta hjälp när man ska upprätta
handlingar, så att det inte riske-
rar att bli fel.

Det var en intressant ef-
termiddag med mycket nyttig
information.

Gun-Britt Viktorsson



**Jul-
special
2019**

Skuld och gröna skogar – revyresa till Närke

**Den 1 november åker vi till-
sammans med Norrtälje
PRO till Brevens Bruk för
att se SKULD OCH GRÖNA
SKOGAR, nu med julsånger
(Hjalmars Revy).**

Medverka gör bland andra:
Hasse Kvinnaböske Andersson
och Peter Flack.

Vi har 25 biljetter så först till
kvarnen gäller.

I resan ingår:

- Buss från Norrtälje t/r
- 3-rätters brunch + kaffe
- Teaterbiljett
- Bussfika på hemvägen.

Priset för detta är 1 095
kronor för medlem och 100 kr
mer för icke medlem.

Bussen avgår från biblio-
teket klockan 8.30.

Anmälan som är bindande
görs till vår exp. på telefon
0176-172 72 senast den 11
september.



Tack Bosse!

Stort TACK Bosse för din tid som ordförande i SKPF avd 115.

Vid årsmötet den 19 februari valdes jag till ny ordförande. Jag känner mig mycket hedrad inför uppdraget. Men då mina kamrater i styrelsen är mycket duktiga och kompetenta ska vi arbeta för att medlemmarna ska uppleva att de får något bra för medlemsavgiften.

Vi i styrelsen önskar träffa er när vi har våra medlemsmöten, Hemliga resan, Silllunch och andra aktiviteter.

Vi har en Hemsida som ni kan besöka SKPF avd 115. Där kan ni läsa mer. Lämna gärna förslag på något ni anser att vi ska göra. På återseende.

*Med Vänlig Hälsning
Bengt-Arne Åhrberg
Ordförande*

Årsmöte 2019

19 februari hade vi årsmöte. Vi var cirka 50 personer på mötet. Som vanligt var det mötesförhandlingar och val av styrelse. Vi utsåg en hedersmedlem, Rolf Lind, som varit med i styrelsen sedan begynnelsen. Så avtackade vi vår ordförande Bo Kärrström som flyttat till annan kommun. Så önskade vi välkommen till vår nye ordförande Bengt-Arne Åhrberg. Dessutom tilldelades hedersmärken till Bo Kärrström och Cecilia Carlen. Kaffe, te och smörgås samt småkakor bjöds det på. Under tiden underhöll Kent Liden, som varit med i Lars-Kristers orkester, med håll-i-gång låtar från förr. En bra dag.

INBJUDAN

Hemlig resa och Höstresa

Inbjudan till hemlig resa den 27 maj 2019. Avgång från Södertälje torg kl. 7.30. Pris 100 kronor.

När vi ändå är på gång med resor så kommer det att bli en höstresa den 6 september 2019. Denna resa avgår från Södertälje torg kl. 8.30.

Besök på Lasse Åberg museet, sedan kryssning över dagen med Rosella. Där kommer vi att äta lunch och njuta av havsluften innan vi åker hemåt till Södertälje.

Priset är 300 kronor för medlemmar, ej medlem 400 kronor. Dessa anmälningar är bindande. Sista anmälningdag är den 10 maj 2019.

Silllunch med underhållning

Inbjudan till Silllunch 3 juni 2019. Vi träffas i Allhuset i Södertälje kl. 13.00, där vi äter sill och umgås, kaffe och kaka därtill. Underhållning blir det också.

Om du vill ta med en vän får denne betala 50 kronor.

Anmälan senast den 23 maj via telefon, sms eller mail.

Telefontid är måndagar och torsdagar 10-12.

E-post: skpf@maroj.com

Adress till allhuset är Barrtorpsvägen 1 A Södertälje.

Hur man kommer dit: Buss 753 avstigning Vibergen.

Eller buss 751 avstigning Lövtorpsvägen.



Våren är på ingående. I Södra Sverige är påskliljorna sedan länge utslagna.

En minnesvärd dag

Vid senaste månadmötet i Allhuset fick vi besök av demensteamet Jelena och Raija. Dessa berättade på ett trevligt och underhållande sätt om hur våra hjärnor fungerar och om vad som händer vid demenssjukdomar. Väldigt intressant och viktig information. Som avslutning kom Carlinges och sjöng och spelade visor som var fiffigt skrivna av dom själva. Efter som det var semmeldagen bjöds det på kaffe, te och semla.

