



Vi träffas i Agricolosalen på Ågatan 7 varannan torsdag kl. 12.30 ojämna veckor



Ingmar Karlsson
ordförande
Borgå i januari 2026

Bästa medlem!

Det är mycket som förefaller märkligt, till och med sorgligt i vår omvärld i dessa tider. Händelserna ute i stor världen sker snabbt, värderingar som vi lärt oss respektera utgående från vår generations erfarenheter ställs på ända. Det samhälle vi varit med om att bygga upp, baserat på jämlikhet, respekt för medmänniskan, respekt för åsikter och egenskaper hos varandra röner inte på alla håll den självklara uppskattning vi trott skulle vara bestående. Att ta del av en nyhetssändning gör oss ofta ledsna och ger en känsla av hopplöshet – vart är vi på väg?

Men, mina vänner, vi skall inte låta missmodet ta överhand, forma våra tankar. Det finns mycket vi kan glädja oss åt. Även om ekonomin i det finländska samhället är ansträngd, så fungerar våra grundläggande tjänster i huvudsak bra. Vi får vård och omsorg när det krisar, vi har hälsovård och fungerande strukturer i samhället.

Det har gått några veckor sedan vi firade vår förenings julfester. Ofta har jag i tankarna återvänt till den stämning vi upplevde, den starka känsla av gemenskap, värme och beredskap att sträcka ut en hand till varandra som fanns, och fortfarande finns mellan oss alla. Och det, bästa medlemmar, är något av det mest värdefulla vi i vår förening kan vara med om att skapa.

Vi strävar ju till att bjuda på verksamhet som är så mångsidig som möjligt, att kunna erbjuda något åt alla, oberoende av vad man är mest intresserad av. De faktum att vi representerar ett ganska stort åldersspann – allt från dryga 60 till över 100 år, att vi är intresserade av så olika ting, att vi har olika ekonomiska resurser, är ju en utmaning, men en trevlig sådan. Och ofta känns det som att redan det enkla som sker vid våra samkväm, att få träffas, vara tillsammans, sjunga lite, dricka en kopp kaffe (och en bulle!) kan ge så mycket!

Vi redogör på annan plats i det här brevet för de program vi i det här skedet kommit överens om med gäster som besöker samkvämen, och för de teater- och konsertbesök vi slagit fast. Och som ni vet – vi hittar på nya aktiviteter allteftersom sådana dyker upp!



En förändring i samhället som kommer att beröra oss alla är den övergång till central digitaliserad information som kommer att genomföras under detta år. Alla statliga och regionala myndigheter inför ett system där brev, blanketter och räkningar i huvudsak sänds på elektronisk väg, endast på skild begäran per gammaldags post. Det här innebär klara fördelar – det är tryggt och säkert – men också utmaningar. Alla är inte så beivrade i den digitala världen, den kan förefalla skrämmande och krånglig. Här skall vi göra vårt bästa för att skingra oron genom att hjälpa, informera och vägleda.

Mina vänner! Jag hälsar er hjärtligt välkomna till ett nytt verksamhetsår med vår förening! Tillsammans gör vi vardagen lite gladare!

Er ordförande,
Ingmar

PROGRAM PÅ SAMKVÄMEN

Vår tanke är att också aktivera er rent fysiskt på våra samkväm.

Tuula Bäckman har lovat ett leda en kort stoljumpy på samkvämen då hon har möjlighet.

Christer Jämsén håller också då och då en kort 10 minuters infostund om aktuella saker gällande IT och datasäkerhet i början av samkvämen.

SMÅGRUPPERNA INFORMERAR

KORTSPEL

Tycker du om att spela kort i trevligt sällskap? Kom med i vår nya kortspelsgrupp! Kontakta **Harry Hellman**, tfn 0400 714 279 så får du mera info

STYRELSEN 2026

Om du har synpunkter på vår verksamhet eller vill komma med förslag på ny verksamhet, kontakta gärna någon i styrelsen.

Ingmar Karlsson tfn 0400 494 255
ordförande

Anja Sjöholm tfn 0400 577 809
viceordförande

Ros-Mari Aarttila tfn 040 824 4212
kassör

Christer Blomberg tfn 050 549 6600
sekreterare

Asta Jämsén tfn 040 730 6829

Christer Jämsén tfn 045 260 6700

Margareta Nylund tfn 0400 492 381

Kerstin Rikberg tfn 040 549 7000

Elisabeth Svaetichin tfn 040 593 8804



BOULE

Vi fortsätter att spela boule inomhus under vintern.

