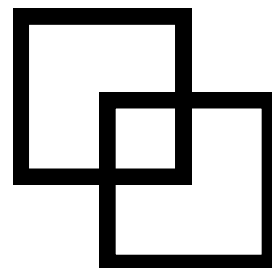




Square up

Nr 3 2013 1 december

Klubbinformation från
Squaredansklubben
Seniorerna i Stockholm



***Så här glada och pigga var vi på den
sedvanliga Kick-Off dansen, den här
gången på Hägerstensåsen.***

Gå in på Seniorernas hemsida "**www.seniorerna.org**"
eller på "**www.facebook.com/seniorerna**"
om du vill veta mer om vår aktuella verksamhet.



Ordföranden har ordet

Kära medlemmar!

Squaredans är lätt, det är bara lyda callerns kommandon. Om callern inte säger något, rör vi oss inte ur fläcken.

"Han callar inte alltid som vi dansar"! Så kan vi klaga och skoja ibland med varandra. Alla gör vi fel och då kan vi säga: "Jag är inte dum, men ibland har jag otur när jag tänker". (Fritt efter Nalle Puh).

Ännu ett fullmatat dansår är till ända. Våra kurser och danser har varit roliga och välbesökta. Runt 2000 personer har kommit till våra danser och evenemang. Drygt 350 personer deltar varje vecka i en eller flera kurser. Tack alla goa danskompisar för värme och gemenskap!

Tack också alla våra skickliga callers! (Roland, Sven, Sotarn, Leif, Olle, Calle, Micke, Snuffe, Rojne, Lasse, Janne, Svante, Stefan, Freddie, Jack) Ni har givit oss så mycket glädje! Det syns att ni också har kul när ni får oss gå runt i en del kluriga call. En caller måste vara både en snäll pedagog och psykolog – det krävs nog en särskild hjärna till det!

Stora Seniordansen med både square- och linedance på Idrottshögskolan var även i år en succé. Vi var 334 dansare uppdelade på fyra salar. Helena Schoegje från Lucky Line var discjockey för linedansen. Callers var Roland Danielsson, Svante Jordeskog och Sven Andréason som altemnerade mellan squaredanssalarna på nivåerna B36-A2.

"Fyrklövern" (Huddinge, Näsby park, Täby och Seniorerna) anordnade tillsammans för 11:e året i rad denna Stockholms största dans. Det är vi omåttligt stolta och glada för!

Nu står det inte länge på innan vi ses till Seniorernas Knutsdans på Hasselbacken! Lägsta nivå då blir full Basic. **Låt vintern gå som en dans!**

Styrelsen skickar kramar och önskar er alla 503 medlemmarna en God Jul och Gott Nytt År!

Gugge

MINNESRUTA våren 2014

Onsdagen den 8 januari
Introduktion / Intensivkurs
i Enskede, för alla nybörjare Se sid 7

Fredagen den 10 januari
KNUTSDANS
i Hazeliussalen, Hasselbacken Se sid 9

Lördagen den 8 mars
ÅRSMÖTE
i Brommasalen Se sid 7

Måndagen den 7 april
GRADUERING
i Spånga Folkan Se sid 9

Onsdagen den 9 april
BYTA SIDA-DANS
i Enskede Gård Se sid 13

Onsdagen den 23 april
VETERANTRÄFF
i Enskede Gård Se sid 17

Söndagen den 11 maj
VÅRFEST
på Tollare Se sid 10

Måndagen 19 maj till torsd. 22 maj
KLUBBRESA
Även den här gången går den till Värmland Se sid 10

Fredagen 6-söndagen 8 juni
CONVENTION
i Västerås mer info i nästa nummer

Ragnar, klubbmästare

Medlemsärenden

Vi är nu 503 medlemmar.

I denna tidning bifogas även **inbetalningskort** för medlemsavgiften 2014 samt en förteckning med nya medlemmar att häftas i medlemsregistret.

Glöm inte att meddela din nya adress om och när du flyttar!

Pia, medlemssekreterare

Seniorernas kurser våren 2014

Kursavgiften är 400:- per termin. Vill du gå flera kurser tillkommer sammanlagt 100:-, allt per termin.

Seniorernas plusgironummer för kursavgifter är 57 80 73 - 9.

Glöm inte att ange kursnummer och ditt namn på inbetalningen!

Anmälan görs vid första kurstillfället.

På kurs 12 kan man även strödansa för 50:- per gång.

