

## *AKTIVITETER ANDRA HALVÅRET 2019*



### *Välkommen till en höst med Posten Seniorerna i Stockholm!*

Programmet bjuder som vanligt på en mix av nya aktiviteter och mer kända. När vi märker att intresset för en aktivitet är särskilt stor försöker vi ordna fler tillfällen så att så många som möjligt ska kunna vara med.

I vår har vi haft en flerdagarsresa till Litauen, den var populär och i höst har vi med en Finlandsresa i Sibelius spår. I programmet finns annars bussresor, föreläsningar, museibesök och visningar. Har du fler idéer på aktiviteter är du välkommen att kontakta oss under adress [styrelsen@postseniorerna.se](mailto:styrelsen@postseniorerna.se)

Den 14 juni öppnar höstens bokningar. Vi vill få dina anmälningar antingen via formulären på hemsidan eller per post. Det blir svårt att ha kontroll på alla anmälningar när de också kommer via mejl, SMS och telefonsamtal – så använd formuläret som finns i anslutning till varje aktivitet.

Har du ingen dator kan du använda anmälningsblanketterna som finns sist i det tryckta programmet och posta anmälan till den aktivitetsansvariga.

# 1939 Konst på Hög

Onsdag 28 augusti 7.30

Samling 7.15 Cityterminalen vid gaten

Max 40 deltagare

Chris Larsson 070 263 63 14 [aktiviteter.chris@gmail.com](mailto:aktiviteter.chris@gmail.com)



I Kumla finns Kvarntorpshögen – en 100 meter hög slagghög, ett industriminne och plats för den unika skulpturutställningen Konst på Hög. Under kriget började man utvinna olja ur alunskiffer och slagghögen bildades. I mitten av 90-talet förverkligades idén om att skapa en konstutställning på toppen.

Vi stannar till i Enköping för morgonfika innan vi åker vidare mot Kumla. Där börjar vi i den vackra Sjöparken där vi äter lunch - kött, fisk eller vegetariskt inkl salladsbuffé med smör och bröd, måltidsdryck och kaffe. Den som vill ha vin eller öl betalar det själv. Sjöparken är en del av Kumla stadspark med en anlagd sjö, några små växthus, orangeri, planteringar och skulpturer av Olle Medin, Richard Brixel, Jan Håfström, Maria Miesenberger, Knutte Wester, Eva Lange och Anders Krisár.

Innan vi åker upp på högen hinner vi med att på egen hand titta in i växthusen och se några av skulpturerna i parken. Där finns ett trettio-tal skulpturer av nästan lika många konstnärer, bland dem, Lars Vilks, Lenny Clarhäll och Ulla Viotti. Nya verk tillkommer regelbundet. Från toppen har vi en fantastisk utsikt över den omgivande slätten. Vi avslutar vårt besök med eftermiddagskaffe på café Svea vid torget. Runt hörnet finns fler skulpturer att se för den intresserade. Efter fiket åker vi mot Stockholm. På hemfärden gör vi ett kort stopp för en bensträckare och räknar med att vara tillbaka vid 19.30-tiden.

Både Kvarntorpshögen och Sjöparken är anlagda för att vara lätta att ta sig runt.

**I priset ingår bussresa, guidning på Kvarntorpshögen, fm-kaffe med smörgås, lunch, em-kaffe med smörgås och kaka.**

*Pris 545 kr resp 680 för ej medlem  
Anmälan senast 20 juli  
Betalt oss tillhanda 29 juli*



# 1940 Ulriksdals slott – En tidsresa i inredningskonst

Lördag 31 augusti 12.30

Samling 12.15 i entrén vid Ulriksdals Slott

Kommunikation

1) T-bana linje 14 mot Mörby Centrum, avstigning Bergshamra. Därefter buss 503 mot Ulriksdals begravningsplats, avstigning Ulriksdals Vårdshus.

2) Pendeltåg mot Märsta eller Uppsala, avstigning Ulriksdals station. Därefter buss 503 mot Östra Bergshamra, avstigning Ulriksdals Vårdshus.

Min 20 max 30 deltagare

Birgitta Ellius 073 079 02 42 birgitta@ellius.se

Ulriksdal är ett av de kungliga slotten. Det byggdes som ett sommarpalats åt Jakob de la Gardie på 1600-talet. Många kungar och drottningar har därefter bott och satt sin inredningsprägel på slottet och den vidsträckta parken. Den sista kungen som bodde på slottet var Gustav VI Adolf. Idag är slottet ett uppskattat utflyktsmål och en del av Nationalstadsparken.

Efter visningen kan den som vill utan kostnad besöka Orangeriet som idag är en utställningsplats för Nationalmuseums samling av svensk skulptur.

**Vi avslutar aktiviteten med eftermiddagsfika och smörgås.**

*Pris 200 kr resp 250 för ej medlem*

*Anmälan senast 15 augusti*

*Betalning oss tillhanda 22 augusti*



Foto: Holger Ellgaard

## 1941 Klassisk och modern konst på Söders höjder och torg

**Tisdag 3 september 11.30 Mosebacke torg**  
**Samling Mosebacke torg skulpturen Systrarna 11.15**  
**Max 25 personer**  
**Monica Savander 070 694 66 39 monica.savander@telia.com**

På östra Södermalm vandrar vi i klassiska konstnärskvarter med start vid Mosebacke och studerar bl a Roland Haeberleins humoristiska skulptur Skitstövel och Mikael Paulis kopparportar vid Katarina transformatorstation. Vandringen avslutas i Fatbursparken – ett av stadens största konstprojekt under 1990-talet.

Marie Andersson som är en mycket uppskattad guide har vi träffat ett antal gånger tidigare på olika typer av vandringar och konstvisningar.

Vandringen tar drygt en timme.

Efter vandringen går vi till restaurang Himlen, Skrapan Götgatan 78, 25 tr och äter lunch

**I priset ingår guidad vandring, lunch inkl kaffe**



Foto: Mikael Pauli

*Pris 250 kr resp 315 för ej medlem*

*Anmälan senast 16 augusti*

*Betalning oss tillhanda 22 augusti*

## 1942 Stigbergets borgarrum

**Torsdag 5 september 12.00**  
**Samling 11.50 utanför Fjällgatan 34**  
**Max 20 deltagare**  
**Lägenheten ligger två trappor upp, det finns ordentligt trappräcke och soffa mellan våningarna**  
**Vi genomför den här aktiviteten vid två tillfällen, se också aktivitet 1956**  
**Chris Larsson 070 263 63 14 aktiviteter.chris@gmail.com**

Stigbergets borgarrum är en våning på 6 rum och kök som visar hur en borgarfamilj bodde under mitten av 1800-talet. Den är möblerad av Anna Lindhagen (1870-1941), delvis med saker från hennes eget hem. Anna Lindhagen var engagerad i många samhällsfrågor och en betydelsefull röst under sin livstid men är nästan bortglömd idag.

Under besöket får vi veta mer om fastigheten, bostaden och Anna Lindhagen.