Onsdagar kl. 13.30-15.00 i Aurorahallen

Torsdagar kl. 11.00-12.30 i Aurorahallen

Fredagar kl. 12.00-14.00 i Kokonhallen

KOM MED OCH SPELA!

Kontakta **Magnus Blomqvist**, tfn 0400 841 827 eller magnus.blomqvist51@gmail.com

VATTENGYMPAN

Vattengympan fortsätter under våren i Äppelbackens bassäng måndagar kl. 14.30. Kontakta Stina Särkka via e-post: stina.sarkka@pp1.inet.fi ifall du skulle rymmas med.

STICKGRUPPEN

Stickgruppen träffas varannan torsdag i Agricolosalen före våra samkväm. Kontakta **Maja Collin**, tfn 040 756 1518 om du vill vara med.

2026		
TO	29 JAN	SAMKVÄM Vi får besök av Hannele Tenhovuori från Borgå museum som berättar om stadsdelarna i Borgå.
LÖ	31 JAN	FALLÅKER TEATER GRÖNA HISEN Kontaktperson: Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com. el. tfn 040 543 7801 (helst sms). Föreställningen börjar kl. 16. FULLBOKAD!
TO	5 FEB	GEMENSAM LUNCH Restaurang Kellari kl. 13.00. Tullportsgatan 1. Kontaktperson: Anja Sjöholm, tfn 0400 577 809. Ingen förhandsanmälan.
SÖ	8 FEB	EVITSKOGREVVYN HELT GALET Kontaktperson: Asta Jämsén: e-post: asta.jamsen@gmail.com eller tfn 040 730 6829. Föreställningen börjar kl. 16. FULLBOKAD!
ON	11 FEB	REGIONALA FRÅGESPORTEN Vill du delta? Du kan anmäla ditt intresse till Christer Jämsén, tfn 045 2606 700, e-post: christer.jamsen@gmail.com. Uttagningen ordnas på Solhem, Kyrkobyvägen 23, 00770 Helsingfors. Sista anmälningssdag 31.1.26.
TO	12 FEB	SAMKVÄM Författaren Ulla-Lena Lundberg besöker oss.
TO	26 FEB	SAMKVÄM Birgitta Palmqvist kåserar om Borgå.
FR	27 FEB	TEATER LILJENDALREVVYN PREMIÄR! Anmälningar: Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com. el. tfn 040 543 7801 (helst sms) senast 10.2.26. Pris: 35 € inkl. buss.
TO	12 MAR	SAMKVÄM Janina Lindqvist från Vestra Private behandlar juridiska frågor under temat Förbered dig för framtiden - familjejuristens råd.
TO	19 MAR	GEMENSAM LUNCH Restaurang Seireeni kl. 12.30. Linnankoskigatan 45. Kontaktperson: Elisabeth Svaetichin, tfn 040 593 8804. INGEN FÖRHANDSANMÄLAN!
ON	25 MAR	FRÅGESPORTS FINALEN Frågesportsfinalen ordnas på Kåren i Åbo. Läs mera: https://www.spfpension.fi/events/fragesportsfinal/
TO	26 MAR	SAMKVÄM Föreningens vårmöte, Fredrika Lindholm musicerar.
LÖ	28 MAR	TEATER SVENSKA TEATERN DÖDSDANSEN. Riksteatern i Sverige gästspelar. Anmälningar: Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com. el. tfn 040 543 7801 (helst sms). senast 25.2.26. Pris: 58 € inkl. buss. Föreställningen börjar kl. 19.
TO	9 APR	SAMKVÄM Fysioterapeuten Kenneth Wennerqvist behandlar temat Fysioterapi - vad och varför.
TI	14 APR	REGIONENS VÅRMÖTE SPF Region Östnyland håller sitt vårmöte i Borgå, Agricolasalén med början kl. 11.00. Källarkören uppträder.
TO	16 APR	GEMENSAM LUNCH Restaurang Fabriken kl. 12.30 i Konstfabriken Kontaktperson: Rosi Aarttila, tfn 040 824 4212. INGEN FÖRHANDSANMÄLAN!
LÖ	18 APR	TEATER SVENSKA TEATERN KULTURBÄRARNA med Dennis Nylund. Anmälningar: Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com. el. tfn 040 543 7801 (helst sms). senast 18.3.26. Pris: 52 € inkl. buss. Föreställningen börjar kl. 16.

