



SVERIGES
PENSIONÄRSFÖRBUND
Grundat 1939



MEDLEMSFORUM

för
SPF-Håbo

Välkomna

till månadsmöte torsdagen den 27 januari 2011
klockan 13.30 i Skeppet, Kalmarvägen 3.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Program:

Skådespelaren / regissören
Kjell Sköld gör en monolog
av Allan Edwalls *Limpan*.
Sjunger också flera av Allans
älskade sånger.



Inbetalningskortet för medlemsavgiften 2011
medföljer denna tidning.



Ordförande Peje har ordet! Bäste SPF-are!

Denna gång kan jag förmedla en verklig nyhet. Från den 22 november lämnar SPF:s generalsekreterare Hans Lenkert sin tjänst, och på egen begäran går han i pension den 1 december. Förbundsordförande Karl Erik Olsson

tar över generalsekreterarens arbetsuppgifter. Vad som ligger bakom detta är inte känt, men det har kanske att göra med sammanslagningen med SPRF.

En månad går fort och Du läser ännu ett exemplar av vår fina medlemstidning, Medlemsforum, eller "Guldklampen" som jag brukar säga. Att tiden går fort måste bero på att man har roligt. Man kan knappast ha annat tillsammans med alla trevliga medlemmar. Tack ska ni ha! Tidningsredaktionen lägger ner ett stort arbete varje månad, helt ideellt. De blir extra glada om ni sänder in material till dem. Skriv om något spännande eller roligt ni varit med om, eller tyck till i en insändare. Ett stort tack även till våra annonsörer som möjliggör tryckningen av tidningen. Gynna dem, det är de värda!

I tidningen Veteranen finns också mycket läsvärt. Speciellt i senaste numret där man på sidan 8 kan läsa följande: *"Föreningarnas hemsidor ser olika ut och utnyttjas olika mycket. Föreningen Håbo tar verkligen vara på möjligheterna med sin hemsida. Man spelar till exempel in egna filmer och gör bildspel från verksamheten och lägger sedan upp dessa på hemsidan."* Grattis till Bosse Hansson! Till alla som har dator vill jag ge ett praktiskt tips. Gör vår hemsida till er startsida. Förutom att ni blir uppdaterade om vad som händer i vår förening så får ni automatiskt länkar till en massa praktiska sidor. Apotek, kommunen, taxi med flera.

Bosse Hansson håller också i Studiekommittén med den äran. Där samarbetar vi med Studieförbundet Vuxenskolan (SV). Studieförbundet är till för att hjälpa föreningarna praktiskt och ekonomiskt. För att bli bättre och effektivare håller SV på att omorganiseras. Resultatet är ännu inte klart. Jag återkommer med besked när vi vet mer. Vår förening sköter allt praktiskt själva och får enbart ekonomiskt stöd. Heder åt Studiekommittén.

Friskvård är speciellt viktigt för oss pensionärer och vi har ett stort utbud tack vare en

aktiv friskvårdskommitté med Birgitta Pettersson i spetsen. En mycket rolig nyhet är att SPF Håbo ska arrangera det 7:e Riksmästerskapet i bowling den 5 - 8 september 2011. En stor fjäder i hatten till våra bowlare! Bowlinglaget Bosse Danielsson och Roland Arvidsson kom förresten på bronsplats i Karlstad i år.

Även mental friskvård är vi bra på. Ett roligt exempel är bridgespelet varje onsdag eftermiddag som Kalle Danielsson förtjänstfullt leder. 12 - 13 bridgebord med härliga människor tar upp nästan hela skeppet. Antalet kommer att öka eftersom Kalle hela tiden lär upp nya. Dessutom tränar Göran Ohlsson intresserade på måndagar och ska testa lagspel med SPF och PRO.

En kanske livsviktig aktivitet som arbetar i det tysta är Trygghetsringningen. Det är ett ental entusiastiska SPF medlemmar som varje dag ser till att lyssna av en telefonsvarare. Saknas samtal från någon, tar man reda på varför. Man kanske har glömt ringa telefonsvararen när någon från Trygghetsringningen ringer upp. Då är allt frid och fröjd. Men får de inget svar kontaktar de anhöriga eller vänner. Det förhindrar att någon ensam ska vara hjälplös längre än max ett dygn. Vem som helst, även icke SPF-medlemmar, kan ansluta sig till Trygghetsringningen och varje dag ringa till telefonsvararen. Det är dessutom gratis. Ett annat positivt ideellt gäng är de som går ut varannan onsdag med rullstolsburna hyresgäster på Pomona. Här samarbetar vi med PRO som tar varannan onsdag, så alla onsdagar täcks upp. Men fler "körkarlar" behövs.

