



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



Ingmar Karlsson  
ordförande  
Borgå i augusti 2025

## Bästa medlemmar!

Sommaren går sakta mot sitt slut och lämnar plats för höstens aktiviteter och nya möjligheter till gemenskap. Jag hoppas att alla har haft en skön sommar fylld av såväl vila som trevliga upplevelser, kanske med vänner på någon av våra utflykter eller i hemmets lugna vrå.

I takt med att dagarna blir kortare och kvällarna svalare vänder vi nu blickarna framåt mot en höst med mångsidigt program, aktiviteter, träffar och resor i trivsam anda.

Tack för en härlig sommar!

I sommar har föreningens medlemmar tagit del av flera uppskattade arrangemang – en del så populära att alla inte rymts med... Jag, och vi alla i styrelsen är självfallet glada och stolta över att många vill delta i våra aktiviteter, och vi vinnlägger oss om att vara rättvisa så att alla har samma möjlighet när anmälningarna börjar mottas. Men ibland är det så att värdarna för våra utflykter inte kan ta emot alla som vill delta. Så gick det dessvärre med vår dagsutflykt till Sarfsalö.

Men vi har löfte om att få återkomma, och då skall alla som nu blev utanför ha förtur om ni ännu vill komma!

Men, mina vänner, glädjen har varit stor att återigen kunna samlas, njuta tillsammans och dela erfarenheter. Jag vill särskilt tacka alla er som gjort dessa tillfällen möjliga; både ni som engagerade er i planering och ni som deltog med värme och entusiasm.

Vi hoppas att färskna minnen av soliga dagar och glada samtal får stanna kvar – och att de lägger en positiv grund inför det som väntar. Kanske har nya vänskapsband knutits, kanske har gamla minnen väckts till liv.

Nu blickar vi framåt!

Styrelsen har arbetat engagerat för att skapa en varierad och inspirerande höstsäsong som bjuder på något för alla, vare sig du gillar kultur, resor, motion eller bara att umgås över en kopp kaffe.

I detta brev hittar ni verksamhetsplanen för hösten – samkvämen är till största delen klara – än en gång bjuder vi på intressanta föredrag, diskussioner, musikunderhållning och inte minst, aktuell information från Borgå stad. Och säkert också överraskningar...

Även föreningens olika "smågrupper" – alla är minsann inte små – fortsätter i vanlig ordning sina aktiviteter, så häng med!



Jag vill också påminna om att ni alltid är välkomna att komma med egna idéer och önskemål. Föreningen är till för oss alla, och tillsammans skapar vi det program vi själva vill ha. Därför vill jag gärna understryka följande: föreningslivet bygger på engagemang och delaktighet. Är du intresserad av att hjälpa till vid våra träffar, med serveringen, leda en aktivitet eller kanske ordna något nytt? Hör av dig till någon av oss i styrelsen!

Ingen insats är för liten, och tillsammans blir vi starkare. Vi välkomnar även tips på föreläsare, utflyktsmål eller teman till kommande träffar.

Bästa medlem, tillsammans gör vi vår verksamhet trevlig och meningsfull. Oavsett om du är ny medlem eller har varit med länge hoppas jag att du känner dig välkommen och inkluderad i gemenskapen. Ditt deltagande spelar roll – varje möte, varje vänligt ord och varje skratt bidrar till den värme och samhörighet som gör vår förening unik. I tider när inbesparingar i samhällets service blir allt mer kännbara är det viktigt att vi i den så kallade "tredje sektorn" fortsätter stöda varandra, lyssna och räcka ut en hand när den behövs!

Din 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 stoljumpyppa på samkvämen då hon har möjlighet.

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

## STYRELSEN 2025

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

**Bror-Erik Ekstam** tfn 0400 904 382

**Christer Jämsén** tfn 045 260 6700

**Ingolf Lindén** tfn 0400 301 705

**Kerstin Rikberg** tfn 040 549 7000

**Elisabeth Svaetichin** tfn 040 593 8804

## SMÅGRUPPERNA INFORMERAR

### BOULE

Vi fortsätter att spela boule inomhus under hösten och 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](mailto:magnus.blomqvist51@gmail.com)

### VATTENJUMPAN

**Stina Särkkä** som drar vattenjumban meddelar att den börjar igen den 1.9.25 kl. 14.30 i Äppelbackens bassäng.

Du kan anmäla dig via e-post till Stina: [stina.sarkka@pp1.inet.fi](mailto:stina.sarkka@pp1.inet.fi)

### STICKGRUPPEN

Stickgruppen har inte mera tillgång till utrymmena på Äppelbacken så vi informerar mera när utrymmesfrågan har lösts.

