

SPF-KALENDERN Våren 2010

Anmälan till arrangemang görs på SPF:s expedition tel 690 45. Sid = sida i SPF-Nytt 2010-1.

<u>Datum</u>	<u>Dag</u>	<u>Tid</u>	<u>Verksamhet och plats</u>	<u>Anmälan</u>	<u>Sid</u>
Mars					
5	fred	13.00	Lunch Restaurang Chapeau d'Or		27
8	månd	14.00	Kafé Björken. Om "Melkers" i Falun		27
15	onsd	14.00	Kafé Björken. Falu Evergreens spelar.		27
17	onsd	13.30	Månadsmöte: Christer Gruhs, informerar om Dalarnas Tidningar		5
22	månd	14.00	Kafé Björken.		27
29	månd	14.00	Kafé Björken.		27
April					
7	onsd	13.30	Studiebesök. Världsarvet Falu Gruva	ja	5
7	onsd	14.30	Dans o nostalgisk musikunderhållning. Lokal: Dribblers, Folkets hus		20
7	onsd	13.30	Träffpunkt Smedjan. Cittranerna.		27
9	fred	13.00	Lunch Restaurang Chapeau d'Or		27
10-11	lörd- sönd		Resa arr av SPF Borlänge: Trandansen vid Hornborgasjön. Anmälan till Borlänge. Se sid 7.		6-7
11	sönd	15.00	SPF Kafé på Britsarvsgården.		27
12	månd	14.00	Kafé Björken.		27
14	onsd	13.30	Månadsmöte: Ann-Britt Åsebol - om personer av betydelse i hennes liv.		5
19	månd	14.00	Kafé Björken.		27
22	torsd	10.00	Skogsvandring. Hällaförrådet.		20
24	lörd	9-tiden	Resa: OD:s vårkonsert i Uppsala.	ja	7

26	månd	14.00	Kafé Björken. Cittranerna.		27
29	torsd	10.00	Skogsvandring. Preem-macken vid Jungfrurondellen.		20
Maj					
5	onsd	12.00	Vårlunch på Sågmyra herrgård. Info om Sågmyras historia	ja	5
6	torsd	10.00	Skogsvandring. Parkeringen Rottnebyskogen.		20
7	fred		Lunch Restaurang Chapeau d'Or		27
10	månd		Start Golf. Nybörjar- och fortsättningskurs	ja	19
20	torsd	10.00	Skogsvandring. Sjulsarvet.		20
27	torsd	10.00	Skogsvandring. Lilltorpet.		20
Juni					
10	torsd	11.00	Resa: Lustspelet "Herrgårdslif" vid Högbo Bruk.	ja	7
13	sön	8.30	Resa: Komedin "Sista dansen" på Stadsteatern i Stockholm.	ja	8
15/6- 17/6	tisd- torsd	Ca 6.45	Resa arr av SPF Borlänge: Konstresa Oslo – Köpenhamn. Anmälan till Borlänge. Se sid 8.	ja	8
Juli					
15	torsd	8.00	Resa: Guidad kryssning på Hjälmare kanal.	ja	9
Aug					
6/8- 15/8	fred- sönd		Resa arr av SPF Ludvika: Till Tyrolen. Anmälan se sid 10.	ja	10
8	sönd		Resa: Operan La Bohème på Skäret utanför Kopparberg	ja	9
Sept					
29/9- 1/10	onsd- fred	14.00	Resa: Les Misérables på Svenska Teatern i Åbo.	ja	10



Anlita en erfaren fönsterputsare

Ring Anderssons i Falun:
023-290 80

Anderssons
Städ Fönsterputs AB

www.anderssons.com

BRUKARRÅDEN

Brukarrådets uppgift är att vara en länk mellan befolkning och hälso- och sjukvården. Det finns ett råd vid varje vårdcentral. SPF:s representanter vill gärna ha ***Dina synpunkter på vården vid Din vårdcentral*** att framföra i vårdcentralens brukarråd. ***Kontakta oss!*** Vi är följande:

<i>Vårdcentral:</i>	<i>Representant:</i>	
Grycksbo	Lars-Erik Hultgren	407 08
	Elisabet Hellberg, <i>ersättare</i>	510 60
Britsarvet	Karin Olausson	339 05
	Birgit Kvarman, <i>ersättare</i>	208 79
Tisken	Laila Holgersson	136 79
	Harriet Engström, <i>ersättare</i>	156 54
Norslund	Sonja Schnürer	328 61
	Ulla Jansson, <i>ersättare</i>	178 88
<i>Samordnare:</i>	Karin Olausson	339 05

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET (KPR)

Rådet är ett organ för samråd, ömsesidig information och ett forum för utbyte av tankar och idéer mellan Falu kommun och företrädare för pensionärsorganisationerna.

Kommunen ska informera/samråda med KPR om sin verksamhet, planerade förändringar, redovisa resultat av olika åtgärder. KPR är remissorgan i vissa samhällsplaneringsfrågor i kommunen.