Handarbetsgrupp

Hör av dig om du är intresserad. Vi träffas på lunaträffen i Södertälje. När... det bestämmer vi senare om det finns deltagare.

Salemdagen

31 augusti arrangeras i Rönninge Skönviksparken varje år Salemdagen. Politiska partier, föreningar, hantverkare med flera, kommer att närvara.

Anmälningssblankett till avd. 115:s Hemliga resa och Höstresa

Jag anmäler mig till hemliga resan..... Jag anmäler mig och ev. en vän till höstresan.....

Namn

Adress

Postadress

Telefon

Anmälan senast den 10 Maj 2019 Skickas till N. Järnvägsg. 3, 153 37 Järna

Svenska Kommunalpensionärerna Södertälje – Nykvarn – Salem

Telefon 070 658 05 87, 070 340 61 89

Måndag 10.00–12.00. Torsdag 10.00–12.00

Postadress: SKPF avd 115, Norra Järnvägsgatan 3, 153 37 Järna

Ordförande: Bengt-Arne Åhrberg. E-post: skpf@maroj.com

Ordförande har ordet

Jag heter Solveig Karlsson och är nyvald ordförande här i vår avdelning i Nynäshamn.

Jag tackar så mycket för förtroendet och ska göra det bästa för oss alla.

Många av er känner mig redan, eftersom jag suttit i styrelsen i sju år. Jag är också reseledare och sitter som ledamot i SKPF:s distriktstyrelse.

Till yrket är jag undersköterska och har jobbat som det i många år.

Då jag skriver detta skiner solen från en klarblå himmel och man kan ana en kommande vår som vi alla längtar till.

Jag hoppas vi ses på våra möten och aktiviteter.

Solveig



Expeditionen är sommarstängd

Sommarstängt från 17 juni. Expeditionen öppnar igen 26 augusti.

Styrelsen önskar trevlig sommar.

Rapport från årsmöte

Årsmötet hölls en kall och snöig dag, men många medlemmar kom trots det till årsmötet i Hantverksgården.

Ordförande för SKPF:s Stockholmsdistrikt, Lars Bromander, valdes till årsmötesordförande.

Resultat och balansräkningen godkändes och styrelsen beviljades ansvarsfrihet.

Ny ordförande

Avdelningens ordförande Gullevi Karlsson Persson avgick, men kvarstår som ledamot.

Till ny ordförande för avd 119 valdes Solveig Karlsson.

Stig Runberg som varit med sedan vi började för 10 år sedan, avgick och avtackades med en blomsterbukett. Stig fick guldnålen ifjol då han avgick som ordförande.

Inga Ahlkvist avgick också och även hon fick en blomma.

Efter mötet underhölls vi av trubaduren Lars Häggström medan vi avnjöt smörgåstårter och kaffe.

Höstmöte 16 oktober

Medlemsträffar under sommar och höst



Rosendals trädgård den 12 juni

Den 12 juni kl.10.00 åker vi med Kerstins Taxi till Rosendals Trädgård.

Avresa från Alkärrsplan via Kullstaplan och eventuellt Ösmo pendeltågs station (busshållplats).

Hemresa cirka kl. 15.00.

Medlemsträff och resa blir inställt vid färre än 15 anmälningar. Priset är 200 kronor och anmälan är bindande.

Anmälan senast 27 maj.



Ösmo plantshop den 19 september

Styrelsen önskar dig en skön sommar och hoppas vi ses på Ösmo plantshop 19 september.

Det går SL-buss och vi ses vid 13-tiden.

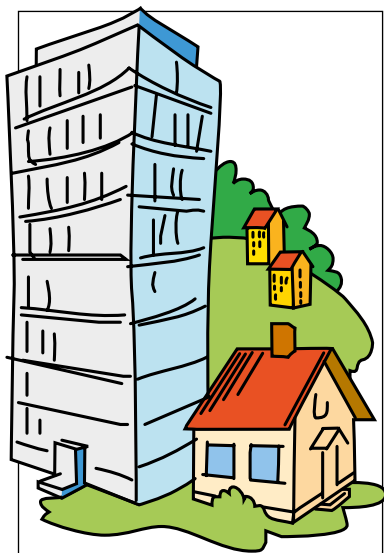
Det går även att åka tidigare och prova på en vegetarisk lunch. Mer information kommer i Veteranerna Nr 3.

