

**SKPF**  
pensionärerna

# Veteranerna

**Medlemstidning för SKPF distrikt Stockholm • 1 - 2023**

Tillsammans med övriga pensionärsorganisationer  
har SKPF 20 platser i Region Stockholms pensionärsråd:

**Där måste våra behov  
bevakas och våra  
anspråk prioriteras**

Läs mer på sidan 3

## **I ÅRETS FÖRSTA UTGÅVA**

- Tid för årsmöten i våra avdelningar
- Välkommen att delta i distriktets  
alla arrangemang och aktiviteter

**DEBATT: "Sverige får inte bli ett kontantlöst samhälle"**



# Veteranerna

Medlemstidning för  
SKPF distrikt Stockholm

**SKPF**  
pensionärerna

Har du synpunkter på eller idéer till innehållet i din medlemstidning? 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.

**Telefonnummer:** 079-347 13 46  
telefonid måndagar mellan kl. 09:00 – 11:00.  
E-post: distrikt.stockholm@skpf.se

**Ansvarig utgivare:** Margareta Bohman.

**Upplaga:** cirka 22 000 ex.

**Utgivning 2023:** Veteranerna 1, distribuerad senast 23 januari. Veteranerna 2, senast 24 april. Veteranerna 3, senast 22 augusti och Veteranerna 4, senast 28 november

**Produktion:** Sjöstedt Information AB, Västerås.

**Omslag:** Stadshuset, Stockholm.  
Foto: Marie Louis Andersen.

**SKPF Veteranerna trycks** hos Bold Printing Mitt, Sundsvall och distribueras av Bring och PostNord.

**För annonsering kontakta:** Gunilla Wästersjö Michailidis.  
E-post: gunilla.wastersjo.m@gmail.com

**Välkommen** att delta i distriktets samtliga aktiviteter och arrangemang! Som medlem i SKPF Distrikt Stockholm har du möjlighet att delta i aktiviteter som anordnas av distriktets samtliga avdelningar, dvs. Avdelning 2 Stockholm, Avdelning 28 Stockholm, Avdelning 110 Norrtälje, Avdelning 115 Södertälje-Salem-Nykvarn och Avdelning 119 Haninge-Nynäshamn.

## Innehåll

### Avd 2 Stockholm

076-024 50 87 OBS. Läs mer på sid 4.

Kallelse/inbjudan till årsmöte den 16 februari

Om vår viktiga hörsel – den 11 maj

5  
6

### Avd 28 Stockholm

08-641 81 32

Vårens fyra månadsmöten...

...och fyra lika spännande studiebesök/vandringar

8  
9

### Avd 110 Norrtälje

0176-172 72

Välkommen till årsmöte den 15 februari

Resa till Vallonbrukens två storheter

10  
11

### Avd 115 Södertälje

– Salem – Nykvarn

070-658 05 87, 070-340 61 89

Välkommen till årsmöte den 14 februari

Omttyckt medlemsmöte med tänderna i fokus

12  
13

### Avd 119: Haninge-Nynäshamn

073-755 04 63

Kallelse/inbjudan till årsmöte 9 mars

Månadsträffar och inspiration till studiecirkel

14  
15

## Låt oss se framåt och möta 2023 med glädje och förväntan

JAG ÄR NU, EFTER NÅGRA MÅNADERS FRÅNVARO, tillbaka i mitt förtroendeuppdrag som distriktets ordförande. Ett nytt år ligger framför oss då vi nu klarat av jul, nyår och trettonhelg och den planering för 2023 som beslutades på höstmötet ska i möjligaste mån verkställas.



Margareta Bohman  
Ordförande för SKPF  
Pensionärerna,  
Distrikt Stockholm

Stigande inflation med påföljande prisökningar och energiförsörjningsproblem med skyhöga elkostnader som följd har skakat om oss alla mer eller mindre. Dessutom pågår ett grymt och plågsamt krig i vårt närområde. Sammantaget gör detta att det just nu är svårt att hitta den förtröstan och tillförsikt vi alla behöver för att se framåt och möta ett nytt år med glädje och förväntan.

Att mötas under enkla, trevliga förhållanden kan för många vara trösterikt. Min förhoppning är att avdelningarna kan genomföra många sådana möten under våren. Med det vill jag önska er alla God fortsättning på det Nya Året 2023.

*Margareta Bohman*

## ”Sverige får inte bli ett kontantlöst samhälle”

**Många är bekymrade för att kontanta betalningsmedel är på väg att försvinna ur samhället. Allt fler betalningar sker digitalt och för vissa har det gått så långt att de inte ens känner igen de nya mynt som Riksbanken lanserade för sex år sedan. Många affärer och inrättningar tar inte ens emot kontanter som betalningsmedel. SKPF Pensionärerna är med i Kontantupproret för att göra något åt saken.**

Vad är då Kontantupproret? Ett löst sammansatt nätverk av intresseorganisationer, politiker och intressenter. Bakom initiativet står Björn Eriksson, tidigare ordförande i Säkerhetsbranschen, Sveriges rikspolischef och landshövdning i Östergötland. I dag ordförande i Riksidrottsförbundet.

Kontantupproret tycker att det är viktigt att kontanter finns kvar som betalmedel vid sidan av alternativa lösningar och anser att frågan om kontantförsörjningen ska behandlas i en demokratisk process och inte överlåtas åt det privata banksystemet att besluta om.

”Sverige får inte bli ett kontantlöst samhälle”. Vi vill helt enkelt att det ska gå att använda kontanter som betalningsmedel i svenska butiker, säger man från Kontantupproret. När det inte går ställs vissa grupper, framförallt äldre, inför stora problem att ens kunna hantera så enkla saker som att köpa mjölk och bröd. Det blir nämligen allt vanligare att butiker och andra näringsidkare vägrar att ta emot kontanter. Det kan tyckas märkligt när vi alla vet att en tryckt hundralapp är lika mycket värd som en digital. Anledningen är att det är bekvämare, billigare och säkrare för en butik att bara ta emot elektroniska betalningar. De slipper då hantera kontanter och risken för rån minskar avsevärt när det inte finns några fysiska pengar att stjäla. Och faktum är att det är fullt lagligt för en butik att vägra kontanter. Detta är något unikt för Sverige. Något liknande finns inte i andra länder

Det var inte länge sedan MSB, Myndigheten för samhällsskydd och beredskap, gick ut med propån att alla bör ha kontanter hemma som säkerhet när det blir kris. Varför? Jo därför att elektroniska betalningssystem kan slås ut vid strömavbrott eller attacker av olika slag.

Kontantupproret har som långsiktigt mål att alla näringsidkare som säljer produkter till konsumenterna ska vara tvungna att hantera kontanter.

*Lars Bromander*





**Vi som är pensionärer** kommer att ta en stor del av regionens budget i anspråk för vår vård. Det är därför viktigt att vi driver på sjukvårdsfrågor. Våra behov får inte falla bort.

Det är en av slutsatserna i Ulla Jönssons rapport från distriktets utbildningsdag för ledamöter i pensionärsråd inom Region Stockholm.

## Vi bevakar sjukvårds- och trafikfrågor i Region Stockholms olika pensionärsråd

Hälsa- och sjukvårdsfrågor är oerhört viktiga för oss pensionärer! Det var därför huvudtema i den utbildningsdag som distriktets omsorgsgrupp genomförde den 14 december. Inbjudna till utbildningsdagen var de som nu är ledamöter och de som önskar bli nominerade till ledamöter i olika pensionärsråd inom Region Stockholm.

Pensionärsråden består av ledamöter från SPF Seniorerna, PRO, RPG och SKPF Pensionärerna och vårt distrikt har för närvarande 20 platser i regionens olika pensionärsråd.

### Möjlighet till kraftfull påverkan

Pensionärsråden är inte beslutande men utgör en mycket viktig påverkansmöjlighet för oss pensionärer. Där ges information från politiker, tjänstemän och projektledare om alla större sjuk- och hälsovårdsfrågor, färdtjänst- och kommunikationsfrågor och utvecklingsplaner inom regionen och vi själva tar upp olika trafik- och sjukvårdsrelaterade frågor som vi vill uppmärksamma politikerna och nämndernas tjänstemän på. Vi ges på så sätt möjlighet att driva för oss pensionärer angelägna frågor och vi ger inte upp utan driver våra frågor tills de förhoppningsvis får gehör.

