



Ordförandes hälsning!

Efter en fin höst fick vi en vinter som vi inte är vana vid med snö och kyla under en längre tid. Det har inneburit färre deltagare på våra vandringar. Sedan kom våren med sol och värme.

Förra året ökade både antal medlemmar, vandrare och vandringar och vid årets slut var vi 1370 medlemmar. Vi fick 390 nya medlemmar, medan 247 valde att lämna föreningen. Vid föregående årsskifte var vi 1247 medlemmar.

Vi behöver som alltid fler vandringsledare, även om vi för tillfället har ovanligt många ledare. Speciellt behöver vi fler ledare för långa vandringar. Även i år arrangerar vi två vandringsresor, den första går till södra Gotland. Den andra resan blir till Bruksvallarna i augusti. Den finns med i detta utskick.

För att minska våra portokostnader vill vi gärna att du tar emot VF-Nytt på mejl i stället för per brev. Kan du tänka dig det, anmäler du din mejladress till Eva Tetzell, eva.tetzell@gmail.com.

Vi har nu haft ett välbesökt årsmöte. Jag tackar för att jag har fått fortsatt förtroende och ser fram emot att arbeta med den nya styrelsen. *Hälsningar Göran Lindwall*



Bild: Agnetha Medin

Hänt
sen sist

Guidat Riksdagsbesök. Måndagen den 15 december var vi en grupp vandrare som gjorde en guidad rundvandring i Riksdagshuset på Helgeandsholmen. Vi gick i de båda byggnaderna och fick intressant information om hur Riksdagen arbetar. Vi lyssnade också på en debatt från åhörarläktaren. *Gunilla Stark Norin*

Kulturkväll. Höstens klubbafton ägde rum 25 november. Då samlades ett 30-tal medlemmar i Sundbybergs allaktivitetshus. Efter kaffe och smörgås lyssnade vi på prästen Ulf Lindgren. Han berättade om platser i Stockholm där viktiga händelser i vår historia ägt rum. *Gunilla Stark Norin*

Års-
vandring

Söndagen den 12 april återvänder vi till Kärsön och de goda kanelbullarna. De fyra vandringarna kommer att presenteras på hemsidan. Föreningen bjuder som vanligt på kaffe/ te och bulle. *Gunilla Stark Norin*

Studie-
besök

Riddarhuset torsdagen den 23/4

Det finns plats för 30 personer. Anmälan till mig Helen Nordin via mejl mariehelen.nordin@gmail.com senast 20/4 Märk ditt meddelande "Riddarhuset". Du får sedan svarsmejl om plats. Visningen pågår ca 1 timme och vi ses i Riddarhuset 13.15 innanför portarna. Adress: Riddarhustorget 10. Som medlem betalar du 50 kr till plusgirokonto: 5 82 39-5. Ange namn+Riddarhuset. *Helen Nordin*

Första
Hjälpen

Denna kurs skjuts på framtiden då trycket är högt på Röda Korset i april-maj. För den som är intresserad av att anmäla sig till kurser öppna för alla är detta möjligt på <https://www.rodakorset.se/forsta-hjalpen/kurser-i-forsta-hjalpen/forsta-hjalpen-och-hjart-lungradning/>. Nya tider kommer 1/4. Kanske kan man gå några tillsammans. *Helen Nordin*

För våra
vandring-
ledare

Ledarträff lördagen 30 maj på Lövsta bruk. Vi samlas vid Cityterminalen kl. 08.30 och kommer fram ca kl. 10.45. Visningen av bruket med anor från 1500-talet börjar kl. 11.00 och tar ca 45 minuter. Anmälan om deltagande ska göras senast den 13 maj till: anmalan-till-ledartraff@vandra.org. Meddela senast denna dag speciella kostpreferenser. *Välkomna! Gabriel Jonsson*

Skärgårds-
Vandringar

Även i sommar blir det skärgårdsvandringar för våra medlemmar. Vandringar kommer att ske på måndagar, tisdagar och torsdagar under perioden 13 juli - 11 augusti. Ett 30-dagarskort på Waxholmsbolaget täcker hela perioden. Schema läggs ut på hemsidan efter midsommar. Tänk på att ta TBE-vaccin i god tid. *Välkomna! Staffan Bjelle*

Bild: Ingrid Davstad





Inbjudan!

