



AKTIVISTEN

Den aktiva pensionärstidningen för medlemmar i
SPRF avd 20 Boden

Nummer 3 Årgång 2011



Japanska bron över Bodån från omkring 1950-talet

Vi berättar om höstens program för studiecirklar, resor, radiosändningar
och månadsträffar.

Vill Du veta mer om vår förening?

Vi har öppet hus på onsdagar 1300-1400.

På vår hemsida www.sprfavd20.se finner Du alltid det senaste.

Du kan även besöka oss på Facebook.

Ordförande har ordet

Som de flesta känner till, är det inte längre aktuellt med ett samgående mellan SPF och SPRF. Många av de som under närmare två års tid slitit hårt med frågan, tycker att det är mycket tråkigt. Samarbetet med SPF lokalt har däremot redan inletts. Vi är överens om att utveckla samarbetet med att ordna olika aktiviteter som kan intressera medlemmarna.

En viktig uppgift de närmaste åren är att även utveckla medlemsnyttan för våra medlemmar i alla åldrar. För de pensionärer som står utanför föreningslivet, vill vi tydliggöra den stora samhörigheten och den sociala gemenskapen som våra sammankomster ger.

Vi anser att det är viktigt att vi pensionärer aktiveras på ett eller annat sätt. Det medför att vi lever längre och är friskare. Goda matvanor och ett aktivt liv ger förutsättning för god hälsa och välbefinnande.

Vi arbetar vidare med att förbättra villkoren för pensionärer. Detta arbete hade en början men har egentligen inget slut. Dessutom kräver det både målinriktning och långsiktighet.

Vi anstränger oss för att ta väl hand om medlemmarna och att uppfylla förväntningarna på medlemskapet. Vi vill att medlemmarna ska uppleva nyttan i det vi åstadkommer främst i form av social gemenskap och aktiviteter.

Studiecirkelledare!

SPRF behöver fler cirkelledare. Du som är intresserad av detta och framförallt att leda cirklar som

- vardagsjuridik
- data
- slöjd/svepaskar
- du saknar ledare för

Ring till C-H Dahlin

0921-19616 alt 070-3946700

eller e-post: c-h.dahlin@telia.com

RESOR hösten 2011

Resor med övernattningar.

10—14 september

Kryssning Stockholm — Tallin

15—16 oktober

Distriktsfest i Luleå

26—29 (alt 19—22) november

Bingolotto i Göteborg med en tur till Ullared.

Reseledare är

Bert och Gunvor Selström

tel 0921-64074 alt 070 6407404.

Intresseanmälan kan göras direkt.

Vänta ej för länge eftersom våra resor brukar vara fullsatta.

Ta gärna med en vän!

RESOR hösten 2011

Dagsresor

15 november till IKEA

Se annonstidningen EXTRA för mer information om resorna, och ev ändring av datum!

Anmälan till Bert och Gunvor

Selström tel 0921-64074 alt 070 6407404.

I AKTIVISTEN:s redaktion ingår: Lisa Forslund, Håkan Nilsson, Christer Henriksson,
 Ansvarig utgivare: Hans Pettersson.
 Grafisk form/layout/foto Tage Jacobson

SPRF Verksamhetsplan 2011
Träffar på Å-Center

18 augusti	Månadsträff
2 september	SPRF-dagen
	Surströmming m dans
13 oktober	Älgeköttsoppa
20 oktober	Månadsträff
17 november	Månadsträff
15 december	Jullunch

Träffarna börjar kl 1400 på Å-Center om inte annat anges i annons.
Läs mer i EXTRA bladet på onsdagar.

Skördefesten 26—28 augusti.
Vi skall baka mjukkakor under skördefesten. Vi behöver mycket folk och där kan Du hjälpa till. Det finns alltid något som Du kan. Vi behöver folk till att göra deg, kavla, grädda, bära ut och sälja. Vi kommer att baka i 2 skift varje dag.
Anmäl DIG snarast till Irene 19232 eller Gunvor 64074.
Och så har vi trevligt!
Tillsammans.

Distriktsfest LULEÅ 15-16 oktober

Program 15 oktober
1300 Information
1900 Middag
Program 16 oktober
0900 Guidad rundtur.
Förbundsordförande
Jöran Rubensson deltar.
Kostnad /person ca 850 kr, middag, resa o övernattning ingår.
Tillägg för enkelrum tillkommer.
Anmälan till 0921-64074 alt 0706407404 senast 1 september

Styrelsemöten 2011
Plats: Johannesgatan 1 B
Tid: 0900 — 1200

2011-08-10, 2011-08-30, 2011-10-04, 2011-11-08, 2011-12-13.