# PLOCK UR HÖSTENS PROGRAM

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

## TEATER



### **DIVAN** **Svenska teatern** **10.10.25**

Ett psykologiskt  
relationsdrama som  
utspelar sig både för  
tidigt och för sent

Läs mera här:

<https://svenskateatern.fi/repertoar/en-lysande-ide/>  
r



### **AMOS A** **Svenska teatern** **8.11 2025**

Svenska Teatern  
sätter upp nyskriven  
pjäs om Amos  
Anderson

Läs mera här: <https://svenskateatern.fi/svenska-teatern-satter-upp-nyskriven-pjas-om-amos-anderson/>



### **SATURDAY NIGHT FEVER** **Tryckeriteatern i Karis** **22.11.2025**

Musikalen är full av The Bee Gees kändaste  
sånger såsom Night Fever, Disco Inferno  
och How deep is your love.

Läs mera här:

<https://www.tryckeriteatern.org/sv/biljetter/view-183897-118085>



### **MOULIN ROUGE** **Helsingfors stadsteater** **30.12.25**

Musikalen är en megahit! Den Oscar-  
belönade episka filmklassikern väcks till liv  
och pulserar av liv på stadsteaterns stora  
scen.

Läs mera här: <https://hkt.fi/esitykset/moulin-rouge-musikaali/>

## KONSERT



### **J.S. BACHS JULORATORIUM** **Lovisa kyrka** **29.11.2025**

Bachs Juloratorium bidrar till en  
stämningsfull inledning på adventstiden.  
Före konserten besöker vi Agricolahuset i  
Pernå där vi bjuds på glögg med tilltugg  
och guidning.

# SENIORNYTT

## Gyllene simkort – gratis simhallsbesök för personer i åldern 70+

I Borgå stads simhall inleds i augusti 2025 ett försök där 70 år fyllda Borgåbor kan utnyttja avgiftsfria simhallsbesök med hjälp av ett så kallat Gyllene kort.

- Avgiftsfria simhallsbesök under sex månader
- Gäller på vardagar till kl. 15.00, ett besök per dag
- Försöket pågår till och med 27.2.2026

### Var och hur får man kortet?

- Från Borgå stads kundtjänst Borgå-info, Lundgatan 8
- Öppet vardagar kl. 9–15
- Personbevis krävs för att styrka att du är bosatt i Borgå. Du måste dessutom köpa ett kundkort (5 €), på vilket Gyllene kortet laddas

## Besök hos privat allmänläkare för personer som fyllt 65 år

Personer som har fyllt 65 år kan från och med 1.9 besöka en privat allmänläkare till priset av klientavgiften inom den offentliga primärvården. Du kan söka privat läkarstation från och med 1.9.

Det är fråga om det så kallade valfrihetsförsöket som pågår 1.9.2025–31.12.2027.

År 2025 kan du göra högst 2 besök. Åren 2026–2027 kan du göra högst 3 besök per kalenderår. I MittFPA kan du se hur många besök du har gjort.

Läs mera här: <https://www.kela.fi/besok-hos-privat-allmanlakare-for-personer-som-fyllt-65-ar>

## Seniorkultur Kulturupplevelser på eftermiddagar!

Seniorseriens eftermiddagsevenemang ordnas i Fabrikssalen i Konstfabriken onsdagar kl. 15, om inte annat anges. Biljetterna kostar ungefär 10 euro/föreställning.



### I LASSES KÖLVATTEN

17.9.25

Lasse Mårtenssons klassiker och andra musikpärlor. Sångerna är huvudsakligen på svenska.



### ZARAH L - EN ENKVINNAS MUSIKAL

19.11.25

En världsstjärnas berättelse ackompanjerad av 30-talets schlagers. Föreställningen är på finska.

## Kom ihåg även detta!



**SENIORDISKO – legendariske DJ:n Börje**  
underhåller diskofolket

28.10.2025

14:00 - 16:00

Konstfabriken



## VERKSAMHETSPLAN HÖSTEN 2025

Samkvämen hålls i Agricolasalen, Ågatan 7 och börjar kl.12.30. Du hittar mera info om programmen på vår webbsida: <https://borga.spfpension.fi/program/>