**Efter visningen går vi till Erstaterrassen och äter dagens lunch (bricklunch).**

*Pris 130 kr resp 165 för ej medlem*

*Anmälan senast 6 augusti*

*Betalning oss tillhanda 13 augusti*





# 1943 Resa i Sibelius fotspår

Tisdag 10 september-fredag 13 september

Samling i Värtaterminalen tisdag 10 september 15.45

Max 20 deltagare

Tommy Svensson 073 39 00 329 [tommy.bg.svensson@telia.com](mailto:tommy.bg.svensson@telia.com)

Följ med på en resa i Jean Sibelius fotspår och besök de platser som inspirerade honom i hans skapande. Resan börjar i Helsingfors där vi ser det omtalade Sibeliusmonumentet. Sedan beger vi oss mot Ainola, Sibelius hem. Sibelius och hans fru Aino lät bygga ett hus som ansågs som väldigt djärvt för sin tid. Vi besöker också Ainos trädgård. Hon hade som mål att familjen skulle vara självförsörjande vilket syns i trädgården. I Lathis besöker vi Sibeliushallen. Vi åker till Sibelius födelseort Hämeelina och hans föräldrahem som idag är museum. Resan avslutas på samma sätt som Sibelius avslutade sina spelningar, med en drink på det anrika Hotell Kämp.

Program

## Dag 1

16.45 Fartyget avgår från Värtahamnen.  
Middag ombord

## Dag 2

10.30 ankomst till Helsingfors.  
Besök vid Sibeliusmonumentet.  
Besök på Ainola museum och trädgård.  
Avfärd till Lathis  
14.00 lunch i Lathis  
15.00 Guidad tur i Sibeliushallen.  
Incheckning på hotellet.  
Gemensam middag

## Dag 3.

Frukost 9.30 Avfärd till Härmeelina.  
11.00 Besök i Sibelius födelsehem. Lunch i  
Hämeelina och sightseeing. Avfärd till Helsingfors  
14.00 Drink på Hotell Kämp.  
17.00 Fartyget avgår från Helsingfors.

## Dag 4

Frukost ombord  
09.45 Fartyget ankommer Stockholm



Priser/person

### Singel A-hytt med fönster

- Medlem 5 160 kr Icke medlem 5 600

### Dubbel A-hytt

- Medlem 4 330 kr Icke medlem 4 770 kr

### Singel B-hytt hytt utan fönster

- Medlem 5 000 kr Icke medlem 5 440 kr

### Dubbel B-Hytt

- Medlem 4 250 kr Icke medlem 4 690 kr

### Promenad 1, singel (fönster mot promenaden)

- Medlem 5 100 kr Icke medlem 5 440 kr

### Promenad 2, dubbel

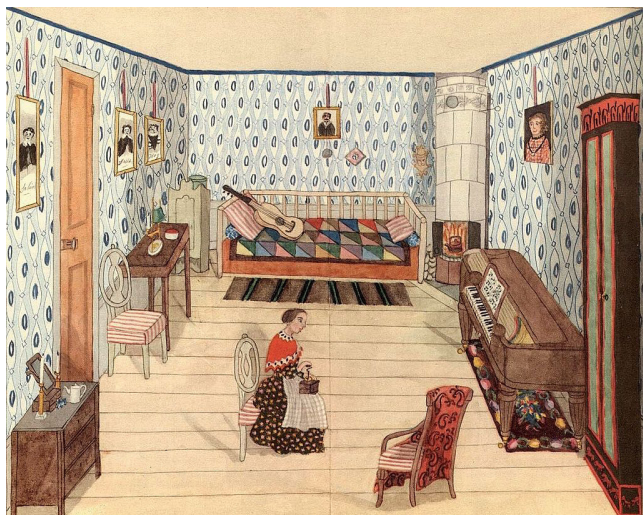
- Medlem 4 290 Icke medlem 4 730 kr

*I resan ingår, båtresa T/R, alla måltider ombord och i land, 1 hotellövernattning, guide under hela resan och samtliga inträden.*

*Anmälan senast 5 juli  
Betaling oss tillhanda 19 juli  
Vid anmälan ange,  
Typ av hytt som önskas  
födelseid ÅÅÅÅMMDD*

*Medtag giltig ID-handling  
(pass eller internationellt ID-kort  
utfärdat av polisen).  
Körkort eller vanligt ID-kort gäller ej.*

## 1944 Josabeth Sjöbergs Stockholm



Torsdag 12 september 13.30  
Samling 13.15 Postmuseum, Lilla Nygatan 6  
Max 60 deltagare  
Chris Larsson 070 263 63 14  
aktiviteter.chris@gmail.com

*Pris 210 kr resp 260 för ej medlem  
Anmälan senast 13 augusti  
Betalning oss tillhanda 20 augusti*

Sedan 60-talet heter trapporna mellan Tjärhovsplan och Stigbergsgatan Mamsell Josabeths trappor. Namngivna efter Josabeth Sjöberg (1812-1882). Som ogift och utan förmögenhet försörjde hon sig själv. Hon flyttade ofta, bodde på tolv adresser och alla hennes bostäder låg på Söder.

Mitt i livet började hon måla akvarell och motiven var hennes hem. Tavlorna är oerhört detaljrika och berättar mycket om henne själv, hennes bostäder, om Stockholm och den tid hon levde i. Hon målade i en naiv stil och det händer saker i scenerna.

Vi får besök av Anna El Yafi från Stadsmuseet som berättar om Josabeth Sjöberg och hennes Stockholm. Efter föredraget finns möjlighet att köpa boken Josabeth Sjöbergs Stockholm. Boken säljs till specialpriset 160 kr, endast kortbetalning.

**Efter föredraget serveras kaffe och smörgås i restaurangen.**

## 1945 Svampvandring

Torsdag 19 september 15.00  
Samling 15.00 vid bensinmacken ST1 i Fisksätra  
Max 30 deltagare  
Lennart Johansson 073 85 03 377 birgitta@barrud.se

Vi tar en promenad i Fisksätraskogen, och med lite tur kanske vi hittar några trattkantareller. Det är rätt lättgånget, men ta på ett par bra skor.

Vi promenerar ca 1 timme, om det är gott om trattisar kan det bli lite längre.

**Ta med några smörgåsar och något att dricka för eget bruk. Det ingår ingen mat i utflykten.**

*Pris 75 kr resp 80 för ej medlem  
Anmälan senast 10 september  
Betalning oss tillhanda 15 september*





## 1946 Stockholms Centralstation

**Fredag 20 september 11.00**

**Samling 10.45 vid den kända smidesringen i Centralhallen**

**Max 25 deltagare**

**Vi genomför den här aktiviteten vid två tillfällen, se också aktivitet 1965**

**Birgitta Ellius 073 079 02 42 birgitta@ellius.se**

Är du en av de 250 000 människor som dagligen passerar genom Stockholms Centralstation? Ända sedan 1871 har Centralstationen varit den naturliga mötesplatsen och start- och slutpunkten för resor i Stockholm.

Efter bolagiseringen av Statens Järnvägar 2001 ägs och förvaltas byggnaden av Jernhusen AB medan bangården och spåren förvaltas av Trafikverket.

Följ med på en rundtur med en guide från Jernhusen AB som berättar om framtidens centralstation men också om redan gjorda renoveringar där vi bl a får besöka den nyrenoverade kungliga vänthallen.