Kurs	Nivå	Dag	Tid	Kursledare	Start	Slut	Lokal	Kursvärdar
1	Basic termin 2	Onsdag	13.10 - 14.55	Roland Danielsson	15 jan	2 april	Enskede	Gunilla Boman 0704-61 36 99
2E	Basic termin 4	Onsdag	11.20 - 13.05	Roland Danielsson	15 jan	2 april	Enskede	Leila Lindström 08-99 27 57
2K	Basic termin 4	Måndag	14.55 - 16.40	Roland Danielsson	13 jan	31 mars	Kallhäll	Gunnel Ekberg 08-580 152 21
3	Mainstream termin 2	Måndag	13.05 - 14.50	Roland Danielsson	13 jan	31 mars	Kallhäll	Birgitta Lindh 08-580 33 778
4	Plus termin 2	Onsdag	9.30 - 11.15	Roland Danielsson	15 jan	2 april	Enskede	Monika Rabe 08-664 20 07
5	Plus termin 4	Måndag	11.15 - 13.00	Roland Danielsson	13 jan	31 mars	Kallhäll	Annmarie Maeland 08-36 82 77
6	Plus dansträning	Måndag	9.25 - 11.10	Roland Danielsson	13 jan	31 mars	Kallhäll	Gertrud Sundqvist 08-583 514 43
7	Plus variationer	Tisdag	11.25 - 13.15	Sven Andréason	14 jan	1 april	Enskede	Ove Cederlund 08-717 94 03
8	A1 termin 2	Måndag	12.00 - 13.45	Leif Håkansson	13 jan	31 mars	Enskede	Gunnel Strandlund 08-583 540 18
9	A1 termin 4	Tisdag	9.30 - 11.20	Sven Andréason	14 jan	1 april	Enskede	Solveig Regnér 08-777 13 70
10	A2 termin 4	Fredag	12.00 - 13.45	Michael "Sotarn" Lindberg	17 jan	4 april	Drakenbergs-salen	Ingrid Wallin 08-583 553 28
11	A2 variationer	Måndag	10.00 - 11.45	Leif Håkansson	13 jan	31 mars	Enskede	Ann-Mari Eriksson 08-649 16 72
12	A2 håll igång	Fredag	10.00 - 11.45	Michael "Sotarn" Lindberg	17 jan	4 april	Drakenbergs-salen	Gunnel Tiderman 08-604 01 12

OBSERVERA att Seniorernas plusgironummer för KURSAVGIFTER är 57 80 73 - 9!

(Plusgironumret för övriga avgifter är ett annat. Se sid 18)

Kursavgiften ska vara betald senast den sista februari.

Dansa med Seniorerna våren 2014!

Lördag 25/1 Kl 13 - 16 B36 B 36 M	Pumpan Färggårdstorget 1		<u>Caller</u> Roland Danielsson	Entré 70 kr Tag med ditt fika!
Fredag 14/2 Kl 13 - 16 P A1 P A2	Drakenbergssalen Lignagatan 8		<u>Caller</u> Michael "Sotarn" Lindberg	Entré 70 kr Tag med ditt fika!
Lördag 22/3 WORKSHOP Kl 11 - 13 A2 Kl 14 - 16 A1	Drakenbergssalen Lignagatan 8		<u>Caller</u> Svante Jordeskog	Entré 60 kr ett pass 100 kr två pass Tag med ditt fika!
Söndag 23/3 WORKSHOP Kl 11 - 13 P Kl 14 - 16 M	Drakenbergssalen Lignagatan 8		<u>Caller</u> Svante Jordeskog	Entré 60 kr ett pass 100 kr två pass Tag med ditt fika!
Lördag 5/4 TRÄNINGSDANS FÖR GRADUERING Kl 13 - 16 B	Pumpan Färggårdstorget 1		<u>Caller</u> Rojne Eriksson	Entré 70 kr Tag med ditt fika!
Söndag 27/4 Kl 13 - 16 B M B P	Folkets Hus Kallhälls centrum Se sid 5 för resväg!		<u>Caller</u> Mikael Gerkman	Entré 70 kr Tag med ditt fika!

Information om fotografering

Filmer och foton tagna under våra danser läggs ut på Seniorernas hemsida.

Om du av någon anledning inte vill förekomma på bild,
 kan du informera dansvärden eller någon ur styrelsen om detta.

Styrelsen

Lokaler och resvägar

ABF-huset, Huddinge

Kommunalvägen 26

Pendeltåg till Huddinge. Gå till höger under bron, sedan vänster mot kyrkan. ABF-huset ligger mitt emot kyrkan. Servering finns.

Brommasalen, Alvik

Gustavslundsvägen 168

T-bana Gröna linjen eller Tvärbanan, stn Alvik. Huset ligger mitt emot stationen. Tag med ditt fika.

Drakenbergssalen

Lignagatan 8

Servicehuset "Nya Tellus". Entré hörnet Hornsgatan - Lignagatan. T-bana Röda linjen, stn Hornstull eller buss 4, hpl Lignagatan.

Enskede gård

Palmfeltsvägen 65

T-bana Gröna linjen, stn Enskede gård. Tag med ditt fika.

Folkets hus, Kallhäll

Kallhäll centrum

Pendeltåg mot Kungsängen, stn Kallhäll. Gå över en bro till höger mot Centrum. Folkets hus ligger i Kallhäll Centrum. Tag med ditt fika.

Föreningsgården, Täby

Täby centrum

T-bana Röda linjen mot Mörby. Gå av vid stn Tekniska Högskolan och byt till Roslagsbanan mot Österskär. Stig av vid Täby Centrum. Eller ta buss 604H från Danderyds sjukhus. Gå av vid hållplats Tibble. Kaffe finns.

Hägerstensåsens Medborgarhus

Riksdalervägen 2, Hägersten

Buss 147 från Liljeholmen, hållplats Sedelvägen, precis utanför medborgarhuset. Eller T-bana röda linjen mot Fruängen, station Hägerstensåsen, utgång Hägerstensåsen. Gå åt höger vid utgången, sedan strax åt vänster och följ Sedelvägen ca 200 m uppför, vik av till vänster på Sparbanksvägen, sikta på rött tegelhus på högra sidan.