Vandringsresa till Bruksvallarna 17 – 22 augusti 2026

Vi kommer att erbjuda fyra olika längder av vandringar under fyra vandringsdagar. Vi vandrar på olika ställen i Funäsdalsfjällen. Alla vandringar kräver vandringsvana och de längre vandringarna kräver god kondition. De som går extra korta och korta vandringar, får räkna med att de kan få vänta på de som går de längre vandringarna. Vi har hela tiden bussen med oss, så vid dåligt väder kan du vistas i bussen. Tyvärr är resan till Bruksvallarna så lång att det inte går att ha några vandringar på upp och nervägen.

Vi bor på Bruksvallsliden Hotell & Sportcenter, <https://bruksvallsliden.se/sommar-i-ruksvallarna/>. Wifi finns i hela byggnaden.

Avfärd måndagen den 17 augusti vid Cityterminalen kl 08.00 och hemfärd lördagen den 22 augusti kl 09.00 från Bruksvallarna. Vi är tillbaka i Stockholm vid 18-tiden. Vi vandrar tisdag - fredag i fyra mindre grupper. Totalt finns det 54 platser.

Resan med buss till Bruksvallarna och helpension med 3-rätters, kostar 8800 kr. Tillägg för enkelrum är 1000 kr. Vi gör själva våra lunchpaket vid frukosten. Det ingår inte lunch på utresan, däremot lunchpaket på hemresan.

Anmälan görs från tisdag den 5 maj kl.10.00 via e-post till anmalan-till-bruksvallarna@vandra.org. De som anmäler sig under första dygnet är med på utlottning av platserna, fördelat på vandringslängd och antal anmälda i varje grupp. De som inte får någon plats, ställs i kö efter det nummer de får vid utlottningen. De som anmäler sig efter det första dygnet ställs i kö efter anmälningstiden. För få plats på resan krävs att du var medlem även under 2025. De som inte fick någon plats på resan till Gotland erbjuds förtur till resan.

Regler för avbokning av Vandrareföreningens resor

Vid avbokning fram till 30 dagar före avresa får du tillbaka anmälningsavgiften.

Vid avbokning därefter, men tidigare än 8 dagar före avresa, betalar du 50 % av resans pris. Om platsen kan fyllas av annan resenär får du tillbaka allt utom anmälningsavgiften.

Vid avbokning inom 8 dagar före avresa, får du betala hela resans pris. Om platsen kan fyllas av annan resenär får du tillbaka allt utom anmälningsavgiften.

Du ska i samband med anmälan uppge:

- om du vill bo i dubbel- eller enkelrum och vid dubbelrum om du vet vem du vill dela rum med
- om du vill gå extra korta, korta, mellan eller långa vandringar. Välj bara en vandringslängd. På resan kan du varje dag fritt välja vandringens längd.
- namn, telefonnummer och mejladress.

När du har fått bekräftelse på att du kommer med så vill vi ha in anmälningsavgiften på 500 kr till Stockholms Vandrareförenings konto 470 91 55 - 8 för att säkerställa din plats! (OBS! I stället för OCR-nummer anger du ditt namn på inbetalningen).

Ledare: Gunilla E, Göran, Helen N, Helen R, Ingrid B, Lilja-Riitta, Sonja E, Staffan

Medlems-
info

Du som är ny medlem önskas varmt välkommen till vår förening!

Ändrad adress! Glöm inte att anmäla ändrad adress eller nytt telefonnummer till medlemsregisteransvarig Eva Tetzell, eva.tetzell@gmail.com eller tel 073-613 23 68.

OBS! Du som önskar VF-Nytt via e-post, kan också anmäla detta till Eva Tetzell

Medlems-
rabatter

Som medlem i Vandrareföreningen får du rabatt hos följande:

Kängspecialisten. Du som medlem får 10% rabatt på hela deras sortiment. Luntmakargatan 72, Stockholm tel: 15 00 01, e-post: info@kangspecialisten.se

FootFlex. Du får gratis fotanalys hos oss på Scheelegatan 9 i Stockholm. Boka tid på vår hemsida Footflex.se eller tel 08-663 22 22

Zonterapeut Lisa Tallrot.

Zonterapi är en välgörande och behaglig behandling. Har en positiv inverkan på cirkulationen i fötter och ben. Medlem får 10 % rabatt. Alla Fall, Gästrikegatan 15, tel 070-665 17 31, www.ansiktszonterapi.com.

Kontakt
med
föreningen

Stockholms Vandrareförening
vandra@vandra.org

Redaktör för VF-Nytt
Lena Vannesjö

VF-Nytt

Nästa manusstopp är den **15 augusti 2026**
Nästa nummer kommer i september



Bild: Agnetha Medin