**Vi avslutar visningen med en gemensam lunchbuffé på hotell Continentals restaurang tvärs över gatan**



Foto Per Myrehed

*Pris 125 kr resp 155 för ej medlem*

*Anmälan senast 30 augusti*

*Betalning oss tillhanda 10 september*

## 1947 Spökslottet – Stockholms Universitets Konstsamling

**Tisdag 24 september 11.30**

**Samling 11.15 på förgården innanför järngrinden mot Drottninggatan 116.**

**Max 25 deltagare**

**Margareta Glock 070 74 818 07**

**margareta.glock@gmail.com**

**Byggnaden är inte handikappanpassad.**

**Ytterkläder, ryggsäckar och stora väskor skall lämnas i entrén. Inga låsbara skåp finns.**

**Värdesaker kan lämnas till dörrvakten.**



Längst upp på Drottninggatan ligger sedan 1700-talet Hans Petter Schefflers hus med park och lusthus. Sedan 1800-talet har huset förbundits med spökerier. I Spökslottet förvaras konstsamlingar av inhemskt och utländskt måleri från 1500-tal till 1800-tal samt ca 700 föremål i konstglas från Orrefors. 1884 testamenterade samlaren Johan Adolf Berg sin tavsamling till nygrundade Stockholms Högskola för att samlingen skulle fungera som studiematerial i ämnet konsthistoria.

Efter avslutad guidning i museet (1,5 tim) går vi en promenad i Spökslottets park för att sedan gå till Dalagatan 28 för att inta lunch på restaurang Hemma Vasastan. **I priset ingår guidning och lunch**

*Pris 220 kr resp 280 för ej medlem*

*Anmälan senast 23 augusti*

*Betalning oss tillhanda 2 september*

## 1948 Statarliv på Mäläröarna

*Pris 425 kr resp 530 för ej medlem  
Anmälan senast 13 augusti  
Betaling oss tillhanda 20 augusti*

**Onsdag 25 september 10.00 Cityterminalen**  
**Samling 9.45 Cityterminalen, vid gaten**  
**Max 40 deltagare**  
**Chris Larsson 070 263 63 14 aktiviteter.chris@gmail.com**

Statarsystemet, systemet där anställda fick största delen av sin lön som naturaförmån försvann först för 75 år sedan. I oktober 1944 kom fack och arbetsgivare överens om att systemet skulle avskaffas och ett år senare blev det verklighet.

Under en rundtur tillsammans med historikern och forskaren vid Stockholms universitet Gustav Nyberg får vi veta mer om statarsystemet, om villkor och hur livet var på de stora gårdar där de arbetade. Vi börjar vid Ulvsunda slott och fortsätter sedan till Ekerö där vi besöker några av de större slott/herrgårdar som finns där.

Innan vi lämnar Ekerö för Svartsjölandet äter vi lunch på Rosenhill som är cafe/restaurang, äppelmusteri, trädgård och gårdsbutik. Vi avslutar resan med eftermiddagskaffe på Svartsjö slott och beräknas vara tillbaka i Stockholm vid 17-tiden.

**I priset ingår bussresa, guidning, lunch och eftermiddagskaffe.**



## 1949 Amfibiebuss - Sightseeing i Stockholm

**Torsdag 26 september 10.30**  
**Samling 10.15 Strömgatan, hörnet Operaterassen- Kungsträdgården**  
**Max 42 deltagare**  
**Ulla Regeheim 073 313 20 70 ulla.regeheim@gmail.com**

Du som ännu inte haft möjlighet får nu chansen att delta i denna annorlunda sightseeing i Stockholm!

Vi åker på både land och vatten i ett och samma fordon - en amfibiebuss! Vi ser många av Stockholms mest kända sevärdheter, samtidigt som vår guide berättar roliga och intressanta historier om stan. Det är en spännande upplevelse när vår 10 ton tunga buss kör ner i vattnet och förvandlas till ett fartyg! Detta är något ni inte får missa!

Efter turen går vi till Restaurang Harry B James (gamla Viktoria) i Kungsträdgården, där vi smälter intrycken medan **vi äter dagens lunch och dricker kaffe.**



*Pris 320 kr resp 400 för ej medlem  
Anmälan senast 14 augusti  
Betaling oss tillhanda 21 augusti*



## 1950 Konsten på Karolinska Universitetssjukhuset Solna

Tisdag 1 oktober 11.00

Samling 10.45 Huvudentren Eugeniavägen 3

T-bana till St Eriksplan sedan buss 3 eller 77 till hållplats Karolinska sjukhuset/Eugeniavägen.

Max 20 personer

Monica Savander 070 694 66 39 monica.savander@telia.com

Nya Karolinska Solna, NKS, är inte bara århundradets satsning inom vården, det är också den enskilt största satsningen på offentlig konst i Sverige. Vi får en visning av konsten som finns på NKS. Visningen beräknas ta ungefär en timme.

*Pris 75 kr resp 95 för ej medlem*

*Anmälan senast 13 september*

*Betalning oss tillhanda 19 september*



## 1951 Konsten på Karolinska Universitetssjukhuset Solna

Tisdag 1 oktober 12.15

Samling 12.00 Huvudentren Eugeniavägen 3

Övrig beskrivning se ovan

## 1952 Bussresa Upplands gömda skatter

Torsdag 3 oktober

Samling vid Cityterminalen, Klarabergsviadukten 72 i Stockholm kl 8.00, åter ca kl 18.

Min 30 Max 49 deltagare

Lennart Johansson 073 85 03 377 birgitta@barrud.se

*Pris 900 kr resp 1100 för ej medlem*

*Anmälan senast 10 september*

*Betalning oss tillhanda 15 september*

Vi börjar med By Gårdsbageri i Södra Dalarna. Deras specialitet är knäckebröd och biscotter. Vi får ta del av bakningen och kan köpa i fabriksförsäljningen. Nästa stopp är Gysinge bruk i södra Gästrikland. Det är ett av de bäst bevarade vallonbruken och var i drift från 1600-talet till slutet av 1800-talet. Man hade världens första elektrostålugn, dvs man smälte stål med elektricitet. Vi blir guide i bruket och äter lunch i orangeriträdgården.

Under eftermiddagen besöker vi Tobo glasblåseri. Vi får en förklaring av de olika moment som krävs när glasprodukten växer fram. Efter visningen finns möjlighet att titta in i butiken och handla glasblåseriets egentillverkade produkter.

**I priset ingår fm-kaffe, lunch, bussresa, visningar i bageriet, glasblåseriet och på bruket.**

Foto Bengt A Lundberg



## 1953 Färgfabriken och Lövholmen

Tisdag 8 oktober 10.00, Tvärbanan, hållplats Trekanten

Samling 9.45

Max 30 deltagare

Lars-Erik Torstenson 073 788 73 00 lars-erik@postsenioreterna.se

Lövholmen är det sista industriområdet som finns kvar i Stockholms närförorter, men som nu står inför stora omdaningar. Anders Djerf tar oss med på en rundvandring i området och berättar om både dåtid, nutid och framtid. Vi avslutar vandringen vid konsthallen Färgfabriken som ligger i en av Wilhelm Beckers gamla fabrikslokaler och där får vi förmiddagskaffe med dopp. Sedan kommer konsthallens chef Pernilla Lesse och berättar om dess historia. Efter det får vi en visning av den då aktuella utställningen med verk av konstnärinnan Nikki Lindroth von Bahr. Till sist avslutar vi med en gemensam lunch i konsthallens restaurang.