Kvarntorpsgården

Näsby allé 72

T-bana (Mörbylinjen) till Danderyds sjukhus. Buss 610 och 670 till Roslags-Näsby trafikplats. Tag med ditt fika.

Pumpan, Katarinasalen

Färgargårdstorget 1

T-bana till Slussen. Buss 2 (mot Sofia), avstigning ändhållplatsen Barnängen. Gå tillbaka, tag till vänster Barnängsgatan mot Färgargårdstorget. Buss 59 har ändhållplats vid Pumpan. Tag med ditt fika.

Spånga Folkan

Spångavägen 353

T-bana Gröna linjen, stn Brommaplan, eller pendeltåg till Spånga station. Buss 117 från Brommaplan eller från Spånga station. Stig av bussen vid hållplats Spånga Folkets Hus. 11 minuter från Brommaplan, 3 minuter från Spånga station.



Övriga danser och kurser inom Fyrklövern



Huddinge Square Swingers Kurser hösten 2013

**Tisdagar: Caller Roland Danielsson
(den 22 april dock Leif Håkansson)**

Kursstart 21 januari

Kurslut 22 april

Kurs 1	09.15-11.00	A2 dansträning
2	11.05-12.50	A1 termin 2
3	13.20-15.05	Basic termin 4
4	15.10-16.55	Basic termin 2

Torsdagar: Caller Sven Andréason

Kursstart 16 januari

Kurslut 24 april (*Ingen kurs skärtorsdagen 17/4*)

Kurs 5	9.30-11.15	A1 dansträning
6	11.20-13.05	Plus dansträning
7	13.35-15.20	Plus termin 2
8	15.25-17.10	Mainstream term 2

Kursansvarig: Lennart Mårtensson, 0701-44 51 19

Huddinge Square Swingers Öppna danser våren 2014

Lördag 25 jan 13.00 - 16.30

Lördagsdans M P A1 Svante Jordeskog

Fredag 7 febr 13.00 - 16.30

Nyborjardans B24 B Sven Andréason

Fredag 14 mars 13.00 - 16.30

Marsdans P A1 A2 Freddie Ekblad

Fredag 11 april 17.00 - 20.00

Kvällsdans B M P Rojne Eriksson

Alla ovanstående danser i ABF-huset, Huddinge.

Onsdag 4 juni 13.00 - 16.00

Picknickdans Bg M Bg P Sven Andréason

Herrängens Gård, Segeltorpsvägen 49-51, Älvsjö

Dansansvarig: Lars Petersson 0707-78 94 93

Panther Squares, Täby

Träningsdanser i Föreningsgården i Täby Centrum,
söndagar klockan 13.00 - 16.00.

Nivåerna M, P, M och A 1. Kostnad 50 kr/gång inkl kaffe.

19/1	Sven Andréason
26/1	Roland Danielsson
2/2	Janne Wiklund
16/2	Micke Gerkman
23/2	Freddie Ekblad
2/3	Micke Gerkman
9/3	Stefan Sidholm
16/3	Michael "Sotarn" Lindberg
23/3	Sven Andréason
30/3	Janne Wiklund
6/4	Freddie Ekblad
13/4	Olle Nilsson
18/4	Våffeldansen - Rojne Eriksson

Frågor: annaoden@hotmail.com

Näsby Parks Squaredanceklubb Öppna danser våren 2014

Lokal: Kvarntorpsgården.

17/2 13.00-16.00 P A1 P A2 Freddie Ekblad
Högnivådans. Avgift 60 kr

17/4 11.00-15.00 B M B P Roland Danielsson
Skärtorsdagsdans. Avgift 50 kr

Onsdagsdanser, avgift 50 kr:

23/4 13.00-16.00 B35 M Rojne Eriksson

30/4 13.00-16.00 B M B P Freddie Ekblad

7/5 13.00-16.00 M P Micke Gerkman

14/5 13.00-16.00 P A1 P A2 Michael "Sotarn" Lindberg

21/5 13.00-16.00 B M B P Calle Brunér

Måndagsdans, avgift 50 kr:

28/5 13.00-16.00 M P M A1 Sven Andréason

Dansansvarig är Gun-Britt Ringvall,
08-510 264 45

E-mail g.ringvall@comhem.se

Näsby Parks Squaredanceklubbs kurser våren 2013

Torsdagar: Kursstart 9 januari.

Caller: Roland Danielsson

10.00 - 11.15	Plus dansträning
11.15 - 12.30	Plus termin 2
13.00 - 14.15	Mainstream termin 2
14.15 - 15.30	Basic termin 4
15.30 - 16.45	Basic termin 2

Kursdagar 9/1, 16/1, 23/1, 6/2, 13/2, 20/2,
27/2, 13/3, 27/3, 3/4. 10 gånger, 250 kr.

Kursansvarig är Victor Gjerstad. Tel: 08-35 48 18. Email: victor.gjerstad@telia.com

Måndagar: Kursstart 13 januari.

Caller: Sven Andréason och Staffan Junel

10.00 - 11.15	A2 dansträning
11.15 - 12.30	A1 dansträning
13.00 - 14.15	A1 repetition/fortsättning

Kursdagar 13/1, 20/1, 27/1, 3/2, 10/2, 24/2, 3/3,
10/3, 17/3, 24/3, 31/3, 7/4. 12 gånger, 300 kr.