### Effekter av valresultatet 2022

Under dagen informerades om SKPF:s organisation, handlingsprogram samt kommande kongress och det blev livliga diskus-

**Artikeln fortsätter på nästa sida >>**

## En ny värld öppnar sig

Njut av skärgården genom stora panoramafönster och unna dig en kryssningsupplevelse utöver det vanliga.

Res 8 eller fler - få rabatt!



## Kryssning med Viking Glory

# 425:-

Prisex per person när två personer delar en Insidehytt.  
Bussanslutning t/r to-sö 390:-

Läs mer och boka på [Vikingline.se](http://Vikingline.se)



Viking Glory trafikerar Stockholm-Åbo t/r varje kväll.



Östersjöns mest prisvärda resor

# - Regionens budget måste räcka för våra behov

> sioner med många frågor inför kongressen i juni 2023 bl a om hur alla vanliga medlemmar kan få inflytande. Därefter informerades om de förändringar i Region Stockholms som blev följden efter valet i september. Regionen fick då en ny politisk styrning genom ett samarbete mellan Socialdemokraterna, Centerpartiet och Miljöpartiet de gröna.

### Ny inriktning för regionen

Regionstyrelsen antog en ny budget den 6 december och arbetar nu enligt en ny politisk plattform "En ny riktning för region Stockholm". Bytet innebär förutom ny politisk styrning och nya budgetprioriteringar också vissa organisatoriska förändringar bl a bildas en ny nämnd för primärvårdsfrågor och det skall utses

ny ordförande för Regionens Pensionärsråd, RPR.

En mindre grupp hade tagit fram ett kompendium som låg till grund för dagens utbildning. Kompendiet var ganska omfattande med t ex det avtal som ligger till grund för samverkan mellan regionen och länets pensionärsorganisationer, regionens nya plattform och texter om vad det innebär att vara ledamot i ett pensionärsråd.

### Att boka vaccination – vad fungerar bra och sämre?

Under dagen genomfördes också ett grupparbete som byggde på en verklig remiss från HSE, Hälso- och sjukvårdsförvaltningen till dess samrådsgrupp. Frågan att diskutera var "Vad är viktigt för äldre personer när de ska boka tid för vaccina-

tion? Vad fungerar bra och vad fungera mindre bra?"

Frågan följdes av en livlig diskussion om appar, telefon-tjänster, drop-in vaccinationer, behov av enkelhet och tillgänglighet, vaccinationsregister, olika vaccinationsbehov för äldre etc. och gav många fina idéer som förhoppningsvis får genomslag framöver.

### Tillgänglighet – ett nyckelord

Slutsatsen blev att det allra viktigaste är tillgängligheten! Det får inte bli så tekniskt att den lilla eller åldrande människan glöms bort. Äldres fingrar hinner inte alltid med i allt knäpande och vi får inte glömma att både syn och hörsel ofta försämras för äldre. Ser och hör du inte till fullo är det mycket svårt att hänga med i dagens höga tempo inom sjukvården.

Det är viktigt att pensionärsorganisationerna bevakar sjukvårdsfrågorna! Medellivslängden väntas öka från 84,7 till 86,6 för kvinnor och från 80,5 till 83,7 för män under perioden 2023-2030. Vi som är pensionärer kommer att ta en stor del av regionens budget i anspråk för vår vård.

### Gör också din röst hörd

Det är därför viktigt att vi är med och både bevakar och driver på sjukvårdsfrågor så att våra behov inte prioriteras ner eller faller bort.

Regionens sjukvårdsbudget måste räcka till för våra behov – därför måste vi både bevaka och göra våra röster hörda!

Ulla Jönsson  
Sekreterare i distrikt  
Stockholm

Webbpris **BUSS + BÅT T/R + UNDERHÅLLNING 130:–**

Ordinarie pris 160:–



Lite mindre,



Lite förmånligare, lika gott!

**VINTERBUFFÉ 240:–**

vid webbokning (ord. pris 260:–)

**Vinterbuffén serveras t.o.m. 23/2.**

Ta bussen till båten!



Du hittar din närmaste hållplats på  
[www.eckerolinjen.se/anslutningsbussar](http://www.eckerolinjen.se/anslutningsbussar)

## Dagskryssning till Åland

Njut av fyra sköna timmar tur och retur med M/S Eckerö på Ålands hav! **Koppla av** till trevlig underhållning i baren, **ät gott** i våra trivsamma restauranger och **handla förmånligt** ombord.

**ECKERÖ LINJEN**

[www.eckerolinjen.se](http://www.eckerolinjen.se) • Telefon 0175-258 00.





**Ordförande**  
**Margareta Boman**  
har ordet

*Tillsammans med avdelning 28 ska vi finna vägar till ett samarbete som leder till trevliga aktiviteter och föreläsningar*

## Det nya året ligger som ett oskrivet blad framför oss

Det är fantastiskt roligt att vara tillbaka efter att jag,

av personliga skäl varit, frånvarande några månader under

hösten. Ett nytt år ligger som ett oskrivet blad framför oss.

Vi ska bland annat försöka utveckla samarbetet med avd. 28 och hitta gemensamma trevliga aktiviteter och föreläsningar.

Dessa aktiviteter ligger utanför avdelningarnas "egna" aktiviteter som presenterades under avdelningens höstmöte i oktober.

Önskar er alla God fortsättning på det Nya Året 2023.

Margareta

## Kallelse och inbjudan till årsmöte 2023

**Torsdagen den 16 februari 2023 kl. 13.00 håller SKPF Avd. 2 årsmöte i Baldersalen, Hägerstensåsens Medborgarhus, Riksdalervägen 2, Hägersten.**

Från kl. 12.00 bjuder vi på lättare lunch och efter avslutade mötesförhandlingar c:a kl. 14.30 serveras kaffe med kaka till en stunds underhållning.

Ur dagordningen:

- Verksamhetsberättelse 2022 och Bokslut 2022
- Revisorernas berättelse samt styrelsens ansvarsfrihet för räkenskapsåret 2022
- Val till styrelsen
- Val av revisorer
- Val av representantskapsledamöter
- Val av valberedning att verka fram till årsmötet 2024.

Anmälan till mötet kan göras under telefontid kl. 10.00-13.00 måndag, tisdag och onsdag på tfn 076-024 50 87 eller

076-008 92 81 samt med e-post till: [stockholm.avd2@skpf.se](mailto:stockholm.avd2@skpf.se)

VI SER FRAM EMOT ERA NOMINERINGAR OCH STYRELSEN VÄLKOMNAR NYA MEDARBETARE!

STYRELSENS NUVARANDE SAMMANSÄTTNING:  
**Ordförande, Margareta Boman**  
*(mandattiden går ut, möjligt omval)*

**Kassör, Benita Rosberg**  
*(1 års mandattid kvar)*

**Ordinarie ledamöter**  
**Margit Hammarström**  
*(mandattiden går ut, möjligt omval)*  
**Margaretha Persson**  
*(mandattiden går ut, ej omval)*  
**Marie Jokio**  
*(1 års mandattid kvar)*  
**Pia Lisell**  
*(mandattiden gå ut, möjligt omval)*  
**Gunilla Wästersjö Michailidis**  
*(1 års mandattid kvar)*

### Ersättare

**Inga Lundvall**  
*(mandattiden går ut, möjligt omval)*  
**Hugo Klappenbach**  
*(mandattiden går ut, möjligt omval)*

TILL FÖLJANDE UPPDRAG BEHÖVER VI NOMINERINGAR:  
**Ordförande** – mandattid 2 år

**Ordinarie ledamöter**  
3 ledamöter – mandattid 2 år

**Ersättare**  
minst 2 ersättare – mandattid 1 år

**REPRESENTANTSKAPSLEDAMÖTER**  
13 ledamöter med mandattid 1 år

**VALBEREDNING**  
Minst tre varav en samman kallande och en ersättare.

Vi emotser era nomineringar snarast och nomineringstiden anses avslutad i samband med att årsmötet inleds.

De nominerade skall vara medlemmar i SKPF Avdelning 2 och tillfrågade om uppdraget. Valberedningen behöver namn och telefonnummer till de nominerade samt uppgift om till vilket/vilka uppdrag de nominerats. Samma person kan nomineras till mer än ett uppdrag.

