




Slottsparkens Vänner – Månadsbrev november 2025

Hej på er kära medlemmar nu är november snart här....


Solen har tuffat på stadigt och först den 22 oktober kom lite regn på oss och lövträdens blad riktigt skimrade av lycka över lite väta. Värmen är kvar ännu så länge så bara du har bra på fötterna så är det ut och njut som gäller.

 **Oktober** har också tuffat på. På träningarna har vi varit alldeles lagom många där nere i vårt eget designade lilla gym.

I Galleriet var det lite ovant att träna kl 15:15 på måndagar i Galleriet, men när man väl är där så går det ju alldeles utmärkt. Det är en härlig känsla att ligga där under avslappningen och titta upp i det märkliga taket, tänkt för att ljussätta konst och exotiska växter. Undrar just vad Dora Lamm hade tyckt om det? Det är ganska skönt att inte behöva passa tiden kl 9 alla tre träningsdagar dagar i veckan, nu bara en dag på Ylvas cirkelträning kl 9 på fredagar.

Oktoberfilmen den 15/10 blev The Naked Gun, en vildsint och stundtals rolig film som tog andan ur några av oss. Vem trodde att respektabla Liam Neeson skulle ge sig in den genren? Inför kommande filmkvällar tar vårt filmteam Katarina S, Kicki och jag gärna emot förslag på filmer framöver.

Idag den 28 oktober besökte en liten skara av oss Waldemarsudde för att se utställningen om Racksta kolonin. Museet hade verkligen lyckats skapa en mästertligt kurerad utställning med många fina verk, både konst och konsthantverk. Vi rundade av med en mysig och rejäl lunch i Prinsens kök.

 **Hemsidan.** Mats har också fixat ett bildgalleri på hemsidan, www.slottsparkensvanner.se så gå in och kika. Nu har vi också en förslagslåda där, och via vår mailadress info@slottsparkensvanner.se kan du säga vad du tycker om precis vad som helst. Någon av oss i styrelsen (just nu Mats) vittjar lådan regelbundet och återkommer snabbt till förslagsställaren.

Det här brevet kommer till dig genom Slottsparkens Vännerns egen brevlåda och så blir det fortsättningsvis med all kommunikation från oss i styrelsen. Mellan enskilda medlemmar är naturligtvis allt som vanligt, dvs man använder de personliga mail adresser man har sedan tidigare.





November – Träning och Aktiviteter

Träningen följer samma schema som oktober, dvs Rörlighet kl 15:15 på måndagar, Cirkel med Maline på kl 10.00 onsdagar och Cirkel med Ylva kl 9.00 på fredagar. Lite nytt från Maline och Ylva kommer här: I gymmet/Spa tänds ljuset numera automatiskt kl 06:00 och släcks kl 10:00 varje kväll. Och en sak till: När det börjar bli slaskigt ute - ta på skoskydd redan vid entrén däruppe för att skona trappmattan, som annars blir förstörd!

November **filmkväll** blir den 17 november och ingen film är bestämd ännu, så hör gärna av dig med tips! Men tänk på att det måste vara sk streamade filmer, dvs filmer som inte längre går på bioograferna.

Biljard. När mörkret faller och golf och boulebanorna vintervilar går vi istället över till boll på grön duk. Vi testar biljard första gången den 11 november kl 16:30 i slottets biljardrum och Katarina S har lovat inviga oss i spelet. Nybörjare? Inga problem, det blir lättare instruktioner. Föranmäl dig till katarina.storsten@gmail.com senast dagen innan.

Utställning. Den 13 november kl 14 har vi bokart en specialvisning av CG Ekbergs fantastiska skulpturgalleri i Stallet. (Se tidigare inbjudan från Katarina S). Visningen tar ca 1 timme. Anmäl dig till katarina.storsten@gmail.com senast torsdag 6/11.

Bokklubben träffas måndag den 10/11 kl 13, lite tidigare än vanligt pga rörlighetsträningen som börjar strax efter kl 15.

Vår **AW** i november blir också lite tidigare än vanligt, nämligen den 14 november någonstans på slottet, nytt mail kommer längre fram om var det blir någonstans.

Allhelgona ligger runt hörnet och inte minst Halloween. Men det är inte långt till jul, så för att säkra så ni inte bokar upp något annat så berättar vi redan nu att vår jullunch blir den 11 december kl 13 på slottet. Vår kassör Lars hälsar att föreningskassan bjuder oss på den.

Hösthälsningar

Styrelsen gm Annika