Mässa för dagens och morgondagens pensionärer.
För Dig som tänkt bli äldre!

BODEN ARENA
2011-10-07 10—16.
2011-10-08 10—16.
Livet leker med
Lust & Upplevelser
Vardag & Fest
Miljö & Boende
Hälsa & Utveckling.
FRI ENTRÉ

ÖPPET HUS

SPRF har ÖPPET HUS på Johannesgatan 1B på ONSDAGAR 1300 - 1400, dock ej i anslutning till storhelger, sommar- och juluppehåll. Du är välkommen att ställa frågor, titta på bilder och få information från en styrelseledamot.

Vi bjuder på fika!

Kommunala Pensionärs Rådet.

Dess syfte är att:
- förstärka inflytande i alla frågor som gäller pensionärer
- verka så att pensionärernas synpunkter beaktas i nämndernas verksamhetsplanering
- vara remissorgan i frågor som berör pensionärer

Utbud av studiecirkelklar hösten 2011

Cirkel	Ledare	Telefon	e-post	Starttid	Plats
Data/nybörjare	Håkan Nilsson	0921-56497	f.hakan.v.nilsson@telia.com	2011-09-27 0800	SV Almgatan 4
Foto i dator/fullteknad	Åke Wasikkaaja	0921-53508	ake.wasikkaaja@bredband.net	2011-09-27 1300	SV Almgatan 4
Data/Internet/Mail	Alf Stenlund	0921-65651	alf.stenlund@comhem.se	2011-10-12 1300	SV Almgatan 4
Bildbehandling	Håkan Nilsson	0921-56497	f.hakan.v.nilsson@telia.com	2011-11-08 1300	SV Almgatan 4
Slöjd/träarb	Sixten Wahlberg	0921-19232	sixten.wahlberg@bdtv.se	2011-09-07 0900	Hobbylokal
Slöjd/knivar/nyb	Lars Dahl	0921-55707	-	2011-09-06 1200	Hobbylokal
Slöjd/svepaskar	om ledare kan ordnas	0921-19616		e.s.o	
Slöjd/träsvarv	Sune Nordin	0921-18140	sune.nordin1@comhem.se	2011-09-05 0900	Hobbylokal
Körsång	Alf Lindgren	0921-15790	alf.lindgren@telia.com	2011-09-06 1500	Åcenter
Vävning	Olga Nordin	0921-18140	olga.nordin@comhem.se	e.s.o	Hobbylokal
Mötesteknik/styrelse	Rolf Strand	0921-18641	sprfavn20.boden@telia.com	2011-08-09 0900	SPRF-lokal
Höstarbete/stickning	Gunvor Selström	0921-64074	092164074@telia.com	2011-09-07 0900	Hobbylokal
Äldre i trafiken	Tord Laestadius	070-5229210	thord.laestadius@bredband.net	2011-10-10 1300	SV Almgatan 4
Social samvaro/Gymnastik	Else-Maj Sundqvist	0921-17614	-	2011-09-02 0930	Åcenter
Radiosändning	Eberth Gustafson	0921-16471	eberth@globalnet.net	2011-09-05 1000	SPRF-lokal
Friskvård/stavgång	Sixten Wahlberg	0921-19232	sixten.wahlberg@bdtv.se	2011-10-03 1000	Kvarnängen
Trafikkuns/cykel i trafik	Rolf Strand	0921-18641	sprfavn20.boden@telia.com	Pågår	Kvarnängen
Social samvaro/boule	Rolf Strand	0921-18641	sprfavn20.boden@telia.com	Pågår	Kungsbroparken
Social samvaro/boule	Birgitta Holmberg	0921-65565		Pågår	Kungsbroparken
Social samvaro/boule	Vera Åström	070-3341298	vera.astrom@hotmail.com	Pågår	Kungsbroparken
Social samv/simteknik	Göta Hansson	0921-73220	-	2011-09-01 1030	Nordpoolen
Tenetrådsarbeten	Siv Edin	0921-64412	siv_edin@telia.com	2011-09-15 0900	SPRF-lokal
Revy	Lars-Åke Lidström	0921-18596	lars-ake.lidstrom@telia.com	2011-09-12 1300	Åcenter