Nomineringarna skickas i slutet kuvert märkt Valberedningen till: SKPF Avdelning 2 (Valberedningen), Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten

Vi accepterar nomineringar per e-post till: [stockholm.avd2@skpf.se](mailto:stockholm.avd2@skpf.se)

## SKPF Pensionärerna Stockholm

Telefon 076-024 50 87 och 076-008 92 81 mån-, tis-, och onsdag 10.00-13.00

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

E-post: [stockholm.avd2@skpf.se](mailto:stockholm.avd2@skpf.se) | Hemsida: [www.skpf.se/stockholmavd2](http://www.skpf.se/stockholmavd2)

Facebook: SKPF avd 2 Stockholm

### MÅNADSMÖTEN

#### Månadsmöte den 16 mars kl.13.00–15.00

Till årets första månadsmöte har vi bjudit in Familjens Jurist. De kommer bl.a. att informera om nyheter som rör våra medlemsförsäkringar i Folksam.

Livet är fullt av stora beslut där du kan behöva juridisk vägledning. Familjens Jurist är experter på frågor som rör privat- och familjeliv.

I samband med mötet bjuder vi på en lättare förtäring.

**Plats:** Alviks kulturhus, Gustavalundsvägen 168 A, 167 51 Bromma

Anmälan senast 8 mars: stockholm.avd2@skpf.se eller på telefon 076-024 50 87, 076-008 92 81 under expeditionstid.

#### Sillunch/Månadsmöte i Hägerstensåsens Medborgarhus den 20 april kl.13.00

Avd. 2 och avd. 28 inbjuder till en gemensam sillunch inkl. snaps till självkostnadspris.

Vi får även njuta av delar av en manskör som framför vårsånger samt hjälper till med snapsvisorna.

**Plats:** Hägerstensåsens Medborgarhus, Riksdalervägen 2. **Pris:** 75 kr. inkl. mat. Anmälan senast den 6 april via telefon 076 024 50 87 eller 076 008 92 81 under expeditionstid eller via epost: stockholm.avd2@skpf.se  
Betaling senast den 10 april



(se särskild ruta för betalningsinstruktioner).

## Om vår viktiga hörsel

**Avd. 2 och avd. 28 har ett gemensamt månadsmöte, torsdagen den 11 maj kl. 13.00**

**Visste du att** den som fyllt 60 år rekommenderas att testa hörseln vartannat år? Att höra dåligt kan vara påfrestande för relationen till vänner och familj då det lätt uppstår missförstånd. Det kan leda till att den som hör dåligt blir socialt isolerad och ärden största påverkbara riskfaktorn bakom utvecklandet av demens.

Med hjälp av hörapparater och andra hjälpmedel kan du höra bättre och minska hörselnedsättningens negativa konsekvenser.

**Vi hälsar Maria Öjmertz, från Hörselskadades distrikt i Stockholms län, välkommen för att informera oss om hur vi ska agera när vi upptäcker hörselnedsättning hos oss själva eller en anhörig. Vilka hjälpmedel har vi rätt att erhålla?**

**Anmälan senast** den 4 maj till 08-641 81 32 under expeditionstid eller per e-post. **Lokal:** Tellus, Lignagatan 8, Drakenbergs salen. (Vid Hornstull) **Ingen kostnad.** SKPF bjuder på kaffe med dopp.



## KULTUR- OCH STUDIEKOMMITTÈN – TVÅ SPÄNNANDE OCH GUIDADE BESÖK

### Guidat besök på Tumba Bruksmuseum

Vi får en guidning om pappers-tillverkningen på bruket och om papprets historia.

Räkna med att besöket kan ta upp till 2–3 timmar om man vill gå runt och titta på bruksområdets övriga hus som t.ex. Oxhuset, Spruthuset med flera, vilka rymmer utställningar om hur människorna levde på bruket.

Kaffe/te och smörgås i brukets café ingår.

**NÄR:** Torsdagen den 16 mars kl. 12:00

**VAR:** Sven Palmes väg 2, Tumba

**KOSTNAD:** 75 kr för medlem,

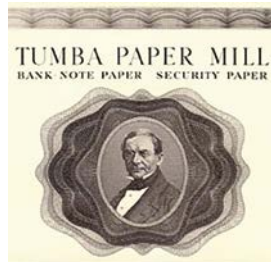
150 kr för medföljande icke medlem.

**Obs!** Begränsat antal deltagare

Anmälan måste vara oss till handa senast den 6 februari. Se separat ruta om anmälan och betalning.

Avvakta med betalning tills du fått bekräftelsebrev från oss. Bekräftelsen kommer ca 14 dagar innan besöket. Välkomna!

*Kultur & studiekommittén  
Margaretha och Hugo*



### Guidat besök på Vikingamuseet



Kom med oss till en av historiens mest mytomspunna perioder VIKINGATIDEN.

Entré, guidning, äventyrsfärd "Ragnfrids saga" och fika i museets restaurang med kaffe och bulle ingår.

**Torsdag den 13 april kl. 13:00** Vikingamuseet, Djurgårdsvägen 48. **Obs!** Begränsat antal deltagare.

**Kostnad:** medlem 100 kr, medföljande ej medlem 200 kr.

Anmälan måste vara oss till handa senast den 13 februari. Se separat ruta om anmälan och betalning. Avvakta med betalning tills du fått bekräftelsen som kommer ca 14 dagar innan besöket. Välkommen!

*Kultur & studiekommittén  
Margaretha och Hugo*



## RAPPORTER FRÅN RESOR



Vi stötte vi ihop med Tant Grön, Tant Brun och Tant Gredelin.

### Julmarknad

Första söndagen i advent samlades vi vid Cityterminalen för en utflykt med buss till Sigtuna och stadens omtalade julmarknad.

Den välordnade marknaden erbjöd allt man kan tänka sig inför den stundande julhelgen. Ost, korb och lax i alla tänkbara former och såklart godis i mängd. röror. Efterrätts-/gottebordet

Nöjda med dagen jämförde vi våra erfarenheter på bussen hem och när vi närmade oss Cityterminalen önskade vi varandra God Jul och Gott nytt År.

*Resekommittén Inga och Pia*



Ett välsmakande julbord, dock från annat tillfälle.

### Julbord ombord

Säsongsinfluensan och en ny våg av Corona smitta hade slagit till igen med många återbud som följd.

Trots detta kom vi ändå iväg med närmare 40 resenärer.

Bussen från Cityterminalen följde med oss ombord på Rosella så vi slapp trängas med övriga resenärer när vi gick ombord.

Stämningen var på topp under hela resan och det blev en riktigt trevlig resa som avslutning på 2022 års aktiviteter.

*Resekommittén  
Inga och Pia*

## Rutiner för anmälan och betalning till våra aktiviteter

Anmälan till våra aktiviteter, som är bindande, sker under expeditionstid måndag-onsdag kl. 10-13, till tel. 076-024 50 87 eller 076-008 92 81 alternativt med e-post till "stockholm.avd2@skpf.se" eller med vanlig post till, SKPF Avd. 2, Störtloppsvägen 12, 129 47 Hägersten. Ange tydligt namn, personnummer/medlemsnummer och telefonnummer avseende alla deltagare du anmäler.

Betalning sker till bankgiro 5471-4696. Vänligen ange i meddelandefältet ditt namn och vilken aktivitet betalningen avser.

*Vid anmälan till aktiviteter med begränsat antal deltagare, avvakta bekräftelse innan du betalar in avgift.*

Om måltid ingår i aktiviteten måste den som har speciella önskemål ifråga om maten meddela detta vid anmälan.

Undrar du över något kontakta oss på telefon eller e-post enl. ovan.

## Avdelning 2 har Swish

Förutom bankgiro 5471-4696 finns nu ytterligare en möjlighet att betala aktiviteter som avd 2 anordnar. Swish-numret är 123 563 45 30.

OBS! Glöm inte att ange vem och vad betalningen avser.

Planera in  
vår populära  
medlemsresa!

## Dygnskryssning Cinderella 3-4 maj 2023

SKPF Avd. 2 inbjuder till dygnskryssning med föreläsningar i Viking Cinderellas konferensavdelning. Vi går ombord kl. 16.00 och inleder med välkomstdryck och mingel i konferensavdelningen en dryg halv timme före avgång. Middag serveras i restaurang Seaview kl.17.30. Dag två fortsätter i konferensavdelningens auditorium med underhållande och informativt 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 c:a en kvarts paus mellan varje föreläsning.