MÅ - ON	20-22 APR	SENIORSKEPPET	Kom med på förbundets kryssning med Viking Cinderella . Anmäl dig senast 6.3.2026 till Christer Jämsén, tfn 045 2606 700 el. e-post: christer.jamsen@gmail.com.
TO	23 APR	SAMKVÄM	Peter Floman berättar om karavanen till Ukraina.
LÖ - MÅ	2-4 MAJ	TEATER OSCARSTEATERN	Teaterresa till Stockholm för att titta på komedin TRASSEL . Kontaktperson: Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com. el. tfn 040 543 7801 (helst sms). FULLBOKAD!
TI	5 MAJ	GOLFKURS	Välkommen på nybörjarkurs i Virvik kl. 12-16. Efter kursen får man grönt kort. Anmälningar till golf läraren Christine Blomqvist, tfn 040 7666 233 el. christine.blomqvist@gmail.com. Pris 89 €.
TO	7 MAJ	SAMKVÄM	Idag blir det BINGO med Broda!
ON - TO	20-21 MAJ	VÅRLUNCHEN	Mera info kommer senare.
TO	4 JUN	GOLF	Nyländska golfmästerskapet ordnas i Virvik i Borgå.
LÖ	6 JUN	KONSERT VEIKKAUS ARENA	Konsert med ANDRE RIEU . Kontaktperson: Christer Jämsén, tfn 045 2606 700 el. christer.jamsen@gmail.com. FULLBOKAD!
LÖ	4 JUL	RASEBORGS SOMMARTEATER	ROCK OF AGES . Före konserten äter vi lunch på Fyren i Ekenäs (ny ägare, ny meny). Anmälningar: Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com. el. tfn 040 543 7801 (helst sms) senast 3.6.26 . Pris: 57 € (inkl. teaterbiljett, lunch och buss).
sö	26 JUL	LURENS SOMMARTEATER	HUNDRAÅRINGEN SOM KLEV UT GENOM FÖNSTRET OCH FÖRSVANN . Anmälningar: Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com. el. tfn 040 543 7801 (helst sms) senast 26.6.26 . Pris: 35 € (inkl. buss).
TO	20 AUG	BOULE MÄSTERSKAP	Förbundsmästerskapen i Boule 2026 kommer att gå av stapeln 20 Augusti på Lovisa Travbana. Pernå pensionärer är arrangörsförening.
TO	8 OKT	TEATER SVENSKA TEATERN	ÄNGLAGÅRD . Årets stora musikalhändelse! Anmälningar fr.o.m. 27.1.26 till Gia Mellin-Kranck, helst via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com el. tfn 040 543 7801 (helst sms) senast 6.9.26 . Pris: 98 € (inkl. buss). Föreställningen börjar kl. 18.30.

Sommarens programplaner är till en del ännu på planeringsstadiet men tanken är att också denna sommar ordna en subventionerad **Sommarutflykt**. Vänta och se! Också **Hemliga resan** i augusti finns med i våra planer. Om det finns intresse för **Hamina Tattoo** ordnar vi en resa dit också. Följ med vår annonsering så vet du vad som händer inom föreningen.

Mera info hittar du på vår webbsida: <https://borga.sfpension.fi/start/> och vår Facebooksida: <https://www.facebook.com/borgasfp>

Observera att det kan ske förändringar i programtablån.

PLOCK UR VÅRENS OCH SOMMARENS PROGRAM

Du hittar mera information om dessa evenemang på vår webbsida:
<https://borga.spfpension.fi/program/> och i medföljande programtablå

SAMKVÄM

Kom med på våra samkväm som ordnas varannan torsdag i Agricolasalen, Ågatan 7. Intressant program och trevligt sällskap utlovas över en kopp kaffe eller kanske två. Mera info hittar du i programtablå.

TEATER



DÖDSDANSEN Svenska teatern lö 28.3.2026

Riksteatern från Sverige gästspelar.

Läs mera:

<https://svenskateatern.fi/repertoar/riksteatern-dodsdansen/>



KULTURBÄRARNA Svenska teatern lö 18.4.2026

En festlig föreställning med Dennis Nylund i alla roller.

Läs mera:

<https://svenskateatern.fi/repertoar/kulturbarna/>



ÄNGLAGÅRD Svenska teatern to 8.10.2026

Årets stora musikalhändelse!

Läs mera:

<https://svenskateatern.fi/repertoar/anglagard/>



Välkommen med på Seniorskeppet som ordnas 20-22.4.2026 ombord på M/S Viking Cinderella.

Genomgripande tema är Sverige-Finland, vår gemensamma historia och kultur.

Lär mera:

<https://www.spfpension.fi/events/seniorskeppet/>

SOMMARTEATER



ROCK OF AGES Raseborgs sommarteater lö 4.7.2026

Raseborgs Sommarteater firar 60-årsjubileum 2026 med den nostalgiska rockmusikalen Rock of Ages.