Studieorganisations C-H Dahlin när Du telefon 0921-19616 Mobil 0703946700

Och e-post c-h.dahlin@telia.com

Vår samarbetspartner i studiefrågor
Studieförbundet Vuxenskolan



E.s.o = Besked lämnas
vid anmälan till cirkeln



Utbud av studiecirkel hösten 2011

Cirkel	Ledare	Telefon	e-post	Starttid	Plats
Att komma ihåg!	Rolf Strand	0921-18641	sprfavd20.boden@telia.com	2011-10-04 1300	SPRF-lokal
Vardagsjuridik	Om ledare kan ordnas	0921-19616	c-h.dahlin@telia.com	e.s.o	SV Almgatan 4
Släktforskning intro 3 ggr	Björn Fredriksson	0921-65315	bjorn.fredriksson@egonet.se	2011-08-31 1300	Råbäcksgården
Bygga gårdsgård	Sixten Wahlberg	0921-19232	sixten.wahlberg@bdtv.se	Pågår	Erikslund
Grunderna i bridge	Tord Lindberg	0921-16447	e.ek@bredband.net	2011-09-29 1300	Bridgelokal
Rekrytering/PR	Tage Jacobson	0921-55950	tagejacobson@gmail.com	2011-08-22 1330	SPRF-lokal
Engelska nybörjare	Clas-Göran Lund	0921-56252	cegelund@gmail.com	2011-09-13 1300	SPRF-lokal
Konsthantverk	Britt-Inger Söderman	070-2478283	Hemtelefon 0921-209242	2011-09-05 1800	Stationsgatan 2
Mediateknik	Hans Pettersson	0921-56466	hans.b.pettersson@telia.com	2011-09-04 1300	SPRF-lokal
Knyppling	Inga-Britt Strand	0921-50416	keib@telia.com	e.s.o	Hobbylokal
Säkerhet i vardagen	Hans Pettersson	0921-56466	hans.b.pettersson@telia.com	e.s.o	SPRF-lokal
Trädgård/kolonilott	Hans Pettersson	0921-56466	hans.b.pettersson@telia.com	e.s.o	
Skrivarcirkel	Ivar Eliasson	0921-15963	ivar.helena@bdtv.se	2011-09-20 1300	SPRF-lokal
Vin och mat	Clas-Göran Lund	0921-56252	cegelund@gmail.com	e.s.o	
Arkivarb/Boden Radio	Tage Jacobson	0921-55950	tagejacobson@gmail.com	e.s.o	
Att vara/bli pensionär		0921-19616	c-h.dahlin@telia.com	e.s.o	
Kulturutveckling	Hans Pettersson	0921-56466	hans.b.pettersson@telia.com	2011-09-13 1300	Björken
Trädgårdsskötsel	Rolf Strand	0921-18641	sprfavd20.boden@telia.com	Pågår	Bergbacka

Anmäl Ditt intresse att delta direkt till resp. ledare, som också kan ge Dig mer information.
 Om Du har ytterligare förslag till cirklar eller vill delta som cirkelledare, hör av Dig till studieorganisatören 0921/19616.
 Besök även vår hemsida, www.sprfavd20@telia.com, där hittar Du ytterligare information om vissa cirklar.

Studieorganisatör C-H Dahlin när Du telefon 0921-19616 Mobil 0703946700

Och e-post c-h.dahlin@telia.com

Medlemsutveckling.

Medlemsutvecklingen för SPRF avd 20 i Boden har varit positiv.

Vår ambition är nu att få alla våra medlemmar aktiva genom att delta i resor, cirklar, medlemsmöten med mera.

Du som redan är medlem, berätta för Dina vänner om SPRF avd 20 i Boden och vad Vi gör tillsammans. Du bidrar på det viset till en social utveckling för medlemmarna.

Digital Delaktighet. DIGIDEL

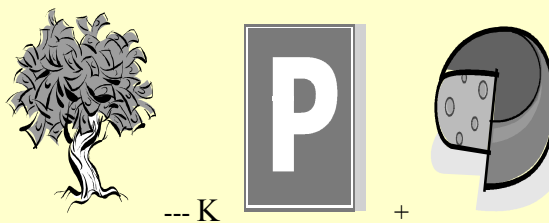
SPRF avser att i samarbete med SV, Biblioteket och några andra intressenter, att presentera de möjligheter som finns, att bli delaktig i det digitala utbudet i vårt samhälle. SPRF kommer att erbjuda möjligheter att delta i våra studiecirklar. Mer information presenteras i Boden Guiden i augusti/september
Plats: Biblioteket i Boden

Café 20 hösten 2011

19 september	Markurells i Wadköping 2½ tim
3 oktober	Mr Bean 90 min.
17 oktober	Naturfilm 106 min
31 oktober	Svenskarnas egen historia 106 min
14 november	Eilert Gezelius kåserar
28 november	Min store tjocke far 90 min

Tid: Kl 1400
Plats: SPRF Lokal Johannesgatan 1B
Fika 20:-
Välkomna!