Kryssningen börjar med andra ord redan vid kaj den 3 maj 16.00 och båten avgår mot Mariefhamn kl. 17.00. Åter i Stockholm den 4 maj kl. 14.00

I priset ingår konferensprogram och därutöver:

- Dygnskryssning Stockholm-Mariefhamn enligt vald hyttkategori
- Tvårätters skeppsmeny inklusive 2 glas vin eller öl
- Bufféfrukost

### Kostnad

Del i hyttkategori Seaside Standard:

medlem 650 kr/icke medlem 947 kr

Del i hyttkategori Inside Standard:

medlem 594 kr/icke medlem 867 kr

Enkelhytt kategori Seaside Standard:

medlem 813 kr/icke medlem 1 186,50 kr

Enkelhytt kategori Inside Standard:

medlem 744 kr/icke medlem 1 086,50 kr

Vid anmälan vänligen ange medlemsnummer/personnummer, telefonnummer vi kan nå er på, vald hyttkategori samt nationalitet. Vid anmälan av icke medlem ange namn, födelseår (4 siffror) samt nationalitet. Ange även eventuella allergier.

**Anmälan måste vara oss tillhanda senast den 20 mars och resan betalas senast den 25 mars.**



## Ordföranden har ordet

Tiden går fort och även jul- och nyårshelgerna. Nu är vi redan inne i år 2023. Efter alla om- tumlande händelser den senaste tiden undrar man vad det nya året kommer att erbjuda.

Något positivt i denna mörka årstid är att garantipensionen och bostadstillägget höjdes vid årsskiftet.



Regeringen har nyligen meddelat att det högkostnadsskydd som utlovades till hushållen den 1 november

nu planeras att utbetalas först i februari. De elkunder som berörs är vi som finns i elområde 3 och 4. Stödet kommer att betalas ut med automatik. Ingen ansökan behövs.

I skrivande stund rasar Covid, säsongsinfluensan och RS-virus för fullt. Folkhälsomyndigheten rekommenderar att vi äldre ska vaccinera oss en till två gånger per år mot Covid. Var och en må avgöra om man vill vaccinera sig mot Covid och influensan. Det viktiga gaste är att vi gör vad vi kan för att skydda oss.

Avslutningsvis vill jag önska er alla en God Fortsättning på det nya året och hoppas att vi ses på någon av de aktiviteter som vi anordnar.

Lars Bromander

## MÖTEN

### Månadsmöte torsdagen den 9 februari kl 13.00

Årets första månadsmöte med tema "Kost för seniorer" berör måltider, maträtter och näring.

Om det vi äter eller inte äter, kosten och kosttillskott samt vad man kan tänka på

som senior. Detta informerar Leif Kindblom om och bjuder på några smakbitar till det.

Plats: Tellus fritidscenter, Lignagatan 8, Drakenbergssalen. (vid Hornstull)

Pris: 25 kr inkl kaffe med dopp.

Anmälan senast den 2 februari till 08-641 81 32 under expeditionstid eller per epost. Betalning senast den 6 februari.

### Kallelse till årsmöte 2023

Avdelning 28:s årsmöte äger rum torsdagen den 2 mars kl 13.00.

Dagordningen innehåller bland annat:

- Verksamhetsberättelse för 2022
- Revisorernas berättelse
- Frågan om ansvarsfrihet för styrelsen

- Val till styrelse
- Val av revisor
- Val av valberedning

Plats: Tellus fritidscenter, Lignagatan 8, Drakenbergssalen. (Vid Hornstull)

Dagordning inklusive verksamhetsberättelse för 2022

delas ut på mötet.

Ingen kostnad, vi bjuder på en lättare förtäring samt underhållning. För vår planering vill vi ha **din anmälan senast den 23 februari** till 08-641 81 32 under expeditionstid eller per epost.

Välkomna!

### Månadsmöte/sillunch torsdagen den 20 april kl 13.00

Avd 2 och avd 28 inbjuder till en gemensam sillunch inkl. snaps till självkostnadspris. Vi får även njuta av delar av en manskör som framför vårsång-

er samt hjälper till med snapsvisorna.

Plats: Hägerstensåsens Medborgarhus, Riksdalervägen 2.

Pris: 75 kr. inkl. mat.

Anmälan senast den 6 april till 08-641 81 32 under expeditionstid eller per epost.

Betalning senast den 10 april.

### Avd 2 och avd 28 har ett gemensamt månadsmöte om vår viktiga hörsel, torsdagen den 11 maj kl 13.00

Visste du att den som fyllt 60 år rekommenderas att testa hörseln vartannat år?

Att höra dåligt kan vara påfrestande för relationen till vänner och familj då det lätt uppstår missförstånd.

Det kan leda till att den som hör dåligt blir socialt isolerad och är den största påverkbara riskfaktorn bakom

utvecklandet av demens. Med hjälp av hörapparater och andra hjälpmedel kan du höra bättre och minska hörselnedsättningens negativa konsekvenser.

Vi hälsar Maria Öjmertz, från Hörselskadades distrikt i Stockholms län, välkommen för att informera oss om hur vi ska agera när vi upptäcker

hörselnedsättning hos oss själva eller en anhörig. Vilka hjälpmedel har vi rätt att er- hålla?

Anmälan senast den 4 maj till 08-641 81 32 under expeditionstid eller per e-post.

Lokal: Tellus, Lignagatan 8, Drakenbergssalen. (Vid Hornstull) Ingen kostnad. SKPF bjuder på kaffe med dopp.

#### Anmälan till aktiviteter och betalning

Anmälan till våra aktiviteter, som är bindande, sker under expeditionstid kl 10-12, helgfria torsdagar, till tel 08-641 81 32. OBS. Det går inte att anmäla

sig till aktiviteter via telefonsvaren. Du kan anmäla dig via epost "stockholm.avd28@skpf.se". Ange då namn, personnummer och telefonnummer. OBS. Vid anmälan till aktiviteter med begränsat antal deltagare,

avvakta bekräftelse innan du betalar in avgift. 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 meddela detta vid anmälan.

Vi kommer att förlägga våra möten i olika lokaler, dessa anges under respektive inbjudan till aktivitet.

## SKPF Pensionärerna Stockholm

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

Hemsida: [www.skpf.se/stockholmavd28](http://www.skpf.se/stockholmavd28) • Telefon 08/641 81 32

Expeditionen är öppen torsdagar 10.00-12.00

e-post: [stockholm.avd28@skpf.se](mailto:stockholm.avd28@skpf.se) • Facebook: SKPF Avd 28, Stockholm



## STUDIEBESÖK/VANDRINGAR

### Studiebesök på Fjärilshuset, Hagaparken i Solna, onsdag 22 mars 2023

Studiebesök på Fjärilshuset, Hagaparken i Solna, onsdag 22 mars 2023

Välkommen till en levande regnskogsupplevelse med fritt flygande fjärilar samt grodor, papegojor och andra djur. Se hajar och revfiskar i det stora havsakvariet. Vi har en guide som berättar och visar vad vi ska uppmärksamma runt omkring oss. Har vi tur får vi vara med om matning av fiskarna.

Vi avslutar med en fikastund tillsammans. SKPF bjuder på



kaffe/te. Önskas kaffebröd står var och en för den kostnaden.

Vi träffas i entrén till Fjärilshuset, Hagaparken, kl 12.45 (guidning kl 13.00). Anmälan senast den 16 mars via telefon under expeditionstid eller per e-post.

Pris för medlemmar 75 kr, icke medlemmar 170 kr, max 20 personer. Betalning senast 20 mars. SKPF bjuder på guidning.

Buss 57 från Sergels torg mot Frösundavik, stig av vid Haga Norra, gå ca 600 m.

### Promenad i Norra Djurgårdsstaden tisdagen den 4 april 2023

Vi samlas klockan 13.00 vid busshållplatsen "Drevergatan" i Norra Djurgårdsstaden. Ta buss nr 6 eller nr 75 från Ropsten (tunnelbanan) eller från innerstaden. Vi tittar på Gasverkets kvarstående byggnader och på den nya bebyggelsen. Vi avslutar vid Storängstorget, där det finns restauranger och ett konditori för dem som önskar. Vår guide är Mats Rehn.