SPF:s uppgift i KPR är att tillvarata medlemmarnas intressen i bl a budget-/flerårsplaner, boendefrågor, hemtjänst och omsorg, olika former av bidrag.

SPF:s representanter i KPR är:

<i>Ordinarie:</i>	Sven Carlsson	697 20	Kerstin Stafås, <i>sammankallande</i>	147 55
	Karl Henriksson	229 22	Karin Michols	253 98
<i>Ersättare:</i>	Urban Björn	391 31	Elisabeth Ottervald	640 78
	Elisabeth Hallemark	201 77		

VÄNTJÄNST

I väntjänsten kan Du finna en medmänniska som vill vara till hjälp och sällskap. Det kan gälla ”småtjänster” i hemmet, sällskap på promenader eller olika aktiviteter, läkarbesök, smakråd vid klädinköp, skjuts till SPF-möten för den som inte har färdtjänst, och annat som kan höja livskvalitén.

Hör av Dig till någon av oss. Kontakt förmedlas också av SPF:s expedition, tel 690 45 (expeditionstider se sid 2).

Innerstan

Majt Boström 264 91
Per Olof Hedlund 334 69
Anna Lundquist 073-038 92 68
Margareta Mårtensson 324 14

Britsarvet & Östanfors

Ann Lagerby 174 95

Lustigknopp

Ragna Neuman 721 00 75
Marianne Rennel 171 78
Carin Swartling 214 61
Göran Swartling 214 61

Samuelsdal

Henny Johansson 171 27

Främby

Inga-Britt Andersson 288 44

Norslund

Gun Eriksson 221 85
Bo Lindberg 331 55

Stenslund

Viola Lundbäck 283 62

Haraldsbo

Mona Croné 212 80

Hälsingberg

Margareta Dunkars 341 75

Hälsinggården

Marianne Häggblom 336 42
IngaLill Sundbrandt 329 02

Hosjö

Birgitta Leksell 322 70

Slätta

Marianne Larsson 612 72

Bjursås

Elisabet Hellberg 510 60
Elsa Wigert 550 41

Vill Du också bli väntjänstare?

Du behövs verkligen.

Manliga sådana behövs också.
Ger du hjälp, stöd och glädje får
du det tillbaka!

Ring Gun Eriksson, tel 221 85.

Har Du hörselproblem?

Vill Du diskutera dem med mig?

Jag är SPF:s hörselombud
och hjälper Dig gärna.

Välkommen att kontakta mig!

Inga-Britt Andersson, tel 288 44

Har Du synproblem?

Jag är SPF:s synombud och kan
hjälpa Dig med kontakt och tips
om synhjälpmedel. Ring mig gärna!
Anna Lundquist, tel 073-038 92 68



Den första fredagen i varje månad kl 13,
från den 5 februari till den 4 juni 2010,
kan Du äta lunch tillsammans med andra SPF:are på
Restaurang Chapeau d'Or.
Ingen anmälan behövs!
Titta efter SPF:s bordsflagga – där sitter vi.

Anhörigstöd

Omvårdnadsförvaltningen i Falu kommun arbetar aktivt med stöd till Dig som vårdar en anhörig i hemmet. Man erbjuder:

- * Anhöriggrupper
- * Anhörigträffar
- * Anhörigvårdarkort
- * Avlösning
- * Avlösningsplatser/växelvård
- * Brukartelefon
- * Dagverksamhet
- * Larm

Har Du **frågor** om anhörigverksamheten, kontakta **Anhörigsamordnaren** eller **Biståndsenheten** via kommunens växel, tel 830 00.

SPF Falubygden är representerade i en Referensgrupp för Anhörigstöd, som arbetar med utveckling av anhörigstödet genom *Kerstin Stafås* och *Ann Lagerby*.

Träffpunkter

Falu kommun ordnar **Träffpunkter** för äldre på **Britsarvsgården, Källegården** i Svärdsjö och **Smedjan**. **Alla är välkomna!**

Träffpunkten fungerar som en mötesplats för äldre som bor kvar hemma och erbjuder sociala aktiviteter och vill stimulera alla sinnen och förebygga isolering.

SPF Falubygden kan påverka programmen genom Aktivitetsråden för Träffpunkterna. SPF representeras i Aktivitetsrådet för Britsarvsgården genom *Marianne Häggblom*, tel 336 42, och för Smedjan genom *Ann Lagerby*, tel 174 95.

Söndagen den 11 april har SPF:s väntjänst kafé med underhållning på Britsarvsgården, i stora matsalen.

Slink in till Kafé Björken!

Vallmansgatan 1, måndagar kl 14.00–16.00.

Vi startar igen den 25 januari och fortsätter t o m den 26 april 2010.



Där kan vi ha en trevlig samvaro – spela sällskapsspel, lyssna till högläsning eller musik (Falu-cittranerna, Falu Evergreens m fl) eller bara dricka en kopp kaffe eller te för 20 kr med hembakat bröd och umgås och ha trevligt.

Ring en väntjänstare för sällskap dit (se föregående sida)