Lös REBUSEN och skicka en



till

sprfavn20.boden@telia.com

Det går ju även att använda snigelposten. Skriv då Ditt svar på ett vykort och sänd till

**SPRF Avd 20
Johannesgatan 1B
961 34 Boden**

**Vi lottar ut 25 TIA-lotter bland dem som sänder in rätt svar.
Vi vill ha Ditt svar senast
2011-10-01**

Medlemsförmåner.

- Rabatt på SJ.
- Ett omfattande cirkelutbud.
- Prisvärda resor.
- Intressanta aktiviteter.
- Ett bredare socialt kontaktnät.
- Tidningen **AKTIVISTEN**.
- Egen radiokanal.

SPRF avd 20 i Boden

- är den modernaste pensionärsföreningen.
- rekryterar ca 100 nya medlemmar varje år.
- genomför ca 70 studiecirklar varje år.
- bevakar medlemmarnas intressen gentemot Bodens kommun.
- erbjuder ett socialt nätverk.

Biblioteket- Ljudbok- Film- Dikter- Musik- Dans

Kulturcafé Björken

Berättelser- Allsång- Fika- dans- Teater-Konst- Mat

Inbjudan



Inbjudan

Generationer i samverkan

Ta med Dig en vän och besök oss.

13 september kl 13.00

Plats: Björken

Nytt program var 14:e dag .

Kaffe med hembakt bröd serveras.



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

Almgatan 4, 961 64 Boden, Tel:0921-171 90

Nygatan 11, 972 32 Luleå, Tel: 0920-893 20

E-post: boden-lulea@sv.se

www.sv.se/boden-lulea

SV. Erat val! ○ ● ○
Cirklar att längta till!

Inte bara att lära sig laga mat.

Tänk på gemenskapen att tillsammans skapa goda måltider.

Anmäl dig till **Matlagning för herrar hos SV.**

Plats för adressetikett

Besöksverksamheten.

I samverkan med Svenska kyrkan/
Överluleå församling, Röda Korset
och Bodens kommun bedriver
avdelningen besöksverksamhet.
Verksamheten utförs av frivilliga och
är uppskattad av de som får besök.
Den är ett komplement till kommunens
sociala service för att sätta en guldkant
på tillvaron.

Önskar du besök, få en pratstund,
gemensam promenad eller vilken
aktivitet du och besökaren kommer
överens om, hör av dig!

Kontaktpersoner finns på Röda Korset
Drottninggatan 15 i Boden.
Telefontiderna är:
måndagar och torsdagar 10.00-11.00.
Telefonnummer: 0921-14470.

Har Du en stund över och vill
engagera DIG som besökare var
vänlig hör av DIG till
0921-14470 på tid enligt ovan.

Framtidsgruppen.

Förbundet har bildat en förnyelse/
framtidsgrupp.
Förbundet ska fortsätta att ställa krav
på regering, riksdag och myndigheter.
Bromsen måste bort. Pensionen måste
återställas. Nedskärningen inom
äldreomsorgen måste brytas.
Vi har på distriktsnivå i Norrbotten
genomfört två utbildningsdagar för att
staka ut framtiden för avdelningarna i
länet.

Vi på avdelningsnivå måste utveckla
verksamheten för att möta nästa
generation pensionärer.

Vi ska fortsätta att vara ett modernt
förbund med fötterna kvar på jorden.
Samtidigt måste vi möta framtidens
pensionärer med deras nya krav på
livet.

Det är viktigt att medlemmarna
kommer med krav och synpunkter på
förnyelse av verksamheten.
Tillsammans ska vi skapa ett SPRF där
alla medlemmar trivs, utvecklas och
breddar sitt sociala nätverk.

Sändningsplan för SPRF radiosändningar hösten 2011.

98,2 Mhz



Programledaren
Eberth Gustafson

Sändningstider hösten 2011

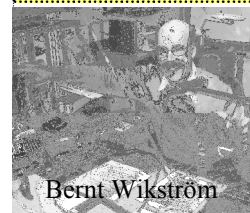
Onsdagar kl. 10:00 - 11:00 och kl. 15:00 - 16:00.

Söndagar kl. 15:00 - 17:00.

Radioåret inleds med en planeringsträff måndag
den 5 september kl. 10:00 - 11:00
på Johannesgatan 1 B.

Du kan även kontakta Eberth Gustafson
per telefon 0921-164 71 eller 070-327 79 70.

Kom ihåg att
lyssna på DIN
radiokanal
98,2 Mhz



Bernt Wikström

Har Du synpunkter på vår hemsida?

8

Vår hemsida: www.sprfavd20.se