Ingen kostnad. Anmälan senast 30 mars via telefon under expeditionstid eller per e-post.

### Vandring med guide i "Stockholm under Andra Världskriget" 4 maj kl 13.00

Det är oroliga tider i världen, som det var under Andra världskriget. På den här vandringen återvänder vi till krigstidens Stockholm, en mötesplats för diplomater, spioner, flyktingar m.fl. Vi stannar till vid några av husen och platserna som rymmer krigshistoria och tar bl.a. del av några sorgliga människöden.

Ingen kostnad. Anmälan senast 27 april via telefon under

expeditionstid eller per e-post.

Tid: Kl 13.00, samling utanför Gamla Stans tunnelbanestation, uppgången mot själva Gamla Stan Mälartorget och vi avslutar på Östermalm, nära Humlegården.

Vandringen tar ca 2 timmar men det är inga tunga trappor eller större stigningar.

Guide: Roland Berndt, pensionärsvandrarföreningen Wednesday Walkers, Stockholm.

### Vandring runt sjön Trekanten i Liljeholmen onsdagen den 24 maj 2023

Vi träffas klockan 13.00 utanför Liljeholmens tunnelbanestation (utgång mot Tvärbanan) och vandrar sedan (ca 2 km) runt den lilla vackra fågelsjön Trekanten. Ledare är Siv Karlsson. Efter vandringen kan vi ta en fika uppe på Liljeholmstorget.

Vid dåligt väder ställer vi in vandringen och försöker eventuellt en annan dag. Ange därför ditt telefonnummer vid anmälan så vi kan nå dig.

Ingen kostnad. Anmälan senast 11 maj via telefon under expeditionstid eller per e-post.

## RESA

### Den 8 juni planerar vi för en dagsresa, mer information i nästa nr av Veteranerna.

## Konstcirkel våren 2023

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



övriga 200 kr. Max 15 personer.

Ev. entréavgifter betalas av var och en.

Vi träffas 5 ggr under våren med början tisdagen den 7 mars. Vår första träff blir ett museibesök och vi kommer då att planera för vårens program med deltagarnas idéer/förslag.

Pris: 100 kr. för medlem,

Anmälan, som är bindande, skall göras senast den 23 februari under expeditionstid via telefon 08-641 81 32 eller per e-post. Avvakta bekräftelse innan du betalar avgiften.

## RAPPORT



### Trevlig julbordsresa med Eckerölinjen

Den 7 december anordnade avd 28 sin årliga julbordsresa, denna gång med Eckerölinjen. En tidig buss till Grisslehamn, vi njöt av några timmar på

båten med kaffe och smörgås, möjlighet till att handla, lyssna på musik samt avslutade med ett härligt julbord.

## Ordförande har ordet

God fortsättning på det nya året.

Hoppas att alla haft en fin jul- och nyårshelg och varit friska trots alla förkylningar och virus som härjat runt.



En ny-årsönskning vore ju att vi ska slippa alla krig och lidande för människor.

Vi får se fram mot

2023 och hoppas på det bästa.

Nu kör vår avdelning igång olika aktiviteter.

Nytt för i år är att vi börjar med månadsmöten, som har olika tema.

Det står att läsa mer i tidningen om detta.

Kom ihåg vårt årsmöte den 15 februari, då styrelsen m.m. ska väljas.

Glöm inte att nominera och de som nomineras ska vara tillfrågade.

Vi i styrelsen tar tacksamt emot förslag på aktiviteter.

*Eva*

## Bokcirkel

Vi läser klart boken Vänligheten av John Ajvide Lindqvist under vårterminen och avslutar med promenad och lunch.

Detta gör vi i samarbete med ABF  
*Anne och Irene*



## Årsmötet 2023

**Tid: 15-e februari kl 13.00**

**Plats: Folkets hus i Norrtälje**

Ur dagordningen:

- Val av styrelse och revisorer
- Ansvarsfrihet för styrelsen
- Verksamhetsberättelse för 2022
- Bokslut för 2022

Det är därför också dags att nominera till styrelse och andra uppdrag.

- Ordförande till styrelsen på 2 år
- 2 ledamöter till styrelsen på 2 år
- 3 ersättare till styrelsen på 1 år
- 1 revisor till styrelsen på 2 år
- 2 revisorsersättare på 1 år
- 3 valberedare på 1 år

Alla är välkomna att nominera till de olika uppdragen. Kom ihåg att den du nominerar ska vara tillfrågad.

Vi vill ha din nominering till expeditionen senast den 1-a februari 2023.

Märk kuvertet: Valberedningen.

### Underhållning/förtäring

Vi kommer att ha underhållning och förtäring. Ingen kostnad.

Årsmötet görs i samarbete med ABF.

Anmälan till årsmötet görs senast den 8-e febr. på tel.nr 0176-17272.

Det finns telesvar.

Välkomna!

## Information om Kommunala Pensionärsrådet (KPR)

Vi har inte haft något möte i Kommunala pensionärsrådet som planerat under hösten, då ordföranden har av sagt sig

sina uppdrag i kommunen. Men det är meningen att det ska återupptas i början på januari. *Eva*

## Information om våra månadsmöten

Vi inför nu månadsmöten under första halvan av året.

Vi ersätter det som vi förut har kallat för medlemsträffar och som vi har haft 4-6 gånger om året.

### Utvärderar

Efter juni så kommer vi att göra en utvärdering för att sen besluta om hur vi ska

ha det under andra halvan av året.

### Olika tematan

Vi kommer att ha olika teman.

Vi bjuder på kaffe och smörgås.

Du kan läsa om våra månadsmöten på sidan intill denna.

## VÄLKOMMEN TILL VÅRA MÖTEN

### Månadsmöte i februari

Välkommen torsdagen den 9-e februari kl.13.00 till Folkets Hus i Norrtälje.

Vi får besök av en representant från Folksam som kommer att informera oss om våra försäkringar som vi har genom SKPF och om nyheter som händer med start 2023.

Vi bjuder på fika. Anmälan till expeditionen senast 1-a februari på telefonnummer 0176/172 72 eller till e-post norrtalje.avd110@skpf.se

### Månadsmöte i mars

Den 9-e mars kl 13.00 har vi månadsmöte i Folkets Hus i Norrtälje.

Vi kommer att ha mannekänguppvisning från några av Norrtäljes klädesaffärer.

Vi bjuder på fika.

Sista anmälningsdag är den 6-e mars på tel. nr. 0176/172 72. Vi har telesvar.

### Månadsmötet i april

Vi ses i Folkets Hus den 13-e april kl.13.00.

Vi kör en Musikquiz och en överraskning.

Vi bjuder på fika.

Anmälan senast den 6-e april till vår exp. på telefonnummer.nr. 0176/17272.

Det finns telesvar.

*Välkomna*

**SKPF Pensionärerna Stockholm**

Telefon 0176/172 72

E-post: [norrtalje.avd110@skpf.se](mailto:norrtalje.avd110@skpf.se)

Onsdagar 10.00 -12.00

Besök gärna vår hemsida

[www.skpf.se/avdelningar/distrikt-stockholms-land/norrtalje-avd-110/](http://www.skpf.se/avdelningar/distrikt-stockholms-land/norrtalje-avd-110/)



## SKPF kommer till er i Hallstavik

Vi träffas på Blirrens café den 1-a februari kl 13.30.

Kom och hör vad vår förening har att erbjuda.

Vi bjuder på fika.

Anmäl till vår expedition på tel.nr. 0176-17272.

Det finns telesvar.

## SKPF kommer till er i Rimbo

Vi träffas på Café Chocolate den 20-e februari kl 13.30.

Kom och hör vad vår förening har att erbjuda.

Vi bjuder på fika.

Anmäl till vår expedition på tel.nr. 0176-17272.

Det finns telesvar.

Välkomna

Styrelsen



## Silllunch den 4 april

Välkomna till silllunch den 4-e april kl 13.00.

Som vanligt håller vi till i Orienterarnas lokal i Vigelsjö.

Kostnad för det är 130 kr och då ingår lättöl och vatten.

Vill man ha nåt starkare i glaset kan man ta med sig själv.

Vi har även underhållning som sker i samarbete med ABF.

Sista anmälningsdag är den 29-e mars på tel.nr 0176/172 72 .

Det finns telesvar. Välkomna!