**I priset ingår guidad vandring i Lövholmenområdet, förmiddagskaffe, guidad visning av aktuell utställning på Färgfabriken och lunch.**



*Pris 370 kr resp 460 för ej medlem  
Anmälan senast 15 september  
Betaling oss tillhanda 25 september*

## 1954 PUB Quiz

Onsdag 9 oktober 13.30

Samling 13.15 Postmuseum, Lilla Nygatan 6

Sören Arnström 070 556 16 34 soren.arnstrom@outlook.com

Är det på väg att bli en tradition? Det är i varje fall tredje gången som du är välkommen till några timmars trevlig samvaro, något att äta och dricka samt Quiz (frågesport) med fina priser där det är tillåtet att hjälpas åt, men inte att googla.

Vi ses på vårt stamlokal, Postmuseum.

**I priset ingår mat (ost- och charkuteritallrik med tillbehör), ett glas öl, vin eller alkoholfritt samt pris till vinnarna. Det finns möjlighet att beställa ytterligare dryck.**

*Pris 195 kr resp 245 för ej medlem  
Anmälan senast 20 september  
Betaling oss tillhanda 23 september*



Foto Ulf Michal



## 1955 Kungliga Musikhögskolan

**Tisdag 15 oktober 11.00**

**Samling 10.45 Valhallavägen 105 i entrén**

**T-bana till Stadion eller buss 4 till Musikhögskolan**

**Max 25 deltagare**

**Ulla Regeheim 073 313 20 70 [ulla.regeheim@gmail.com](mailto:ulla.regeheim@gmail.com)**

Kungliga Musikhögskolan utbildar musiker och musiklärare på högsta internationella nivå. Skolan har anor från 1771 och har flyttat in i ett nytt campusområde. Lokalerna invigdes 2017.

Vi får intressant information om verksamheten och en guidning i den fina byggnaden.

**Efter visningen intar vi dagens lunch och kaffe på restaurang Oktav**



*Pris 200 kr resp 250 för ej medlem  
Anmälan senast 1 september  
Betaling oss tillhanda 18 september*

## 1956 Stigbergets borgarrum

**Onsdag 16 oktober 12.00**

**Samling 11.50 utanför Fjällgatan 34**

**Max 20 deltagare**

**Lägenheten ligger två trappor upp, det finns ordentligt trappräcke och soffa mellan våningarna.**

**Chris Larsson 070 263 63 14 [aktiviteter.chris@gmail.com](mailto:aktiviteter.chris@gmail.com)**

*Pris 130 kr resp 165 för ej medlem  
Anmälan senast 17 september  
Betaling oss tillhanda 24 september*

*Övrig beskrivning, se aktivitet 1942*



## 1957 Prova på att stöpa ljus

Torsdag 17 oktober 11.00 Bondegatan 81  
Lokalen är liten, därför samlas vi precis innan 11.00  
Bussarna 2 och 66, hållplats Sofiaskolan,  
sedan knappt 100 meters promenad  
Minst 6 max 12 deltagare  
Chris Larsson 070 263 63 14  
aktiviteter.chris@gmail.com

Vi har gjort några besök på Stockholms ljusstöperi och fått veta hur man gör handstöpta ljus. Nu kan du prova själv. Under ca 2 timmar stöper du dina egna ljus, antingen 1 grenljus och 10 raka alt 20 raka ljus.

Under tiden ljusen stelnar serveras kaffe och smörgås.

*Pris 455 kr resp 570 för ej medlem  
Anmälan senast 10 september  
Betaling oss tillhanda 17 september*

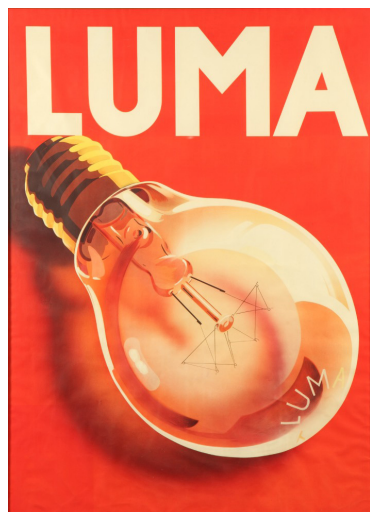


## 1958 LUMA – en ljus idé

Onsdag 23 oktober 14.30, Lumaparksvägen 7  
Samling 14.15 i entren  
Tvärbanan eller buss 74 till hållplats Luma  
Max 24 deltagare  
Vi genomför den här aktiviteten vid två tillfällen, se också aktivitet 1960  
Lars-Erik Torstenson 073 788 73 00 lars-erik@postseniorerna.se

Ljuset från Lumafabrikens lamptorn var under flera decennier ett välkänt landmärke söder om Söder. Fabriken byggdes av Kooperativa Förbundet och startade 1930 tillverkning av den välkända Lumalampan. Under årens lopp tillkom även andra produkter som t ex lysrör och tv-apparater tills fabriken lades ner 1977. Varumärket Luma levde dock kvar till 1991. Vi får en visning av den k-märkta huvudbyggnaden av Inger Johansson som också berättar mer om Lumaområdets historia.

Efter visningen vandrar vi ner till Carnegiebryggeriet som ligger i Lumas gamla gasfabrik. Där gör vi först en liten rundvandring och sedan en provning av bryggeriets ölsorter med lite enklare tillugg.



*Pris 345 kr resp 430 för ej medlem  
Anmälan senast 30 september  
Betaling oss tillhanda 4 oktober*



## 1959 Tolvskillingsoperan – Folkoperan

Torsdag 24 oktober 19.00 Folkoperan Hornsgatan 72  
30 deltagare. Platser på parkett. Biljetterna skickas ut i förväg  
Vid förhinder får du själv ordna ersättare  
Monica Savander 070 694 66 39 monica.savander@telia.com

Tolvskillingsoperan av **Bertolt Brecht** och **Kurt Weill** tillhör musikteaterrepertoarens mest populära och spelade verk. Den talar till oss rakt upp och ned utan förskönande beskrivningar eller känslomässig vädjan. Berättelsen kretsar kring människans begär som ständig drivkraft, där alla profiterar på det man har; sin kropp, sin själ, sin moral. Tolvskillingsoperans samhällskritiska budskap går ingen förbi. Detta är de fattigas opera.

Några av verkets sånger har blivit schlagers och fått liv utanför teaterscenen, till exempel Mackie Knivens "Moritat", som blivit stora hits av alltifrån Louis Armstrong och Lyle Lovelett till Liberace och Westlife



*Pris 390 kr resp 470 för ej medlem  
Anmälan senast 13 september  
Betaling oss tillhanda 26 september*

## 1960 LUMA – en ljus idé

Fredag 25 oktober 14.30, Lumaparksvägen 7  
Samling 14.15 i entren  
Tvärbanan eller buss 74 till hållplats Luma  
Max 24 deltagare  
Lars-Erik Torstenson 073 788 73 00 lars-erik@postseniorerna.se

*Pris 345 kr resp 430 för ej medlem  
Anmälan senast 30 september  
Betaling oss tillhanda 4 oktober*

*Övrig beskrivning, se aktivitet 1958*



# *1961 Bortom vår horisont*

## *Hilma af Klint, Tyra Kleen och Lucie Lagerbielke*

Tisdag 29 oktober 11.15 Millesgården

Samling 11.00 Millesgården Herserudsvägen 32

Tbana till Ropsten, buss 201, 202, 204, 206, 211, 212, 221 till Torsviks Torg.