Svenska Kommunalpensionärerna Avdelning 119 Nynäshamn

Telefon 073-755 04 63 och 070-959 38 59

Expeditionstid måndag 10.00–12.00.

E-post: nynashamn.avd119@skpf.se



Ditt bostadstillskott - det här gäller

Behöver du hjälp eller råd vad gäller ditt bostadstillskott?

I nummer 2 av tidningen SKPF Veteranerna införde vi för första gången en liten notis med det här innehållet. Föga anade vi då att det fanns ett sådant intresse.

Flera medlemmar har fått hjälp att ansöka om bostadstillskott och någon har till och med fått det godkännat med en retroaktivitet om tre månader. Är pensionen inte så hög gör ett aldrig så litet tillskott i kassan stor skillnad.

Vi gläder oss med den medlem som konstaterade att hon, sedan bostadstillägget beviljats med just tre månaders retroaktivitet, kunde hämta ut både sina glasögon och sin medicin.

Kanske vi alla borde se över om vi missat något vi faktiskt har rätt till.

Jag, som heter Margreth Andersson, finns på SKPF Avd. 2:s expedition måndagar kl. 09.00-12.00 hjälper Dig gärna.

Ring mig på tfn 08-618 35 80.



Rapport från VIKINGALIV

I februari, närmare bestämt på Alla Hjärtans Dag, mötte vi upp ett glatt gäng medlemmar på Djurgården för ett besök på Vikingaliv.

Vi togs emot av en entusiastisk guide som hade runstenar och runskrift som specialintresse. Det visade sig att flera av våra medlemmar delade hans intresse men kanske blev det lite väl mycket runstenar för några av oss andra.

UTSTÄLLNINGEN levandegjorde det vardagliga livet under vikingatiden, hur man bodde



och vad man åt men också hur man bedrev handel, färdades och plundrade. Höjdpunkten för många av oss blev nog

vikingafärden "Ragnfrids saga". Under en 11 minuter lång färd fick vi följa med på en historiskt förankrad berättelse om livet på vikingatiden anno 963.

EFTER NÅGRA LÄRORIKA timmar mitt i vikingalivet har min bild, av hur vikingar som mest bestod av män, "bara reste runt, slogs, drack sitt mjöd och plundrade", i grunden förändrats. Det fanns kvinnor även på den tiden och inte nog med det, de var samhällsbärarna på hemmafronten.

Kultur- och Studiegruppen Avd. 2/
Margaretha Persson

Rapport från besök på Nationalmuseum

En råkall blåsig dag i mars besökte vi, en grupp om 25 förväntansfulla medlemmar, vårt nyrenoverade Nationalmuseum.

Det blev lite svårt att enas om i vilket århundrade vi skulle börja då vi inte beställt visning av samlingarna. Varje århundrade från 1500-talet till 1900-talet har en egen avdelning med samlingar av måleri, skulpturer och konst på papper. Det blir

med andra ord svårt att ta in allt vid ett enda besök och vi valde att dela upp oss i grupper så att alla i möjligaste mån skulle få ta del av det man helst ville se samtidigt som ingen behövde gå ensam.

Vi från kultur- och studiegruppen valde att börja med 1920-talet fram till nutid och de som så önskade följde med oss. Efter 2 intensiva timmars vandring bland muséets konstskatter samlades de flesta av oss till en

välbehövlig kaffepaus i muséets café.

Medan vi vilade våra trötta ben och fötter, delade vi ivrigt våra intryck från besöket och enades om att det är mycket trevligt och stimulerande att tillsammans göra utflykter av det här slaget. På minussidan kan nämnas att muséet inte tar kontanter men så är det dessvärre på de flesta muséer idag.

Kultur- och Studiegruppen Avd. 2/
Margaretha Persson



90 SVENSK
BISAMMENHANG
KONTROLL

RÄDDA LIV

I KRIGETS JEMEN

Swisha till 900 80 04

Din gåva räddar liv i krig och katastrofer



RödaKorset

När du ger en gåva kommer dina uppgifter att behandlas av Röda Korset.
Du har rätt till information om hur dina personuppgifter behandlas. Läs mer på www.redcross.se/personligintegritet

DYGNSKRYSSNING MED VIKING CINDERELLA

Medlemsresa 7–8 oktober

Planera in vår populära medlemsresa! SKPF Avd. 2 inbjuder till dygnskryssning med föreläsningar i Viking Cinderellas konferensavdelning. Vi inleder med välkomstdryck, mingel och underhållning redan en och en halv timme före avgång och fortsätter dag två i konferensavdelningen med underhållande och informativa program och som vanligt gemytlig samvaro. Programmet är ännu inte fastställt men vi kan redan nu informera om att det kommer att innehålla 3 föreläsningar med bl.a. Skärgårdsstiftelsen. Kryssningen börjar med andra ord redan vid kaj den 7 oktober kl. 16.30 och båten avgår mot Mariehamn kl. 18.00.