## RAPPORTER FRÅN VÅRA AKTIVITETER



## Medlemsträff i november

Den 15-e november hade vi en välbesökt medlemsträff.

Evi-Britt Björk som har jobbat många år inom blomsterbranchen kom och lärde oss att binda kransar, göra julgrupper, binda buketter m.m.

Det var väldigt fina och vackra saker hon gjorde, men ändå inte allt för svåra att göra.

Det gäller ju att kunna hitta på och upptäcka hur mycket vackert man kan göra, utav ganska enkla saker.

Efter hennes demonstration

så serverades vi kaffe och smörgås. Så hade Sara Magnusson knåpat ihop ett quiz, som var lite knivigt med väldigt roligt.

Ett litet pris till de som kom etta och tvåa.

Så blev det lotteri på några utav blomsterarrangemangen som Evi-Britt hade skapat.

Det blev några lyckliga personer som gick hem med dessa vinster.

Det var en trevlig träff i höstmörkret.

*Gun-Britt*



## Luciafirande i Folkets Hus

Den 15-e december hade vi vårt årliga luciafirande i Folkets hus i Norrtälje.

Vi började med lite värmande glögg, och det kändes bra, för det var en av de kallaste dagarna.

Därefter serverades det gröt, skink- och ostsmörgåsar, dricka, kaffe och pepparkaka.

I bakgrunden spelade vi julmusik.

Så kom Lucian med sitt följe. Det var Roslagsskolans musikklass. Det var lucia, tärnor och stjärngossar som sjöng så stämningsfullt och vackert.

Fantastiskt duktiga.

Efter det så kom tomten med julklappar till oss.

Det var ett mysigt firande som gav lite julstämning.

*Gun-Britt*

## RESA till Vallonbrukens två storheter

Den 28 mars har vi planerat en resa till Österbybruk och Dannemora gruva.

Idag finns här världens enda fungerande vallonsmedja och i området finns ett helt 1700-talssamhälle.

Vi serveras förmiddagsfika med kaffe och smörgås vid ankomsten.

Därefter blir det bussguidning med lokal guide.

Vi kommer att åka genom gruvsamhället Dannemora där gruvan gav förutsättningar för de uppländska brukens storhet.

Vidare åker vi till Sveriges största sammanhängande ekskogar.

Resan fortsätter vidare till Lövstabruk. Där ska vi inta lunch på värdshuset.

Sedan blir det visning av herrgården.

Vi åker egen buss från Norrtälje bibliotek.

Bussen avgår kl. 8.30 och vi beräknas vara tillbaka i Norrtälje ca kl. 17.00.

Priset för denna resa är 1025 kr.

Anmälan som är bindande vill vi ha senast den 10 mars på tel.nr 0176-17272 eller E-post: norrtalje.avd110@skpf.se

Betalning senast den 21-a mars till bankgiro: 5923-6141 eller

Swish 123 4005864

OBS! Vi måste bli minst 20 personer för att genomföra resan.

## Bowling

Välkommen att prova bowling i bowlinghallen på Vårgatan 1 i Norrtälje på onsdagar mellan 14.00-15.00

Vi startar upp onsdagen den 1-a februari kl.14.00

Ring och anmäl er till vår exp. på tel. nr. 0176/17272 senast 25-e januari så vi kan boka banor.

*Anne*





## Ordförande har ordet

Hej alla medlemmar!

När jag skriver dessa rader har vi avverkat både jul och nyår.

Det har varit ett mycket tragiskt år 2022.

Först starten på kriget i Ukraina som ju fortfarande pågår och sedan alla skjutningar i Södertälje och i hela Sverige. Det är otroligt att inte föräldrar, skolan och samhället fått ordning på dessa ynglingar.



Vid några tillfällen har jag hört polisledningen och kommunens före detta säkerhetschef Anna Flinck informera om den organiserade brottsligheten i Södertälje vilken har stor spridning i många familjer och företag.

**Så får jag påminna om Årsmötet den 14 februari kl. 13.00 i Allhuset.**

Till det mötet måste ni nominera ordförande, kassör, tre ordinarie ledamöter. Två ersättare samt en revisor och en ersättare för revisor. Min förhoppning är att Årsmötet ska kunna välja en fungerande ny styrelse. Ni medlemmar har undrat varför vi inte lämnat några datum för Hemliga resan och andra aktiviteter. Men vi önskar att den nya styrelsen ska besluta om vad som ska göras för medlemmarna.

Vi ses på Årsmötet.  
Hjärtligt VÄLKOMNA!

*Bengt-Arne Åhrberg*



## Regnet öser ner - sparktävling för de äldre

**God fortsättning på det nya året 2023. Nej se det snöar, nej se det snöar...Va? Regnet det bara öser ner.**

Detta är ett avslut på 2022 och börjar likadant 2023. Hur klär man sig. T-shirt eller tjocktröja?

### När vinter var riktig vinter

Annat var det när jag var barn. I Jämtland var det vinter när det var vinter. Vi åkte skidor, skidtävling där jag både blev etta och jumbo, p.g.a. att jag var den enda deltagaren i min årsklass som 6-åring.

Min kompis ett år äldre, var med där. Det var flera deltagare. Hon vann men hon fick inte första pris som var nya skidor. De gick i stället till en deltagare från en familj med dålig ekonomi, som behövde skidorna bättre.

Min kompis fick en pall. Så var det då och sådant glömmar man inte.

Samma dag var det sparktävling för de äldre. Våra morfäder

var med, där fick alla pris. Det var Snoddas-keps och en falukorvsring. Alla åkte sparkstötting på den tiden. Vi barn satte ihop allas sparkar till ett långt släptåg.

Oj vad det gick undan i den stora backen vid skolan. Att stå längst bak var bäst. Då kunde man hoppa av när det gick för fort. Sittande på sparken i mitten fick man hänga med till hela färden avslutades i en snödriva.

### Hundspann och skoter

Nu är det hundspann som kan liknas med hur det var i vår barndom. Snöskoter kunde väl ingen tro kunde finnas. Och nu är det inte bara nyttofordon utan som nöje för turister i fjällen.

Mycket är förändrat och många saker är helt naturligt att äga idag.

Ungdomar i dag är förvånade över att internet inte fanns på 60-talet.

*Vid pennen  
Inga-Britt*



## SKPF Pensionärerna Stockholm

Måndag och torsdag 10.00-12.00 Telefon 070 658 05 87

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

E-post: [skpf@maroj.com](mailto:skpf@maroj.com)



# Hjärtligt välkommen till årsmöte den 14 februari

**Styrelsens funderingar om framtiden för SKPF avdelning 115 fortsätter. Vad ska det bli av avdelningen?**

*Vår förhoppning är att det ska lösa sig på något sätt. Vi önskar alla hjärtligt välkomna till ÅRSMÖTE den 14 februari 2023 kl. 13:00. Då bjuder vi på förtäring och underhållning. Sista anmälningsdag är 6 februari 2023.*

Som vi efterlyst att få nya styrelsemedlemmar i vår avdelning har ännu ej gett fullt resultat.

Vi har dock två som visat intresse. För att vi ska kunna fortsätta måste det finnas ordförande, kassör, sekreterare samt ledamöter.

Distriktet består av 5 avdelningar. Så måste det vara för att bland annat medlemstidningen ska kunna vara kvar. Det är ett sätt för att alla ska kunna ta del av information, rapporter med mera.

Att ha tidningen i pappersformat anser vi vara viktigt. För vi är en generation som inte är så bekväm med det digitala budskapet.



Tandhygienisten tog tillfället i akt och visade lite hjälpmedel som bidrar till en god munhygien.