De två sista gångerna är ren dansträning på resp nivå med Sven A.

Hjälp oss!

**Vi vill fylla på nybörjarkursen i Enskede Gård.
Hjälp oss genom att komma dit med en kamrat!
Det blir dans och skratt!**

Vi inbjuder till intensivkurs
Onsdag den 8 januari kl. 13 -16, Palmfeltsvägen 65.
Veckan därefter ansluter man till vår pågående nybörjarkurs.
Dagens kurs är gratis. Tag med inneskor!
Vi bjuder på fika. Välkomna!

Frågor besvaras av Kerstin Söderling tel 25 33 23.



Lördag den 8 mars klockan 12.00 samlas vi till

SQUAREDANSKLUBBEN SENIORERNAS

ÅRSMÖTE

i Brommasalen, Gustavslundsvägen 168.

Dagordning och övriga årsmöteshandlingar kommer att finnas på Seniorernas hemsida
samt är även tillgängliga vid mötet.

Motioner skall skriftligen inges till styrelsen minst en månad före årsmötet.

I pausen bjuder klubben på kaffe/te med dopp.

Efter årsmötet dansar vi till klockan 16.00. Caller är Sven Andréason.

Obs! Notera datumet i almanackan. Någon ny kallelse skickas inte ut.

Att hitta dit:

T-bana Gröna linjen eller Tvärbanan till Alvik, utgången mot Vidängsvägen. Huset ligger mitt emot stationen.

Folkets Hus i Kallhäll

Vi har skrivit lite tidigare om de lokaler som vi dansar i, Brommasalen i Alvik och Söderringen i Enskede. Folkets Hus i Kallhäll är ju också en flitigt besökt lokal för kurser och övningar för Seniorerna.

Jag for dit för att få underlag för en liten berättelse, visste inte så mycket om Kallhäll eller Folkets Hus. Klev upp för traporna till salen där man dansar och träffade glada kursdeltagare i Mainstream och magistern Roland Danielsson. Innan man kom in kunde man titta på någon sorts museum med gamla vedspisar, köttkvarnar och grytor

och allsköns järnprylar. Samt TRIM, gamla utombordare. De hade väl hyrt in sig där, tänkte jag.

MEN, så var det ju inte alls, museet har en central betydelse, se här vad jag fick reda på av Mary Maleus, som är föreståndare för Folkets Hus i Kallhäll.

Museet innehöll grejer som Bolinders Verkstad tillverkat en gång i tiden, man kände igen alla saker man såg där, från sin ungdom, köttkvarnar, grytor, som sagt. Fanns till och med bilder på beskrivningar på gasaggregat, som Bolinders tillverkade under kriget. Bolinder-museet kom till 1997.

Det som Kallhäll kretsar ikring är just Bolinders Mekaniska verkstad som hade en lysande verksamhet i början av förra seklet, började på Kungsholmen, låg vid det som nu heter Bolinders plan. Men verksamheten växte och man flyttade verksamheten till Kallhäll, man köpte Kallhälls gård 1906. Bra läge vid järnvägen, riksettan och sjöväg i Mälaren.

Arbetarna ville ha en lokal för sin fackföreningsverksamhet, men Bolinders ville inte sälja mark till sådan verksamhet. Fackföre-

ningsfolk och Järfälla Socialdemokratiska Arbetarekommun bildade då Kallhälls Folkets Hus-förening. Folkets hus hade bildats för att försörja den socialistiska arbetarrörelsen med samlingslokaler.

Man köpte en bostadsfastighet – Grantorp – och i ett uthus, som i folkmun kallas för "hönshuset" inrättade man sin verksamhet, som sedan varade i tjugofyra år. Därefter har man flyttat runt i Kallhälls Villastad, som det heter, och man hamnade slutligen där vi nu är 1970, då Kallhälls centrum byggdes.

Man har en hel del verksamheter i Folkets hus, vilket är en förutsättning för att det skall gå ihop ekonomiskt. Den mest bekanta är den digitala "biografen", där man regelbundet kan se på online-sända Metropolitan-föreställningar från New York. Man har även sänt från Bolsjojteatern i Moskva. Det är förutom Squaredanskurser en hel del andra aktiviteter i huset, körskola, folkdans, biograf, allsång, spelmansstämmor... Ett mycket livaktigt Folkets Hus, således.



Bolinders gjorde även utombordaren "Trim"



Välkänt exempel på Bolinders produktion.

Kurt Åberg



Mary Maleus



VADÅ? KNUTSDANS? NU IGEN?

*Javisst,
traditioner är till för att följas!*

Därför inbjuds alla medlemmar att återigen fira tjugondag KNUT med dans och mat i glada klubbvänners lag. Denna årets första dans träder vi i Hazeliussalen på HASSELBACKEN, Djurgården

**fredagen den 10 jan 2014
kl. 13.00 – 17.00.**

Efter maten dansar vi Basic till A2.
*Det blir ingen dans på lägre nivå än **full** Basic!*

Vi gläds åt att, som traditionen kräver,
kunna erbjuda
en av Sveriges bästa caller

JACK BORGSTRÖM

Lunchmenyn blir en överraskning.
Om du önskar en speciell kost,
notera det på inbetalningskortet!