Därefter ca 10 min promenad till Millesgården, Herserudsvägen 32. Följ skyltarna

Max 35 personer

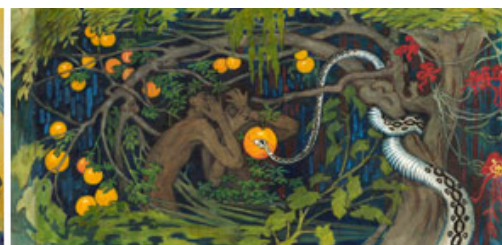
Monica Savander 070 694 66 39 [monica.savander@telia.com](mailto:monica.savander@telia.com)

Runt sekelskiftet 1800 -1900 fanns ett stort intresse för andligt sökande. Många konstnärer sökte sig till esoteriska rörelser för att genom seanser och meditation komma i kontakt med världar bortom den fysiska. I den guidade utställningen presenteras tre svenska konstnärer, Hilma af Klint, Tyra Kleen och Lucie Lagerbielke, som alla hade ett intresse för ockultism.

Hilma af Klint började måla icke representativa tavlor redan 1906, betydligt tidigare än Kandinsky, Malevitj och Mondrian som betraktas som ledande inom rörelsen för att frigöra konsten från dess representativa innehåll. Hennes konst fick ett bejublat mottagande 2018 när många av verken ställdes ut på Guggenheim Museum i New York.

Tyra Kleens konstnärskap utmärks av symbolistiska målningar, dramatiska litografier och färgspråkande illustrationer av dans från Sydostasien. Hon för in en kontinental symbolistisk strömning i den svenska sekelskifteskonsten.

Lucie Lagerbielke var verksam som skönlitterär författare och skrev också ett flertal skrifter i teosofisk och spiritistisk anda. Som konstnär har hon efterlämnat en betydlig konstnärlig produktion av akvareller och oljemålningar.



*Pris 165 kr resp 205 ej medlem*

*Anmälan senast 27 september*

*Betalning oss tillhanda 10 oktober*



## 1962 50 år sedan miljonprogrammet

Onsdag 30 oktober 12.30

Samling 12.15 Kämpingebacken 13, Tensta, utanför porten

Transport: Tunnelbana till Tensta, uppgång Tensta centrum (östra uppgången), sedan några minuters promenad

Max 15 deltagare

Chris Larsson 070 263 63 14 [aktiviteter.chris@gmail.com](mailto:aktiviteter.chris@gmail.com)

60-tal - Stockholm växer så det knakar och varje år ser nya stadsdelar dagens ljus. 1969 är det inflyttning på Kämpingebacken 13 i den nya förorten Tensta. Mest unga familjer, bland dem familjen Artursson från Jönköping. Familjen flyttar in i tre rum och kök på 85 kvm.

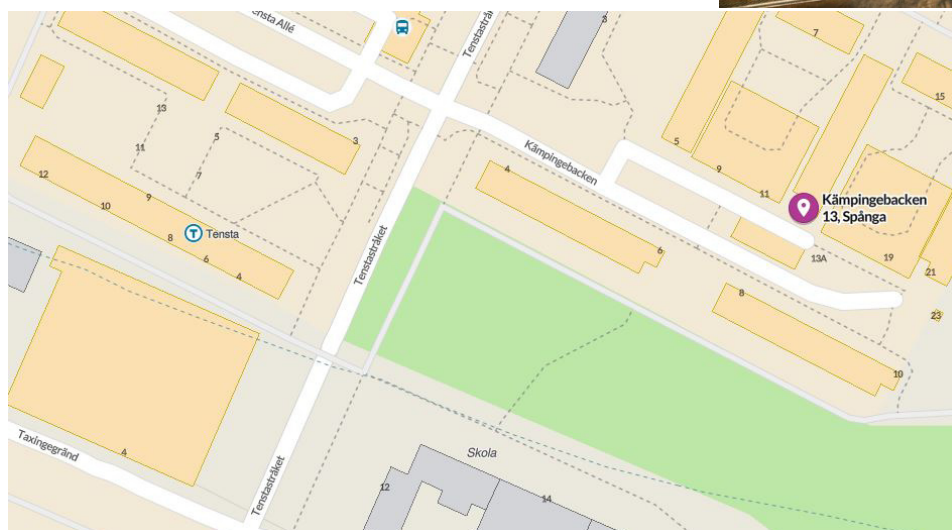
”Vi trivdes väldigt bra i lägenheten, det var en fantastisk lägenhet. Här var hyrorna billigare än i Jönköping. Här var det kallortstillägg. Skatter och allt var billigare än därnere. Vi tyckte det var ganska billig hyra och så fick vi bostadsbidrag, vi hade ju tre barn.”

Följ med 50 år senare på visningen av familjen Arturssons lägenhet som Stadsmuseet inrett med möbler och all annan utrustning från tiden.

*Pris 145 kr resp 180 för ej medlem*

*Anmälan senast 1 oktober*

*Betalning oss tillhanda 8 oktober*



## 1963 50 år sedan miljonprogrammet

Onsdag 30 oktober 13.45

Samling 13.30 Kämpingebacken 13, Tensta, utanför porten

Övrig beskrivning se ovan

## 1964 Judiska museet

**Tisdag 5 november 11.15**  
**Samling 11.00 Själagårdsgatan 19 i Gamla stan**  
**Max 30 deltagare**  
**Chris Larsson 070 263 63 14 aktiviteter.chris@gmail.com**

Välkommen till en visning av Judiska museet som den 6 juni öppnade igen, den här gången i Gamla stan. Museet ligger nu i samma hus som mellan åren 1795 och 1870 var judisk församlingslokal och synagoga. I museet berättas om judiskt liv i Sverige under nästan 300 år, om hur en judisk gemenskap formades och blev en del av det svenska samhället. Utställningen visar judisk tankevärld, integrationsvillkor, judisk historia parallellt med berättelsen om Sverige och det judiska kulturarvets plats i offentligheten.

**Efter visningen går vi till restaurang Under kastanjen och äter dagens lunch - varmrätt, hembakat bröd, vatten och kaffe.**



*Pris 200 kr resp 250 för ej medlem*  
*Anmälan senast 4 oktober*  
*Betalning oss tillhanda 9 oktober*

## 1965 Stockholms Centralstation

**Torsdag 7 november 11.00**  
**Samling 10.45 vid den kända smidesringen i Centralhallen**  
**Max 25 deltagare**  
**Birgitta Ellius 073 079 02 42 birgitta@ellius.se**

Är du en av de 250 000 människor som dagligen passerar genom Stockholms Centralstation? Ända sedan 1871 har Centralstationen varit den naturliga mötesplatsen och start- och slutpunkten för resor i Stockholm.

Efter bolagiseringen av Statens Järnvägar 2001 ägs och förvaltas byggnaden av Jernhusen AB medan bangården och spåren förvaltas av Trafikverket.

Följ med på en rundtur med en guide från Jernhusen AB som berättar om framtidens centralstation men också om redan gjorda renoveringar där vi bl a får besöka den nyrenoverade kungliga vänthallen.