## Medlemsmöte med besök av en tandhygienist

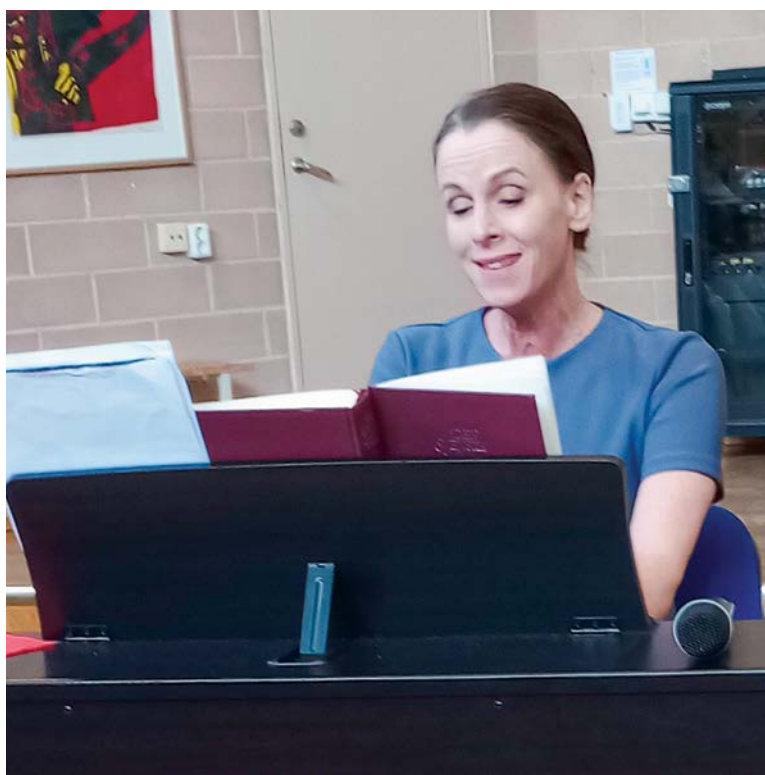
**Medlemsmöte hölls den 16 november 2022. En tapper skara anslöt sig till Allhuset. Vi blir så glada när ni visar intresse för vad vi kan erbjuda på ett månadsmöte.**

Denna gång hade vi äntligen fått besök av en tandhygienist efter flera försök till detta. En genomgång av värdet att ha sina tänder i gott skick. Att inte kunna tugga maten gör att man inte vill äta, och känner inte

glädjen av en måltid. Det kan så småningom ge näringsbrist och orkeslöshet. Vi bör alla beställa tid hos tandhygienist och göra en genomgång av mun och tänder.

De som har problem med muntorrhet, proteser, implantat kan få hjälp och goda råd av hygienisten.

En god hälsa gör att man kan delta i vardagen som man tycker om och trivs med.



Julsånger framfördes av Viktoria Hjulström, sångerska från Södertälje.

## Lucia firades även 2022

Sankta Lucia firas varje år. På grund av mer spridning av covid-19 beslöt vi att inte ha ett Luciatåg med barn- och ungdomar. Vi är många äldre och sköra.

Vi fick i alla fall höra julsånger som framfördes av vår

sångerska från Södertälje Viktoria Hjulström. Det var mycket uppskattat. Till detta bjöds på jullandgång och julmust.

Avslutades med kaffe och kakor och lotteri. Vi fick en bra dag i Allaktivitetshuset. Tack alla ni som kom.



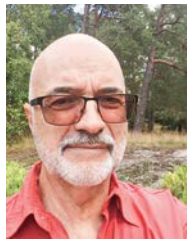
St: a Ragnhilds kyrka vid Torget i Södertälje är en naturlig mötesplats för många av stadens inneboende genom sitt centrala läge och generösa öppettider. Med sin fina byggnadsstil har den även uppmärksammats av besökare på orten. Med anor från 1200-talet har den en spännande historia. En riktig pärla i Södertälje.

## Ordföranden har ordet

God fortsättning på det nya året. Enligt vår kalender går vi mot ljusare tider vilket jag personligen tycker känns bra. Ljusare tider kan ju innebära så mycket mera, fred, minskad arbetslöshet, dämpad inflation, billigare el, mat, bättre pensioner, rimliga boendekostnader, fler åtgärder för att stärka pensionärernas ekonomiska situation, satsningar mot ofrivillig ensamhet, ja listan kan göras

bra lång. I regeringens första budget tolkar jag senfärdighet i agerande. D.v.s. inga förbättringar utan snarare försämringar också för regioner och kommuner då för lite pengar avsätts vilket direkt bl.a. innebär sämre omsorg för oss äldre! Frågan är, vad kommer regeringen leverera?

En av flera anledningar till att vara med i vårt förbund SKPF pensionärerna är att vi



Göran Nilsson

genom medlemskapet har möjlighet att påverka. Det är viktigt att vårt förbund tillsammans med andra pensionsorganisationer fortsätter att lyfta våra frågor på alla plan.

Förbundet är öppet för alla pensionärer men bildades ursprungligen av tidigare anställda i kommuner och landsting och inom förbundet finns fortfarande stor kunskap och erfarenhet av sjuk- och omsorgsarbete.

Det är ni medlemmar med den erfarenheten som vet varför vi måste trycka på regeringen så att de avsätter mer pengar än nu budgeterat till de förbättringar som krävs för att anställda i omsorgen ska orka arbeta kvar i bättre anpassad organisation där fler vill arbeta. Ett viktigt arbete för en tryggare, säkrare och mer jämlik omsorg över hela landet.

Därför är det viktigt att ni sinsemellan och på kommande möten diskuterar och tar fram förslag till styrelse och repre-

## KALLELSE TILL ÅRSMÖTE 2023

**Torsdagen den 9 mars 2023 håller SKPF Avd. 119 Haninge-Nynäshamn sitt årsmöte.**

**Tid: kl. 14-16**

**Plats: Bygdegården Västerhaninge, Stationsvägen 15, 137 38 Västerhaninge**

### Ur dagordningen:

- Verksamhetsberättelse 2022 och Bokslut 2022
- Revisorernas berättelse samt styrelsens ansvarsfrihet för räkenskapsåret 2022
- Val till styrelsen
- Val av revisorer
- Val av representantskapsledamöter
- Val av valberedning att verka fram till årsmötet 2024

Inbjuden till mötet är Johan Stavfors som kommer från SKPF:s kansli och mötet avslutas i sedvanlig ordning med något ätbart.

Avdelning 119 leds för närvarande av en styrelse där posterna som kassör och ordinarie ledamot tillsatts av distrikts-

styrelsen. Det är vår förhoppning att vi vid årsmötet 2023 skall kunna lämna över till en stadgeenligt av medlemmarna vald styrelse.

### STYRELSENS NUVARANDE SAMMANSÄTTNING

- Ordförande: Göran Nilsson (1 års mandattid kvar)
- Kassör: Benita Rosberg (tillsatt av distriktsstyrelsen)
- Ordinarie ledamot: Gunilla Wästersjö Michialidis (tillsatt av distriktsstyrelsen)
- Ersättare: Gottfrid Green (möjligt omval)

### VI SER FRAM EMOT ERA NOMINERINGAR OCH STYRELSEN VÄLKOMNAR NYA MEDARBETARE!

Vi behöver nomineringar till följande uppdrag.

Styrelseledamöter:

- Kassör (mandattid 2 år)
- Ordinarie styrelseledamot (minst en med mandattid 2 år)
- Ersättare (minst en med mandattid 1 år)



Välkommen på årsmöte i Bygdegården Västerhaninge.

Styrelsens kassör väljs separat och måste därför nomineras specifikt för detta uppdrag.

Minsta möjliga styrelse måste bestå av ordförande, kassör, en ordinarie ledamot och en suppleant.

Samma person kan nomineras till flera poster men givetvis bara väljas till ett uppdrag.

**Representantskapsledamöter:** 4 ordinarie (mandattid 1 år)

### Valberedning:

3 ordinarie varav en sammanställande samt en ersättare (mandattid 1 år)

De nominerade skall vara medlemmar i SKPF Avdelning 119 Haninge-Nynäshamn och tillfrågade om uppdraget. Valberedningen behöver namn och telefonnummer till de nominerade samt uppgift om till vilket/vilka uppdrag de nominerats. >>>

## SKPF Pensionärerna Stockholm

Telefon 079-323 08 88. Expeditionstid måndag 10.00–12.00.

E-post: [nynashamn.avd119@skpf.se](mailto:nynashamn.avd119@skpf.se) Hemsida: [www.skpf.se/haninge-nynashamnvd119](http://www.skpf.se/haninge-nynashamnvd119)



sentanter i pensionsråd samt röstar fram era representanter på årsmötet. Tillsammans är vi starka!

Vi börjar årets verksamhet med att fortsätta diskutera om möjligheter till studier i cirkelform på Jannis Café i Nynäshamn. Jag tycker vi fick väldigt fina diskussioner senast med Andrea Jacobsson från ABF som också ställer upp denna gång.

