Från: **SPF Seniorerna** noreply@spfseniorerna.se
Ämne: SPF Bromma Aktuellt 261016
Datum: 16 oktober 2026 07:59
Till: lena.m.jonker@gmail.com

SS

Hej Lena!

Aktuellt i SPF Seniorerna Bromma

Nästa månadsträff den 19 oktober lyssnar vi på härlig musik som spelas av Tommy Löbel Swing Band. Denna dynamiska grupp levererar tidlös glädje med virtuosa musiker och en smittande energi.

Vi har fått en inbjudan från POSK (Politiskt obundna i Svenska kyrkan) att få delta i ett samtal med Elisabeth Arborelius som är författare, psykolog och präst som handlar om hur det är att bli gammal. Detta äger rum i ängbykyrkan den 21 november och man behöver anmäla sig senast torsdagen den 19 november (se bilaga)

Vi påminner om föreläsningen om benskörhet den 26 oktober kl 14 i Abrahamsbergskyrkan. Benskörhet är en av de stora folksjukdomarna som ofta inte upptäcks förrän man bryter sig. Vi får lyssna till geriatrikern och experten på osteoporos(benskörhet) Hans Jutberger som berättar om symptom, behandling och vad man kan göra för att förebygga sjukdomen.

Om du vill äta tillsammans med andra så gör vi det på Melanders i Alvik nästa gång den 30 oktober kl 13.

Nästa kaféträff på Höglandets fikaträff är den 3 november kl 14.00

Nästa pubkväll på Scandic hotell i Alvik äger rum den 29 oktober från kl. 17.30

2026 10 15

Styrelsen

SPF SENIORERNA



Inbjudan
POSK.docx