Anmälan sker med inbetalning av
315:- till klubbens plusgiro 27 07 37-0
senast den 20 december 2013!

Vår knutsdans är som du förstår
subventionerad av klubben.



Gradueringen 2014

Efter vinter kommer vår
och då infaller
klubbens STORA FEST
för årets graduanter!

**Gradueringen genomförs i
Spånga Folkan,
Spångavägen 353,
Måndagen den 7 april
kl. 12.00 - 16.00.
Caller Freddie Ekblad.**

Graduerade medlemmar
är välkomna!

Det är vi klubbmedlemmar som kan
ge graduanterna en minnesvärd dag.
Kom i god tid så ni finns på plats när
graduanterna tågar in kl. 12.00!

Efter gradueringen serveras
en enkel måltid.
Pris för mat och efterföljande dans
är 100:-.

Anmäl er till Britt-Marie Ekman
tel. 08-511 777 20
senast den 24 mars.

Särskild inbjudan kommer
till graduanterna.

Hjärtligt välkomna!
Styrelsen



Söndagen den 11 maj 2014 kl. 10.00 – 16.00 är det återigen dags för

TOLLAREDANSEN

Callers: Sven Andréason och Michael "Sotarn" Lindberg

Vi samlas kring en kopp kaffe eller te 9,45 – 10.00 och dansar sedan B36 - A2 i två salar med avbrott för en god lunch.

Alla är hjärtligt välkomna, inte bara Seniorernas medlemmar!



Anmälan med inbetalning av 195:- görs till klubbens pg 27 07 37-0 och skall vara kassören tillhanda **senast 20 april**.



Märk talongen: **Tollare, ditt namn, ditt personnummer** (för att få subventionerat pris) och vilken högsta nivå du dansar t.ex. P eller B36.

Färdväg till Tollare Folkhögskola:

T-bana / buss : T-bana till Slussen. Från bussterminalen avgår buss 414 (ändstation Orminge) kl 9.22, framme vid Tollare kl 9.42. Hem går bussen från Tollare varje halvtimme.

Bil: Kör motorvägen 222, Värmdöleden, genom Nacka mot Gustavsberg. Direkt efter Skurubron kör du till höger. När du efter ca 50 meter kommer till *stopptecknet* ska du köra till höger. Efter ca 1600 meter finns en skylt till höger mot Tollare skola.



Hotell Selma Lagerlöf

Ack Värmland du sköna..

Klubbresan 2014

Måndag 19 maj - torsdag 22 maj



Mårbacka

Resan går till hotell **Selma Lagerlöf** i Sunne, Värmland.

På vägen dit åter vi lunch i Örebro och efter maten besöker vi Alsters bruk, Gustaf Frödings födelsegård, innan vi anländer till Selma. En av de följande dagarna bekantar vi oss med en kulturpersonlighet i närområdet.

Men som vanligt lägger vi tyngdpunkten på gemytlig samvaro och lärorik dans på nivåerna full Basic till A2.

Bussen rymmer 68 passagerare så snabba på med anmälningarna!

Anmälningsavgiften. **500 kr** sätts in på pg 270737-0, senast den **31 januari 2014**.

Om det redan är fulltecknat skickas den tillbaka snarast. Anm. avgiften återfås ej om avbokning sker senare än 20 april.

De som fått plats i bussen kontaktas med brev eller mail.

Om man vill ordna egen transport är det ok förutsatt att bussen är full.

Årets prislista:

Helpension i dubbelrum 3525 kr. Helpension i enkelrum 4435 kr.

I priset ingår bussresa, buss till utflykter, guide, dansavgift, lokalhyror och entréer.

Dansen leds av våra rutinerade kursledare, Sven Andréason och Michael "Sotarn" Lindberg.

Frågor besvaras efter bästa förmåga av Ragnar Gillberg, klubbmästare, 08-36 46 04.

HÖSTENS GLADA KICK OFF

Efter en härlig sommar med bland annat mycket dans på Stora Skuggan samlades vi (ca 100 glada medlemmar) för kick off i Hägerstensåsens medborgarhus där vi dansade till den alltid glade Sven Andréasons callande. Som nybliven medlem i Seniorerna gladdes jag åt den gemytliga stämningen och det varma mottagandet samt förstås dansen denna varma och soliga höstdag. Varmt blev det givetvis också i den av dansare helt fyllda salen. Några fel gjorde jag mig som vanligt skyldig till, men vad gjorde det i detta glada gäng.



Ordföranden och callern tycktes komma väl överens.

Gugge hade hälsat oss välkomna och uppmanade oss att ta för oss av höstens kursutbud.

Andra bullar blev det så småningom d.v.s. kaffepaus med bullar och kakor för att följas av ett andra danspass.

Trots att det var fredag den trettonde inträffade inga malörer utan vi kunde rätt nöjda men något fuktiga efter tre timmars dans bege oss mot nya mål.

Jag hoppas att vi ses på kurs eller dans under hösten i Seniorernas regi!

Martin Hellström



Full fart från första början!



Tid för bra fika blev det också.



Nöjda men något fuktiga avslutade vi kick off'en efter tre timmar.



Och så några dansbilder.