Vi tog/tar även upp övriga idéer till kommande verksamhet från er. För er som

inte har möjlighet att åka till Nynäshamn har vi även bokat in Andrea till Västerhaninge bibliotek. Välkomna till fria diskussioner om vår verksamhet.

I verksamhetsdialogen ingår förslag till resmål! Efter våra möten med "ABF" så ska vi ha sedvanligt årsmöte på Bygdgården i Västerhaninge.

Se aktuell information/fakta om respektive möte i avsedd "ruta" gällande möten, anmälningar etc.

*Göran Nilsson*

## fortsättning KALLELSE TILL ÅRSMÖTE 2023

» Nomineringarna skickas i slutet kuvert märkt Valberedningen till: SKPF Avdelning 119 (Valberedningen), Stadshusplatsen 3, 149 30 Nynäshamn

*Vi accepterar nomineringar per e-post:  
nynashamn.avd119@skpf.se*

Vi har möjlighet att till styrelsen adjungera medlemmar som är intresserade av ett eventuellt framtida styrelseuppdrag. Det är den bästa möjligheten att pröva ett styrelseuppdrag, ta del av vad som krävs och sätta sig in i arbetsuppgifterna innan man tillträder uppdraget.

Är du intresserad av att pröva på ett framtida styrelseuppdrag eller kanske bara vill hjälpa den framtida styrelsen med vissa arbetsuppgifter så kontakta oss på tfn 079-323 08 88 en måndag mellan 10.00-12.00 eller skicka ett e-postmeddelande till:

**Anmälan till mötet kan göras per tfn 079-323 08 88 eller per e-post till: [nynashamn.avd119@skpf.se](mailto:nynashamn.avd119@skpf.se)**

**Senast den 23 februari.**

*Styrelsen: Göran Nilsson, Benita Rosberg, Gunilla Wästersjö Michailidis och Gottfrid Green.*

### ÖVRIGA MÖTEN

Västerhaninge bibliotek, våning 2. Centrumvägen 7, 137 38 Västerhaninge

**Måndag 13 februari kl.14**

**Inbjuden: Andrea Jacobsson från ABF.**

Anmälan till mötet kan göras per tfn 079-323 08 88 eller per e-post till: [nynashamn.avd119@skpf.se](mailto:nynashamn.avd119@skpf.se)

**Senast den 6 februari vill vi ha din anmälan.**



## MÅNADSTRÄFFAR PÅ JANNIS CAFÉ

Första träffen 2023 aviserade vi redan i förra numret av tidningen SKPF Veteranerna

Vi träffas på Jannis Café vid Stadshustorget kl. 14.00 och Andrea Jacobsson från ABF är inbjuden för att hjälpa oss att starta studiecirkel. I övrigt fikar, umgås och samtalar som

man själv önskar. Kaffet bjuder avdelningen på, kaffebröd står var och en för.

**Väl Mött!**

*Övriga datum för månads-träffarna på Jannis Café fram till nästa nummer av vår tidning: 28/2, 28/3 och 25/4.*

## STARTA EN STUDIECIRKEL!

Studiecirkel är en mycket bra verksamhet där vi kan lära känna varandra och umgås under trevliga former.

I samverkan med ABF har vi medlemmar möjlighet att lära oss något nytt tillsammans i en studiecirkel. Vi kan genom ABF få hjälp att starta studiecirkeln och få hjälp med lokal/alternativt genomföra den på distans.

### Hitta en cirkelledare

Ni föreslår ämnet ni vill studera. Studiecirkeln kan vara lokalt i närhet där ni bor, vilket är bra då vår avdelning är stor geografiskt och lokalt förlagd verksamhet gör det lättare för medlemmarna att delta.

Ni behöver utse en cirkelledare som leder cirkeln. Obs! Cirkelledare är inte nödvändigtvis detsamma som lärare



utan mer som en cirkeldeltagare med uppgift att hålla ihop gruppen.

### Enkla regler

Förutsättning för studiecirkel är att den ska ha minst tre träffar, minst tre deltagare inklusive cirkelledaren och ha minst 9 studietimmar (en studietimme = 45 minuter).

Fundera över vad ni är intresserade av att lära er och kontakta oss per e-post: [nynashamn.avd119@skpf.se](mailto:nynashamn.avd119@skpf.se) så planerar vi tillsammans hur vi ska komma igång.

*Göran Nilsson*



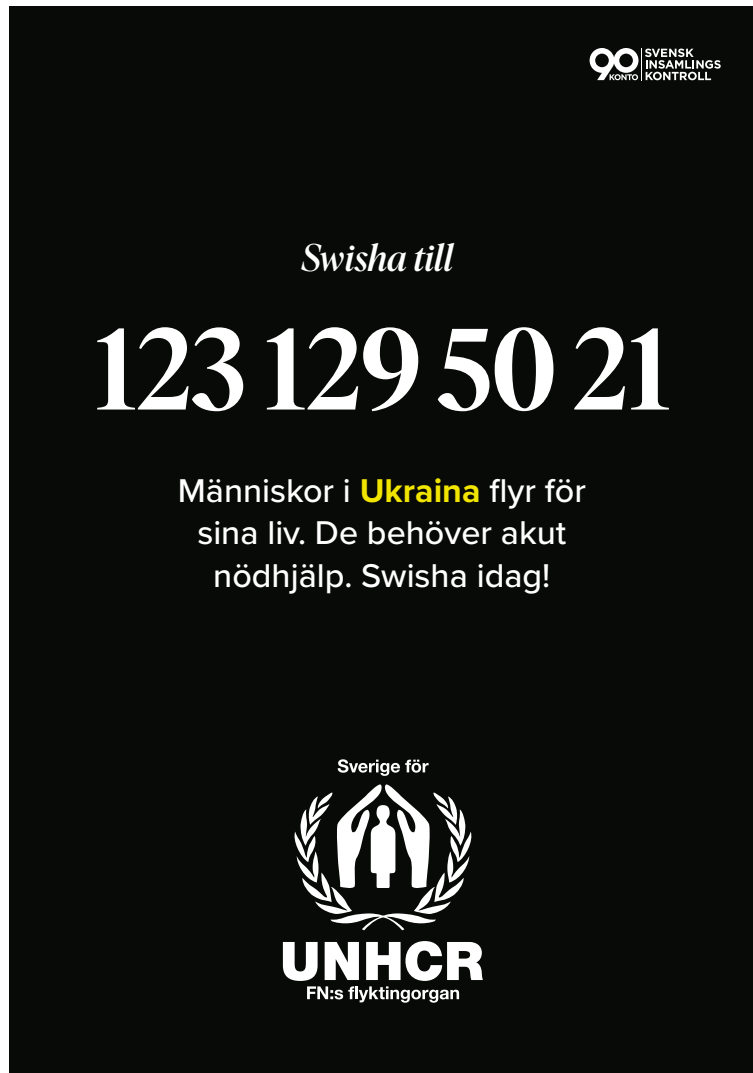
**Modernt och tillgängligt för alla.**

Nu ska pendeltågen bli modernare! Det kommer innebära vissa förändringar för dig i behov av rampservice. För oss är det viktigt att pendeltågen är trygga och tillgängliga för alla.

Förändringar gällande rampservice:

- Ansvaret för assistans med rampservice kommer flyttas från tågvårdar till SL-personal.
- Resenären meddelar behov av rampservice vid servicedisken/spärrkiosken.
- Information om rampservice kommer uppdateras i stationshuset och på perrongen.
- Din färdväg och kontaktpuppgifter (frivilligt) kommer dokumenteras för en säker och trygg resa.
- Det kommer vara lättare att förboka din rampservice genom ett digitalt formulär.

Läs mer om rampservice i pendeltågstrafiken på [sl.se](https://sl.se) eller ring 020-120 20 22 om du vill fråga om tillgängligheten på din resa.




90 SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL

*Swisha till*

# 123 129 50 21

Människor i **Ukraina** flyr för sina liv. De behöver akut nödhjälp. Swisha idag!

Sverige för



**UNHCR**  
FN:s flyktingorgan



**STÄRK  
BARNENS RÖST!  
BLI MEDLEM NU**

 Ridda Barnen



**SKPF:**  
pensionärerna **Veteranerna**  
Medlemstidning för SKPF distrikt Stockholm • 2 • 2023

**Nästa utgåva  
av Veteranerna  
kommer 24 april**