Middagen intas i á la carte restaurangen kl. 18.00. Efter frukost dag två ses vi åter i konferensavdelningen för tre timmar av nya aktiviteter. Tag tillfället i akt att lära känna den nya styrelsen och bidra gärna med era önskemål och erfarenheter för att vi tillsammans skall utveckla verksamheten. Åter i Stockholm den 8 oktober kl. 15.15.

I priset ingår konferensprogram och därutöver:

- Dygnskryssning Stockholm-Mariehamn enligt vald hyttkategori.
- Tvårätters skeppsmeny inklusive 2 glas vin eller öl.
- Bufféfrukost.
- Buffélunch.

**Skicka in din anmälan till: SKPF Avd. 2, Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten.
Sista anmälningsdag fredagen den 3 september 2019**

Namn

Telefon

Mobil

Adress

Postadress

Personnummer (10 siffror)

Nationalitet

Medföljande medlem/Icke medlem namn, födelseår samt nationalitet

Önskar specialkost _____ Antal portioner _____

Del i hyttkategori Seaside Standard.....medlem 600 kr/ickemedlem 700 kr

Del i hyttkategori Inside Standard.....medlem 550 kr/ickemedlem 650 kr

Enkelhytt kategori Seaside Standard..... medlem 700 kr

Enkelhytt kategori Inside Standard..... medlem 600 kr

ANMÄLNINGSTALONG





LITAUEN

LITAUEN - EUROPAS OKÄNDA PÄRLA

Vi börjar resan till Litauen med båt till Riga, där vi får en guidad tur av Lettlands huvudstad och får höra om de båda ländernas skillnader och likheter. Vi åker sedan vidare genom Lettland till Vilnius.

Redan vid första anblick fångar Vilnius oss med sin charm. Den medeltida Gamla staden, som kallas för stadens hjärta, dignar av vackra buggnader. Arkitekturen är en härlig blandning av gotik och renässans. Under den guidade turen passar vi på att besöka några av stadens 40 kyrkor som alla har sin egen charm och stil.

Vårt hotell ligger längs med Vilnius huvudgata och härifrån kan du enkelt upptäcka staden till fots eller skåda folkvimmel från hotellets uteservering.

Vi besöker orten Trakai, som är en kulturell hemvist för karaimerna. Vi äter en traditionell karaimsk måltid och besöker sedan det praktfulla 1300-tals slottet.

På vägen tillbaka till Riga gör vi ett stopp vid Korskullen. Ingen annanstans i världen hittar du en sådan plats, där ett oräkneligt antal kors har samlats på en plats och omges av så många historier, sägner och fabler. En plats som måste upplevas!

BOKA DIN PLATS PÅ 08-666 33 33
RESDATUM 26 AUGUSTI | 9 SEPTEMBER 2019
PRISEX 5739:- per person

ALLT DETTA INGÅR: båtresa t/r, alla måltider ombord och i land, 2 övernattningsnätter på hotell, alla entrébiljetter samt svensktalande reseledare under hela resan.



PROGRAM

DAG 1

17.00 Utresa från Värtahamnen i Stockholm
Middag ombord

DAG 2

11.00 Ankomst till Riga
11.15 Svensktalande guide väntar med buss i hamnen för vidare resa till Litauen
13.30 Lunch i Bauska, Lettland
19.00 Ankomst till Vilnius
20.00 Middag på hotellet i Vilnius

DAG 3

09.00 Rundtur med buss och till fots med svensktalande guide
12.00 Bussresa till staden Trakai
12.30 Lunch i Trakai
14.00 Besök på slottet i Trakai
20.00 Middag på Mykolo i Gamla stan, Vilnius

DAG 4

08.00 Avresa mot den unika Korskullen
12.00 Lunch vid Korskullen
13.30 Avresa till Riga
15.30 Ankomst till terminalen i Riga
17.30 Fartyget avgår mot Stockholm
Middag ombord

DAG 5

Sjöfrukost ombord
10.30 Ankomst till Stockholm