**Vi avslutar visningen med en gemensam lunchbuffé på hotell Continentals restaurang tvärs över gatan.**



*Pris 125 kr resp 155 för ej medlem*  
*Anmälan senast 17 oktober*  
*Betalning oss tillhanda 25 oktober*



## *1966 Lunchkonsert i Grünewaldsalen*

**Fredag 8 november 11.40 (dörrarna öppnas)**

**Samling 11.30, vid ingången till Kungsgatan 43, Grünewaldsalen, Konserthuset**

**Max 40 deltagare**

**Ulla Regeheim 073 313 20 70 [ulla.regeheim@gmail.com](mailto:ulla.regeheim@gmail.com)**

Njut av sopplunch och romantisk musik av kvinnliga kompositörer i den vackra Grünewaldsalen!

Medverkar gör Lauriane Dahlkvist, viola och Stefan Lindgren, piano. Båda verksamma i Kungliga Filharmonikerna. På programmet finns musik av fyra kvinnliga tonsättare

Om tyskan Luise Adolpha Le Beau sägs att hon komponerat kammarmusik med underbart finstämda ”drömmier” för viola och piano.

Fransyskan Hélène Fleury-Roy har gjort enastående vacker musik laddad med mörka slöjor och stark passion.

Brittiskan Rebecca Clarke har komponerat lekfull och vacker musik i gränslandet mellan romantik och impressionism.

Vi bjuds också musik av den idag verksamma ryskamerikanska tonsättaren Lera Auerbach, känd för sitt nyromantiska tonspråk.

**Soppa, bröd, dryck och kaffe ingår.**



*Pris 180 kr resp 220 ej medlem  
Anmälan senast 21 augusti  
Betaling oss tillhanda 11 september*

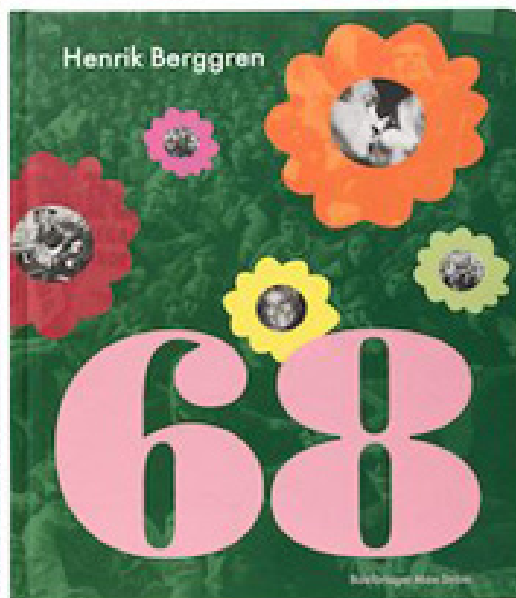
## 1967 Vad hände 68?

Onsdag den 13 november 14.00

Samling 13.45 Postmuseum, Lilla Nygatan 6 i entrén

Min 40 max 60 deltagare

Birgitta Ellius 073 079 02 42 birgitta@ellius.se



Ja, bland annat det här:

Vietnamkriget ♦ Svältkatastrof i Biafra ♦ Martin Luther King och Robert F Kennedy skjuts till döds  
♦ Studentrevolten i Paris - de Gaulle tvingas på flykt ♦ Andy Warhol utställning i Stockholm ♦  
Pragvåren - Invasion av Tjeckoslovakien ♦ Kravaller i Båstad ♦ Kårhusockupationen ♦ Black Power  
hälsning i Mexico OS ♦ (och även införande av postnummer i Sverige)

Utifrån sin bok "68" berättar den kände historikern, DN-journalisten och författaren Henrik Berggren om efterkrigstidens mest mytomspunna år - i Sverige och i världen. Fortfarande efter ett halvt sekel väcker årtalet starka känslor. Men, vad var det egentligen som hände? För en del handlar det om ett ögonblick då frihetens portar tycktes ligga inom räckhåll. För andra väcker det ilska över militanta studentuppror som ruskade om både politiker och en föräldrageneration världen över. Åren runt 68 präglades också av en ny syn på kärlek och sex, men relationerna i vardagslivet förblev ofta desamma. För många var 68 något som utspelade sig någon annanstans. De flesta läste inte Marx, rökte inte hasch eller lyssnade på Jimi Hendrix utan tittade på High Chaparral och Forsytesagan, drack mellanöl och gillade Anna-Lena Löfgrens "Lyckliga gatan".

**Efter föreläsningen dricker vi eftermiddagskaffe och äter en smörgås i Postmuseums restaurang.**

*Pris 210 kr resp 260 för ej medlem  
Anmälan senast 22 oktober  
Betaling oss tillhanda 29 oktober*



## 1968 Stadsmuseums guldkorn

**Torsdag 14 november 12.15 Stadsmuseet, Ryssgården**  
**Samling 12.00 utanför entrén. Trappor och hiss leder ner till Stadsmuseets huvudentré på gården, plan 0.**  
**Max 60 deltagare**  
**Sören Arnström 070 556 16 34 [soren.arnstrom@outlook.com](mailto:soren.arnstrom@outlook.com)**

Välkommen till ett ombyggt Stockholms stadsmuseum! Vi får en introduktion till Stadsmuseets nya utställning som berättar om Stockholms historia från 1527 till idag. Guiden visar sina personliga favoriter och vi kan möta allt från ryska handelsmän, krogmadamner och häxanklagade kvinnor till fabriksarbetare, nattsuddare och bilburen ungdom.

Vi rör oss på museets tre plan vilket innebär många förflyttningar och trappor. Visningen tar cirka 50 minuter. Efter visningen äter vi lunch på Restaurang Panorama, Hilton.

**I priset ingår inträde, visning, buffetlunch, bordsvatten, kaffe och kaka.**



*Pris 215 kr resp 270 för ej medlem*  
*Anmälan senast 15 oktober*  
*Betalning oss tillhanda 22 oktober*

## 1969 Drottning Kristina

**Tisdag 19 november 13.30 Postmuseum**  
**Samling 13.00 entrén Postmuseum Lilla Nygatan 6**  
**Max 70 deltagare**  
**Monica Savander 070 694 66 39 [monica.savander@telia.com](mailto:monica.savander@telia.com)**

Drottning Kristina är antagligen vår mest kända och omskrivna regent. Hennes liv har i alla tider inspirerat och fascinerat både svenska och utländska författare, och varje år utkommer nya böcker om henne. Hon var en omtalad kändis i Europa redan under sin levnad. Hela Europa skakades när hon avgick som Sveriges drottning och bytte tro.

Historikern Linnea Forsberg samtalar med oss om Drottning Kristina och hennes levnad.

**Efter samtalet äter vi en landgång inkl 1 glas vin/öl/alkoholfritt**

*Pris 215 kr resp 260 för icke medlem*  
*Anmälan senast 24 oktober*  
*Betalning oss tillhanda 31 oktober*



## 1970 VVS-museet

Onsdag 20 november 13.00 Archimedesvägen 1, Bromma

Samling 12.45 i entrén

Buss 112, 152, 509 till hållplats Karlsbodavägen

Max 25 deltagare

Lars-Erik Torstenson 073 788 73 00 lars-erik@postseniorerna.se



VVS – Vatten, Värme och Sanitet. I vår moderna värld tycker nog de flesta av oss att kök, badrum och toalett med avlopp och rinnande varmt och kallt vatten är en självklarhet, men så har det inte alltid varit. På VVS-museet visas hur utvecklingen av detta har skett under årens lopp.



Vi börjar vårt besök med att en av museets guider berättar historien om VVS.