Glatt på träff

Det är roligt att träffa gamla kamrater. Det upplevde ca 30 av oss på veteranträffen i gamla kära Enskede Gård. Många skratt och kramar. Stor rörlighet mellan borden för att kunna prata med så många som möjligt. En mängd foton från gamla tider cirkulerade runt.

Allt började som vanligt. Pia tog betalt och Ragge bjöd på äpplen.

Vi hälsades välkomna av ordförande Gugge, som också berättade om en Böda-resa hon nyligen deltagit i. En vecka där, utöver de nya ägarna, även våra gamla vänner Inger och Gösta Toreld medverkade.

En del av våra kamrater är fortfarande dans-kapabla och kunde glädja sig åt evigt unge och evigt glade Olle Nilsson som callade. Omväxlande två och tre squarer som följdes av beundrande blickar från oss som dansat färdigt.

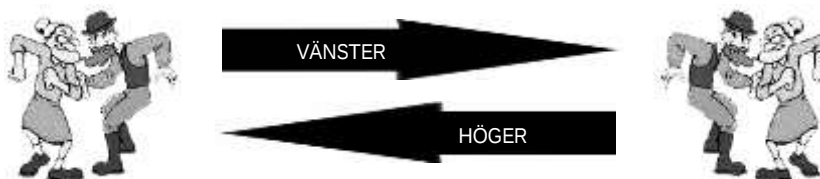
Te och kaffe, bullar och kakor förhöjde stämningen ytterligare.

Tack, styrelse, för initiativet till veteranträff, som nu genomfördes för andra gången. Vi gläds åt planerna på en tredje träff nästa år!

Ulf Norman



Kom och prova att
"BYTA SIDA"



dvs dam dansar herre, herre dansar dam

enkelt och lätt, roligt att kunna!

onsdagen den 9 april 2014 klockan 10-12 i Enskede Gård

Caller: Roland Danielsson

Nivå Basic. Kostnad 50 kr

VÄLKOMNA!

PRESSGRANNAR

RUTDANS-
förbundet i Grönköping
(Greenkoping Square Dance
Union) har i en syrlig skrivelse
till kommunens utbildnings-
utskott protesterat mot den up-
penbara diskriminering vilken
står att finna i det faktum att
det enbart finns studiecirklar
att tillgå för Grönköpings
många dansintresserade.
-Vi kräver, att det omedelbart
inrättas studiefyrkanter för oss
rutdansentusiaster, säger en
talesperson för förbundet.

Grönköpings Veckoblad, Oktober 2013

**REKORD
I DRAKENBERGSSALEN?**

Efter flera dagars gråväder tittade en blek sol fram lördagen 16 november. Den lockade hela **79** lite novembertrötta dansare till Drakenbergssalen. Där väntade en rutinerad och inspirerande Stefan Sidholm. Hans roliga och knepiga kombinationer av calls fick dansarna att skaka av sig dåsigheten och få kropp och knopp att vakna till liv. Den medryckande musiken och sången förstärkte det hela.

Att betrakta det som man tror är ett kaos på dansgolvet är i själva verket ett förstklassigt samarbete mellan duktiga dansare. De synkroniserar sina steg och rörelser så att var och en, utan att törna ihop med någon, finner just den meddansare som man ska göra en swing, en courtesy turn eller något annat passande call med. Sannerligen en skön konst!

Birgitta Jansson

Lördagen den 19 oktober klockan 12 var det dags igen för den stora seniordansen på GIH bakom Stadion vid Valhallavägen i Stockholm. Som jag har förstått är den en tradition sedan drygt tio år tillbaka. För vår del, undertecknad och min hustru Birgitta, var det dock bara andra gången. Vi var faktiskt ända till dagen innan tveksamma om vi skulle kunna delta i evenemanget. På torsdagen hade nämligen en av mina tår svullnat upp och gjorde ont. Men lyckligtvis visade det sig att den bara gjorde ont när jag gick på den och inte när jag dansade! Där ser man vad litet dans kan göra nytta.

Förra året var vi rätt så nya som squaredansare och jag minns att danstempot var överraskande högt jämfört med tempot på kurserna. Nu hade vi hunnit öva oss under ytterligare ett år, så den här gången var det lättare att hänga med. Men det är ju helt nödvändigt att man är totalt koncentrerad hela tiden. Börjar man titta på annat eller t.ex. fundera på middagen så går det genast åt skogen.



Alla arrangörer hälsade oss välkomna.



Goda mackor till billigt pris.



Varm korv serverades glatt och livat.

Stora seniordansen samlade glada dansare

Liksom förra året dansades det först gemensamt i hela salen, som är den största gymnastiksal som jag någonsin sett. Sedan kom mellanväggarna ner från taket och dansen delades upp på tre olika nivåer. Efter uppdelningen i tre salar tyckte vi att det blev litet lättare att höra vad respektive caller sade. Till detta bidrog nog att mellanväggarna var av ett mjukt material som dämpade det till en början kraftiga ekot. Förutom squaredance pågick det linedance i en annan sal en trappa upp.