HUNDRAÅRINGEN SOM KLEV UT GENOM FÖNSTRET OCH FÖRSVANN

Lurens sommarteater
lö 26.7.2026

En fartfylld, musikspäckad berättelse om ett liv som aldrig blir som man tänkt sig.

Läs mera:

<https://www.lurens.fi/hundraaringen/>

Allmänt nödnummer: 112

Räddningsverket: 020 1111 400

HÄLSOVÅRD

RÅDGIVNING OCH KLIENTHANDLEDNING FÖR ÄLDRE (f.d. RODRET)

Rådgivning och information om tjänster för äldre. Du kan ringa **019 560 0152** vardagar, kl. 9–14.30. Tjänsten är avgiftsfri. Du får rådgivning och information om tjänster för äldre och andra alternativ för att stöda ditt välbefinnande och din vardag.

BORGÅ SOCIAL- OCH HÄLSOSTATION

Tidsbeställning och bedömning av vårdbehovet.
Tfn **019 560 0400**, öppen mån-fre **8.00 – 16.00**
Om du blir akut sjuk, kan du komma till hälsocentralen även utan tidsbeställning.
För icke brådskande ärenden betjänas hörselskadade via sms-linjen på tfn **045 7397 6509**.

BORGÅ SJUKHUS

Telefonväxel: **019 548 21**

Ring Jourhjälp (24 h/dygn) förrän du söker dig till akutmottagningen, tfn **116 117** (0 €)
Akutmottagningen vid Borgå sjukhus vårdar patienter som hastigt insjuknat och är i behov av akut vård.

Patientförfrågningar **019 548 2551**
Vid nödsituation ring alltid nödnumret **112**.

TANDVÅRD

Tidsbeställningen för tandvård vid tandklinik i Näse är öppen må-to 8-15, fr 8-14, tfn **019 5600 130**.
Personer med hörselnedsättning och andra specialgrupper kan även boka en tid via SMS på tfn **045 7397 9980**
Annullering av bokad vårdtid bör göras senast 24 timmar

MINNESPOLIKLINIKEN

Målet är att i ett så tidigt skede som möjligt utreda orsakerna till minnesstörningar innan de orsakar betydande besvär..

Telefontid må-to kl. **8-9**.

Tfn **040 094 6445** eller tfn **040 358 7434**
Du kan boka tid per telefon utan läkarremiss.

GIFTINFORMATIONSCENTRALEN

Öppet dygnet runt.

Tfn **0800 147 111** (avgiftsfri) eller tfn **09 471 977** (avgift)

MINNESLOTSSEN tfn 044 765 5566

Verksamhetens målsättning är att nå personer med olika minnesstörningar, deras anhöriga och närstående.

ÖVRIGA TJÄNSTER

KOMPANJONSSKAPSHUSET MEDVIND

Erbjuder tjänster och aktiviteter som främjar psykisk hälsa samt förebygger och reparerar skador orsakade av spel, missbruk, våld i nära relationer och annat våld.

Rådgivning och handledning av koordinator, tfn **040 139 6122**, vardagar kl. **9-14**

KOMPASSEN

Råd och hjälp i ärenden som anknyter till stadens tjänster.

Öppettider: må-fr 10-15, tfn **020 692 250**

Lundagatan 8 A.

SOCIAL- OCH PATIENTOMBUDET

Ger patienter och klienter råd och information i frågor som gäller deras rättigheter.

Social- och patientombud

telefontid mån. och tors. kl. **9–13**, tfn **040 514 2535**

BYASKJUSSEN

Du kan beställa skjutsen med mobilappen ”Resor och biljetter” eller ringa **044 777 7267** må-fre kl. 9-15

HÖRSELFÖRENINGEN I ÖSTNYLAND RF.

Ordförande:

Anneli Holmberg, tfn **050 379 9972**

<https://ostnyland.horsel.fi/>

LEDD OCH SJÄLVSTÄNDIG MOTION

Borgå stads idrottstjänster, tfn **040 584 3763**

FÖRBUNDET FINLANDS SVENSKA SYNSKADADE

Synrådgivare Ann-Catrin Tylli

tfn **040 511 3345**

ann-catrin.tylli@fss.fi

RÖDA KORSETS VÄNTJÄNST

Vänförmedlingen tisdagar klo 10-12 i Kolo, Ågatan 25
Sommarpaus 1.6-10.8.

Dejourtelefon **040 757 1236** svarar vardagar klo 9-16

Hjälp med läkarbesök, frisörbesök osv. samt förmedling av vänner som sällskap. Du kan också själv bli en frivillig vän genom att genomgå grundkursen i vänverksamhet.