Efter det **tar vi en paus med servering av kaffe med dopp** innan vi avslutar med att gå runt i museet och titta på både gammalt och nytt.

*Pris 75 kr resp 95 för ej medlem  
Anmälan senast 31 oktober  
Betalt oss tillhanda 8 november*

## 1971 Studiebesök på Fryshuset

Tisdag 26 november 12.00 Fryshuset

Mårtensdalsgatan 2-8

Samling 11.45 Mårtensdalsgatan 2, vid entrén

Tvårbanan alt buss 74 till hållplats Mårtensdal.

Därifrån en promenad ca 200 m uppför en backe

Max 30 deltagare

Det finns hiss men till vissa plan måste man ta trapporna för att få en överblick

Tommy Svensson 073 39 00 329

tommy.bg.svensson@telia.com



Fryshuset är en internationell organisation som arbetar med att göra det möjligt för unga att genom sina passioner förändra världen. Vi lyssnar på, arbetar och bygger relationer med unga och skapar tillsammans med dem mötesplatser där unga syns, hörs och räknas. Studiebesöket tar ca 1 timma.

Efter besöket äter vi lunch på Kalles Kök.

Du väljer från dagens meny som innehåller fisk, kött, pasta eller vegetariskt. I lunchen ingår salladsbar, bröd och smör, måltidsdryck, kaffe och kaka.

*Pris 210 kr resp 260 för ej medlem  
Anmälan senast 18 oktober  
Betalt oss tillhanda 25 oktober*

**I priset ingår studiebesök med guide, lunch (dagens meny) på Kalles kök.**



## 1972 Märta Måås-Fjetterström

Torsdag 28 november 14.00

Samling 13.45 vid västra valvet yttre borggården (vid Slottsboden)

Max 30 deltagare

Chris Larsson 070 263 63 14 [aktiviteter.chris@gmail.com](mailto:aktiviteter.chris@gmail.com)

Se på mattorna - det är jag. Så svarade Märta Måås-Fjetterström, en av världens främsta textilkonstnärinnor, när hon fick frågor om sitt konstnärskap. Det var mattorna som visade hennes skicklighet som formgivare. Som kvinnlig entreprenör bröt hon ny mark. 1919 startade hon sin ateljé i Båstad där hon skapade nära 700 mönster för mattor och vävnader komplett med arbetsritningar och garnprover.

Efter hennes död 1941 riskerade ateljén nedläggning när det inte fanns någon naturlig arvtagare. Då bildade Carl Malmsten tillsammans med

bl a kung Gustav V och kronprins Gustaf Adolf ett aktiebolag så verksamheten kunde fortsätta. Fortfarande, 100 år senare finns verksamheten kvar i Båstad.

Både Gustav V och Gustaf VI Adolf beställde regelbundet mattor från verkstaden. De har alltid funnits i de mest privata rummen på de kungliga slotten och visas nu för allmänheten för första gången i en utställning i Rikssalen på Stockholms slott. Under visningen får vi veta mer om Märta Måås Fjetterströms inspirationskällor, karriär och förutsättningarna för kvinnligt företagande under första halvan av 1900-talet.



*Pris 125 kr resp 160 för ej medlem  
Anmälan senast 29 oktober  
Betaling oss tillhanda 5 november*

## 1973 Julbordsresa

Måndag 2 december 7.45 från Vikingterminalen.

Samling senast 7.15 i Vikingterminalen i Stadsgården. Åter Stockholm cirka 19.00.

OBS! Ombyggnaden av Slussen kan innebära ändringar vid Stadsgårdsleden.

Vi rekommenderar att du är ute i god tid

Max 70 deltagare

Eskil Hällberg 070 837 76 75

Om du anmäler dig med pappersblankett, skicka den till:

Birgitta Eklund, Stockvägen 12B

142 52 Skogås i [birgitta.eklund@telia.com](mailto:birgitta.eklund@telia.com)



När vi kommit ombord på Viking Lines båt M/S Viking Grace samlas vi i konferensrummet. Efter avgång från Stockholm äter vi frukost i restaurang Oscar. Därefter samlas vi åter i konferensrummet, där vi löser ett melodikryss av och med Rolf Pettersson. I en paus serveras kaffe och frukt.

Efter ankomsten till Mariehamn byter vi fartyg för återresa med M/S Amorella.

Under hemresan serveras julbord inklusive öl, vin och kaffe.

**I priset ingår båtresa, tävling melodikryss, frukost, frukost, julbord inkl öl vin och kaffe, frukt, fm-kaffe**

**Medtag giltig ID-handling (pass eller internationellt ID-kort utfärdat av polisen). Körkort eller vanligt ID-kort gäller ej. Födelsedatum måste anges vid anmälan.**

*Pris 510 kr resp 610 för ej medlem  
Anmälan senast 1 oktober  
Betaling oss tillhanda 24 oktober*

## 1974 Skansen – Doft av juletid

Måndag 9 december 12.00

Samling 11.45 utanför Skansens huvudentré. Vi åker tillsammans upp för rulltrappan till Hyttorget, där vi träffar guiden

Max 25 deltagare

Margareta Glock 070 748 18 07 [margareta.glock@gmail.com](mailto:margareta.glock@gmail.com)

Mitt i mörkaste vinter kom julen med värme till människorna. Det vankades mat, lekar och glam från vardagens slit och ingen skulle gå ut med julen. Här på Skansen i juletid blir vi guide under en timme och får kliva in i en juletid från förr och se julförberedelser och uppleva en historisk jul.

Efter avslutad guidning intar vi jultallrik, lättöl/mineralvatten, sallad samt kaffe och chokladkaka med vispgrädde på krogen Stora Gungan.

**I priset ingår guidning, entré och lunch. Informera om ev allergier**



*Pris 300 kr resp 375 för ej medlem  
Anmälan senast 5 november  
Betaling oss tillhanda 20 november*

## 1975 Konserthusets stora Julkonsert

Lördag 21 december kl 15.00, Konserthuset stora salen.

Max 100 deltagare Biljetterna skickas ut i förväg under november månad.

Vid förhinder får du själv ordna ersättare.

Marie-Louise Israelson 070 874 41 68 [gmlisraelson@hotmail.com](mailto:gmlisraelson@hotmail.com)

Julen är en musikens högtid! Varmt välkommen till Konserthusets stora julkonsert, en gnistrande härlig show med många av de älskade klassiska julsångerna och favoriter ur den amerikanska traditionen.

Värd Stefan Forsberg Medverkande: Kungliga Filharmonikerna, dirigent Christoffer Holgersson, Hannah Holgersson sång, Tuva B Larsen sång, Philip Jalmelid sång, Fredrik Zetterström sång samt Stockholmskör.

*Pris 285 kr resp 340 för ej medlem.  
Anmälan senast 16 augusti  
Betaling oss tillhanda 18 september*

*OBS priset är inte fastställt ännu av Konserthuset,  
om ändringar görs kontaktar Marie-Louise er med  
det korrekta priset innan betalningsdatum.*



### **Vem kan bli medlem?**

Posten Seniorerna är en naturlig mötesplats för alla som slutat i Posten. Din make/maka eller sambo/särbo kan bli medlem i föreningen och delta i aktiviteter till lägre kostnad.

Vi ser gärna att du hjälper oss att värva nya medlemmar! Under fliken Ny medlem på vår hemsida kan du hämta och skriva ut anmälningsblanketten. Skicka in blanketten eller lämna den till någon i styrelsen.