Våra callers var desamma som förra året, den här gången dock utan hattar på huvudet. Sven Andréason, Roland Danielsson och Svante Jordeskog turades om i de olika salarna så att vi fick tillfälle att dansa till alla tre. Det sägs ju att det är nyttigt att lyssna på många olika callers, eftersom var och en har sitt personliga sätt att leda danserna. Våra tre callers är ju alla tre så rutinerade och skickliga, så det var ingen som det var särskilt svårt att dansa till. Däremot blir man litet bortskämd när man går på kurs, eftersom kursledaren då brukar vänta in dem som har



Med glada miner var det lätt att ta betalt.

ansen på GIH e från många klubbar

hamnat fel eller kommit efter. Detta hände faktiskt också några gånger i Basic-salen. I princip får ju annars dansarna själva ta ansvar för att försöka få igång en square som har kraschat, också det en nyttig övning.

Totalt var det 334 dansare på plats. En snabb rundvandring visade att det var flest dansare i Mainstream och Plus-salen, ca 80 stycken, ca 60 i Basic-avdelningen, där vi höll till, och ett 30-tal som ägnade sig åt A1 och A2. På linedancen var det också ett 60-tal.



Lotteriet är ett omtyckt inslag. Mycket hemgjort av medlemmarna.



Second hand-försäljningen var lyckad.

När man tröttnat på att dansa eller bara behövde vila sig fanns det lotter att köpa och ett välfyllt vinstbord lockade. När lotterna började ta slut i hinken blev det en väldig kö av folk som ville köpa flera lotter. Det hade nämligen spritt sig att det fortfarande fanns en högvinst kvar. Själv vann jag ingenting men det gör jag aldrig på lotterier. Birgitta hade bättre tur så vi gick hem med en burk krusbärssylt, som smakade bra till vårt kvällste hemmavid.

För dem som blivit hungriga och inte hade tagit med sig något att äta fanns det härliga smörgåsar, kakor och drickbart till försäljning i Cafeteria Fyrklövern. Om man skulle orka dansa ända till klockan 16 så var det ju nödvändigt att återställa energinivåerna i kroppen. Då hann man prata lite med sina meddansare också.

Tiden gick fort och rätt som det var drog man upp mellanväggarna och avslutade med gemensam dans för alla deltagare, precis som man hade börjat. Och så knallade vi ut i höstvädret igen och åkte hem efter en mycket trevlig eftermiddag. Varmt tack till våra callers men också till alla funktionärer som lagt ner ett stort arbete på att få allt att fungera så utmärkt!

Göran Lindh



Linedansarna hade uppvisning i stora salen.



Och så var det då dags för den stora kramen på slutet.

Styrelsen lärde sig hjärt-lungräddning

I sommar har man på stora anslag sett information om hjärt-lungräddning. Man informerar då om hur hjärt-lungräddning går till både med och utan hjärtstartare.

Styrelsen bedömde det viktigt att hålla sig informerad i frågan och vi fixade då en kurs för styrelsen för att komma underfund med vad det rör sig om.

Birgitta Althén, som hållit sådana här kurser inom SPF, var den som lärde oss i den trevliga lokalen Ny-torgsträffen vid Nytorget på Söder.

Det tog ca 3 timmar och var ganska jobbigt, man fick krypa omkring på golvet och utföra lungkompression och inblåsningar – inte på varandra utan på en docka. Vissa saker fick vi göra parvis med varandra, förstås. Men det var bara trevligt, som variant på ett vanligt styrelsemöte. Det hela var mycket väl ordnat, med film och instruktion. Här ser vi bilder från evenemanget.

Vi var alla eniga om att det var en bra och viktig kurs. Det var roligt, för man satt inte bara still och tittade och lyssnade utan man fick som sagt öva ordentligt.



Kursdeltagarna under överinseende av Birgitta Althén.



Kursdeltagarna i fullt schå med bröstkompressioner.

Man vet ju aldrig, rätt som det är kan någon i ens närhet segna ner och då är det bra att veta hur man skall göra. Man räknar med att 10% av dem som fått hjärtstopp överlever om man sätter in hjärt-lungräddning. Hjärtstartare – en elektrisk apparat som ger små stötar – är inte nödvändig för att rädda liv, men ökar chansen till det. Så den är bra att ha och det finns ett register, www.hjartstartarregistret.se, där man kan se var närmaste hjärtstartare finns. Styrelsen kommer att ta fram adresser till sådana apparater i närheten av de lokaler som vi brukar hålla till i.

Vi i styrelsen tyckte det var så bra att vi härmed uppmanar de medlemmar som så önskar att anmäla sitt intresse för information eller kurs. Hur det blir ser vi när vi vet hur stort intresset är.

Ring eller skriv till Kurt Åberg, 08-7162077, 0707-307085. Epost kurt.aberg@telia.com

Kurt Åberg



Tredje gången gillt

På allmän begäran dansar veteranerna vidare!

Att vi hade så många gemensamma roliga minnen,
att vi kunde skratta så mycket, att munnarna gick hela tiden
och att dansen gick så bra,
det är några anledningar till att vi ses ännu en gång. Tänk om vi blir
ännu fler veteraner som hittar dit! Sprid gärna bland våra vänner!

**Nästa veterandans blir i Enskede Gård
onsdagen den 23 april kl. 13 - 15.**

Vi ordnar fika. Tag med inneskor. Kostnad 50 kr.

Välkomna hälsar styrelsen.