| 2025      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TO        | 11 SEP       | <b>SAMKVÄM</b><br>Åsa Hellman berättar med ord och bild om sitt liv och sitt konstnärskap.                                                                                                                                                                                                                               |
| TO        | 18 SEP       | <b>GEMENSAM LUNCH</b><br><b>Restaurang Seireeni kl. 12.30.</b> Linnankoskigatan 45. Kontaktperson: Elisabeth Svaetichin, tfn 040 593 8804. Ingen förhandsanmälan.                                                                                                                                                        |
| TO        | 25 SEP       | <b>SAMKVÄM</b><br>Vi spelar <b>Bingo</b> med Broda Ekstam. Bingot är gratis men en del av lotterivinsterna ni hämtar med er delas ut som bingopris.                                                                                                                                                                      |
| TI-<br>TO | 7-9 OKT      | <b>GOD TIDS<br/>HÖSTKRYSSNING</b><br>Höstkryssning till <b>Stockholm</b> . Kontaktperson: Christer Blomberg, tfn 050 549 6600. E-post: christer.blomberg@pp.inet.fi                                                                                                                                                      |
| TO        | 9 OKT        | <b>GEMENSAM LUNCH</b><br><b>Restaurang Fabriken kl. 12.30.</b> Västra Alexandersgatan 1. Kontaktperson: Rosi Aarttila, tfn 040 824 4212. Ingen förhandsanmälan.                                                                                                                                                          |
| FR        | 10 OKT       | <b>SVENSKA TEATERN</b><br>Klockrike teatern: <b>DIVAN</b> . Ett relationsdrama som utspelar sig både för tidigt och för sent. Anm. till Gia Mellin-Kranck via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com el. tfn 040 543 7801 (helst SMS) senast <b>8.9.25</b> . Pris: <b>50 €</b> inkl. buss. Föreställningen börjar kl. 19. |
| TO        | 16 OKT       | <b>SAMKVÄM</b><br>Jan-Erik Andelin och Mats Fontell musicerar och berättar.                                                                                                                                                                                                                                              |
| TO        | 23 OKT       | <b>SAMKVÄM</b><br>Kaija Rimaila föreläser om våra matvanor.                                                                                                                                                                                                                                                              |
| TO        | 30 OKT       | <b>GEMENSAM LUNCH</b><br><b>Rafael's Steakhouse kl. 12.30.</b> Biskopsgatan 28. Kontaktperson: Ingolf Lindén, tfn 0400 301. Ingen förhandsanmälan.                                                                                                                                                                       |
| TO        | 06 NOV       | <b>SAMKVÄM</b><br>Robert Lemberg berättar om Agricolasällskapet                                                                                                                                                                                                                                                          |
| LÖ        | 08 NOV       | <b>SVENSKA TEATERN</b><br>En nyskriven pjäs om Amos Andersons osannolika och färgstarka liv. Anm. till Gia Mellin-Kranck via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com el. tfn 040 543 7801 (helst SMS) senast <b>6.10.25</b> . Pris: <b>50 €</b> inkl. buss. Börjar kl. 16.                                                 |
| TO        | 13 NOV       | <b>GEMENSAM LUNCH</b><br><b>Restaurang Kellari kl. 13.00.</b> Tullportsgatan 1. Kontaktperson: Anja Sjöholm, tfn 0400 577 809. Ingen förhandsanmälan.                                                                                                                                                                    |
| TO        | 20 NOV       | <b>SAMKVÄM</b><br><b>Föreningens höstmöte.</b> Ove Othman underhåller oss.                                                                                                                                                                                                                                               |
| LÖ        | 22 NOV       | <b>TRYCKERITEATERN<br/>KARIS</b><br><b>Saturday Night Fever - the musical</b> med medryckande musik av The Bee Gees! Anm. till Gia Mellin-Kranck via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com el. tfn 040 543 7801 (helst SMS) senast <b>29.10.25</b> . Pris: <b>38 €</b> inkl. buss. Börjar kl. 17.                        |
| LÖ        | 29 NOV       | <b>JULORATORIET<br/>LOVISA KYRKA</b><br>Vi åker till Lovisa för att åhöra <b>Bachs Juloratorium</b> . Före konserten besöker vi Agricola-huset i Pernå där vi serveras kaffe med tilltugg och får höra lite om Mikael Agricola. Kontaktperson Christer Jämsén. Pris c. 50 €                                              |
| TO        | 04 DEC       | <b>SAMKVÄM</b><br>Aktuellt om Borgå. <b>Mikaela Nylander</b> informerar.                                                                                                                                                                                                                                                 |
| TI-<br>ON | 16-17<br>DEC | <b>JULFESTEN</b><br>Vi firar vår <b>Julfest i Agricolasalen</b> under dagarna två. Vi kommer med mera info lite senare.                                                                                                                                                                                                  |
| TI        | 30 DEC       | <b>HELSINGFORS<br/>STADSTEATER</b><br>Filmklassikern <b>Moulin Rouge</b> får nytt liv på teaterscenen. Anm. till Gia Mellin-Kranck via e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com el. tfn 040 543 7801 (helst SMS) senast <b>28.11.25</b> . Pris: <b>105 €</b> inkl. buss. Föreställningen börjar kl. 18.30.                  |
| TO        | 15 JAN       | <b>SAMKVÄM</b><br><b>Vi firar våra jubilarer</b> som fyllt jämna år under föregående år.                                                                                                                                                                                                                                 |

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

#### BYASKJUSSEN

Servicelinjen Passeli har slagits samman med Byaskjussen.

Du kan beställa skjutsen med mobilappen "Resor och biljetter" eller ringa 044 777 7267 må-fre kl. 9-12

#### 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](mailto: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.