### **Medlemsavgift**

Medlemsavgiften är 150 kr per år. Den betalas i januari genom avdrag från Nordeakonto eller genom egen inbetalning senast den sista januari till Plusgiro 13 06 66-1 eller Bankgiro 429-4807.

Genom att betala medlemsavgiften accepterar du att vi sparar dina uppgifter för medlemsadministration. Uppgifterna sparas så länge medlemskapet gäller. Därefter raderas uppgifterna. (Allt enligt Dataskyddsförordningen – GDPR). Inga personuppgifter säljs vidare till andra organisationer eller företag.

### **Adressändring**

Anmäl ändring av adress, telefon, och e-postadress till Tommy Svensson (se styrelseförteckningen) så att vi kan hålla medlemsregistret aktuellt.

### **Anmälan till aktivitet**

Du anmäler dig helst via hemsidan [www.postseniorerna.se](http://www.postseniorerna.se). Om du inte har tillgång till dator skickar du blanketten som finns sist i programmet till respektive aktivitetsansvarig.

Vi tillämpar följande regler för anmälan och betalning:

- Medlemmar som vill gå tillsammans och önskar få platser intill varandra (t ex teater) gör gemensam anmälan i anmälarens namn. Hela betalningen görs av anmälaren.
- Medlem med rörelsehinder/annat handikapp ordnar själv den assistans som behövs.

Vid anmälan via hemsidan skickas en bekräftelse till angiven mejladress.

Genom att anmäla dig till en aktivitet accepterar du att vi sparar dina uppgifter i en deltagarförteckning till dess aktiviteten är genomförd. (Dataskyddsförordningen – GDPR).

### **Betalning**

Betalningen gör du till vårt Plusgiro 13 06 66-1 eller Bankgiro 429-4807, gärna via din internetbank. Ange namn samt nummer och belopp för respektive aktivitet när du betalar. Betalningar ska vara oss tillhanda senast angiven dag så att vi slipper påminna och för att du inte ska förlora din plats om det är kö. Tänk på att bankgiroinbetalning kan ta längre tid.

### **Återbud och återbetalning**

Om du anmält dig till en aktivitet och lämnar återbud senast sista betalningsdagen får du pengarna tillbaka. Vid senare återbud sker i regel ingen återbetalning. Lämna återbud snarast möjligt!

### **Turordning och kölista vid stor efterfrågan**

Anmälningarna turordnas efter ankomstdatum. Om du inte får plats på grund av att aktiviteten är fullteknad sätter vi upp dig på kölista. Du får då besked om detta. Hör du inte av oss har du kommit med.

### **Hemsida: [www.postseniorerna.se](http://www.postseniorerna.se)**

Programmet finns även på vår hemsida. Det uppdateras kontinuerligt med programändringar och annat som kan vara av intresse. Generellt för hemsidan gäller att om du klickar på understruktorna ord kommer du vidare till en ny sida.

### **Valberedning**

- Kenth Franson, [kent.fr@telia.com](mailto:kent.fr@telia.com), 072 740 72 88, *sammankallande*
- Eva-Gun Westberg-Wigenstedt, [eva-gun@comhem.se](mailto:eva-gun@comhem.se), 070 577 12 20
- Yvonne Andersson Lundin, [yvonne.e.andersson@gmail.com](mailto:yvonne.e.andersson@gmail.com), 070 635 40 52



# Styrelsen



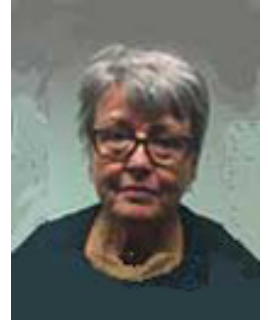
Ordförande  
Sören Arnström  
Majrovägen 27  
122 49 Enske  
[soren.arnstrom@outlook.com](mailto:soren.arnstrom@outlook.com)  
070 556 16 34

Vice Ordförande  
Chris Larsson  
Svartviksslingan 15  
167 38 Bromma  
[chris.i.larsson@gmail.com](mailto:chris.i.larsson@gmail.com)  
070 263 63 14



Kassör  
Birgitta Eklund  
Stockvägen 12B  
142 52 Skogås  
[i.birgitta eklund@telia.com](mailto:i.birgitta eklund@telia.com)  
073 063 30 14

Sekreterare  
Marie-Louise Israelsson  
Förmansvägen 20  
117 59 Stockholm  
[gmlisraelson@hotmail.com](mailto:gmlisraelson@hotmail.com)  
070 874 41 68



Ledamot  
Monica Savander  
Pryssgränd 3 A  
118 20 Stockholm  
[monica.savander@telia.com](mailto:monica.savander@telia.com)  
070 694 66 39

Ledamot  
Ulla Regeheim  
Torparfars Väg 12  
162 44 Vällingby  
[ulla.regeheim@gmail.com](mailto:ulla.regeheim@gmail.com)  
073 313 20 70



Medlemsregisteransvarig  
Tommy Svensson  
Selmedalsvägen 46, 7 tr  
129 37 Hägersten  
[tommy.bg.svensson@telia.com](mailto:tommy.bg.svensson@telia.com)  
073 390 03 29

Ledamot  
Lennart Johansson  
Riggvägen 6  
133 44 Saltsjöbaden  
[birgitta@barrud.se](mailto:birgitta@barrud.se)  
073 850 33 77



Ledamot  
Birgitta Ellius  
Taltrastvägen 14  
183 51 Täby  
[birgitta@ellius.se](mailto:birgitta@ellius.se)  
073 079 02 42

Ledamot  
Lars-Erik Torstenson  
Tjurbergsgatan 27 C  
118 56 Stockholm  
[lars-erik@postseniorerna.se](mailto:lars-erik@postseniorerna.se)  
073 788 73 00



Ledamot  
Margareta Glock  
Köpmangatan 5  
111 31 Stockholm  
[margareta.glock@gmail.com](mailto:margareta.glock@gmail.com)  
070 748 18 07

Webbansvarig  
Cissi Ridderstolpe  
[cissi.ridderstolpe@gmail.com](mailto:cissi.ridderstolpe@gmail.com)  
070 638 30 32



Du når hela styrelsen på e-postadressen [styrelsen@postseniorerna.se](mailto:styrelsen@postseniorerna.se)

## Anmälningarna skickas till respektive aktivitetsansvarig

Anmälan till aktivitet, nr och namn:		Namn (v g texta)
Gatuadress		Telefon
Postnummer	Postadress	E-postadress
Namn på ev medföljande (Ange "Medlem" eller "Ej medlem")		
Speciella önskemål, t ex vegetarisk mat		
Datum	Underskrift	

Anmälan till aktivitet, nr och namn:		Namn (v g texta)
Gatuadress		Telefon
Postnummer	Postadress	E-postadress
Namn på ev medföljande (Ange "Medlem" eller "Ej medlem")		
Speciella önskemål, t ex vegetarisk mat		
Datum	Underskrift	

Anmälan till aktivitet, nr och namn:		Namn (v g texta)
Gatuadress		Telefon
Postnummer	Postadress	E-postadress
Namn på ev medföljande (Ange "Medlem" eller "Ej medlem")		
Speciella önskemål, t ex vegetarisk mat		
Datum	Underskrift	

**Anmälningarna skickas till respektive aktivitetsansvarig**