Annon

SeniorNetSweden

En ideell, ideologiskt och partipolitiskt obunden
IT-förening för seniorer

SeniorNet vill främja seniorers användning av digital informationsteknik
för delaktighet i dagens samhälle.

Över hela Sverige finns föreningens lokala klubbar.

I Stockholm finns SÖDERMALMSKLUBBEN där du kan träffa andra som är intresserade av
att lära sig mer om data och internet.

I kurser och på dataträffar lär vi oss att hålla jämna steg med utvecklingen.

Vill du veta mer kontakta oss på telefon 08 694 82 33 eller www.seniomet.sodermalm.just.nu

Södermalmklubben har också ett internetcafé KANELBULLEN
på ROSEN Lundsgatan 44 A. Det är öppet mån-fre kl 13-16.

Där har du tillgång till dator, skrivare, skanner m.m. På måndagar finns även teknisk support.

Har du egen dator, ta med den och anslut trådlöst till internet!

Här lär vi av varandra och tillsammans att hantera dessa moderna bångstyriga apparater!

www.kanelbullen.just.nu



2014 Firar Bödabaden 30 år som Squaredansanläggning

Vi kan inte låta bli att satsa ytterligare ett år på Bödabaden. Vi kommer att ge allt för att leverera det ni vill ha när ni kommer till oss. Bra och rolig dans, partyn i puben med underhållning av olika slag, gott fika på kvällen och god mat på dagen. Det är så en sommar på Bödabaden skall vara och det är så vi ska se till att det blir. First Camp har lovat en god service både innan och under säsongen 2014 och det litar vi på!!!

Anmälan öppnar den 1:a december 2013.
All information om detta med detaljerat program kommer att finnas på www.dansgladjen.se

Varmt välkomna!
Dansglädjen AB



Medlemsavgiften

Vid Squaredansklubben Seniorernas årsmöte 2013 fastställdes
medlemsavgiften till

**150:- för medlem med Seniorerna som moderklubb
och 100:- för medlem med annan moderklubb.**

Vilka förmåner får du som medlem i Seniorerna?

- Du får möjlighet att förkovra dig på olika kurser och dansa på öppna danser.
- Du är försäkrad i Folksam under dansen och även vid resa till och från dansen.
- Du blir inbjuden till klubbens fester och danser där priset är starkt subventionerat.
- Du blir inbjuden att delta i klubbens resor, exempelvis klubbresan 2014.
- Du får vår klubbtidning Square Up med all information i tre nummer per år.
- Du kan bära Seniorernas badge och känna att du tillhör Sveriges största squaredansklubb.
- Du kommer att träffa många nya trevliga, intressanta, glada och positiva människor.
- Du får en styrelse som jobbar helt ideellt för att du ska känna glädje i squaredansen.

Squaredansklubben Seniorernas plusgirokonto för *medlemsavgifter* är 27 07 37 - 0.



SQUAREDANSKLUBBEN SENIORERNAS STYRELSE 2013

Ordförande	Gunnel Gahmberg gugge.gahmberg@gmail.com	Rödabergsgatan 11 B 3 tr 113 33 STOCKHOLM	08-615 16 84 0707-19 08 55
Vice ordförande	Kerstin Söderling kerstin.soderling@telia.com	Lyckovägen 6 167 52 BROMMA	08-25 33 23 0707-97 64 07
Sekreterare	Sisko Fransson sisko.fransson@telia.com	Larsbergsvägen 49 4 tr 181 38 Lidingö	08-767 21 28 0768-26 21 28
Kassör	Berit Åberg berit.s.aberg@telia.com	Drottninghamnsvägen 46 131 46 NACKA	08-716 20 77 0704-69 09 68
Bitr kassör	Kurt Åberg kurt.aberg@telia.com	Drottninghamnsvägen 46 131 46 NACKA	08-716 20 77 0707-30 70 85
Medlemssekr	Pia Gillberg pirag@tele2.se	Kärvbacken 7 163 55 SPÅNGA	08-36 46 04
Kursverksamhet	Elisabeth Malmström stig.malmstrom@telia.com	Tacitusvägen 7 168 56 BROMMA	08-87 82 23 0705-38 54 90
	Karin Sjöholm karin.sjoholm1@comhem.se	Lädersättravägen 95 176 70 Järfälla	08-583 573 92 0702-71 69 35
	Kerstin Söderling	Se ovan	
	Britt-Marie Ekman britt-marie.ekman@hem.utfors.se	Vintervägen 7 186 31 Vallentuna	08-511 777 20 0703-36 44 62
Dansverksamhet, uppvisningar	Birgitta Jansson birgittaj5@gmail.com	Furusundsgat. 15, LGH 1607 115 37 Stockholm	08-771 95 77 0704-85 91 83
	Gunnel Gahmberg	Se ovan	
Klubbmästare	Ragnar Gillberg pirag@tele2.se	Kärvbacken 7 163 55 SPÅNGA	08-36 46 04 0730-30 78 98
Redaktör för Square Up	Kurt Åberg kurt.aberg@telia.com	Se ovan	
I redaktionen:	Stig Malmström stig.malmstrom@telia.com	Tacitusvägen 7 168 56 Bromma	08-87 82 23 0706-62 18 60
Redaktör för vår hemsida www.seniorerna.org	Göran Berg goran.berg@punkt.se		08-774 28 78