Med åldern försämras ofta syn och hörsel. Får ni problem och behöver hjälp, så finns två av våra medlemmar till hands. De har erfarenheter och kan ge tips på lösningar. Namn och telefonnummer finns bak i tidningen. Tack till Bengt och P-O för att ni finns till hands!

Som många vet, planerar vi gå samman med SPRF (Sveriges Pensionärers Riksförbund). Läs mer i Sverkens artikel på sidan 5.

Som ni ser finns det många duktiga människor som får vår förening att fungera på ett utmärkt sätt. Men de kan behöva ersättas någon gång. Du kanske vill göra något för föreningen. Kontakta valberedningen, namn och telefon bak i tidningen.

Låt mig sluta med ett jättevarmt beröm till Gårdsrådet som ser till att Skeppet fungerar för oss alla. Speciellt tack till hustomtarna Bror Wahlström och Jan-Ola Romlin! De har dessutom lovat förbättra ljudanläggningen.

*Bästa Julhälsningar med önskan om en
God Jul och ett Gott Nytt År!*



HÅBOSENIOREN SKEPPET
Kalmarvägen 3
Telefon 0171-557 47
SPF-expeditionen öppen
måndagar – torsdagar 10.00 – 12.00.
Välkomna in till oss!



LIVSKVALITET * INFLYTANDE * VALFRIHET

Styrelsen i SPF Håbo 2010

Per-Eric Josefsson, ordförande, 548 80
Bengt Jansson, vice ordförande, 551 35
Agneta Wahlström, sekreterare, 516 80
Yvonne Lindström, kassör, 595 28
Göran Ohlsson, vice kassör, 517 64
Eva Lidö, 545 64
Mona Björklund, 570 05
Christer Ridderstråle, 018-38 60 62 (adjungerad)
Hans Finnman, 515 43

Redaktionscirkel för Medlemsforum 2010

Barbro Larsson, 507 49
Lars Hansson, 509 87
Sverker Jonasson, 595 69
Margith Nyström, 070-593 51 10
Ingrid Bruun-Andersson, 506 83
Birgit Olofsson, 530 83
Eva Harald, 073-578 35 54

Kommande månadsmöten

Sista torsdagen i månaden klockan 13.30
om ej annat anges.

18 februari, årsmöte,

31 mars,

28 april,

20 maj, vårfest.

8 januari, julgransplundring, se sidan 23.

MEDLEMSFORUM

och alla medlemmar i SPF Håbo tackar
annonsörer och sponsorer för året som gått!

Vi önskar alla läsare
GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR

Redaktionscirkeln



SPF trygghetsringning

är tillgänglig för alla! Den startades för drygt
20 år sedan och fyller alltjämt en viktig upp-
gift. De som ansluter sig ringer varje morgon
före ett bestämt klockslag till en telefonsva-
rare och meddelar att de är på benen.

Om detta inte har gjorts när en SPF-are
lyssnar av svararen kontrolleras omedelbart
om något inte står rätt till.

Det sköts idéellt av SPF med visst bidrag
från Håbo kommun.

Vi vill verkligen uppmana *ALLA* ensambo-
ende att ansluta sig till trygghetsringningen.
Även om ni känner er friska och är relativt
unga vet man aldrig vad som kan hända.

Det är helt kostnadsfritt!

Ring 0171-566 26 eller 0171-514 58 för mer
information och / eller anmälan.

Byfilosofen



Det är väl ingen konst att bli gammal,
det är bara att fortsätta leva.

Medlemmar!

Var annan onsdag kl. 10.30 (udda veckor) samlas ett gäng SPF-are vid Pomona för att köra rullstol med inneboende personer under ca en timme. Det är ofta enda möjligheten för våra åldringar att komma ut under veckan och vi delar på uppdraget med PRO. Vi behöver fler som ställer upp och hjälper till. Det är inte särskilt ansträngande och belöningen är en stunds trivsam samvaro och en kopp kaffe efter väl förrättat värv.

Kom och hjälp till!

Ring Fernando Mena, 574 84 eller Åke Andersson, 547 68.
Eller kom ner till Pomona på onsdag, ojämn vecka kl. 10.30.

Gynna våra annonsörer, de gynnar oss!

Bålsta Däckcenter, Kalmarleden
Bålsta Färghandel Colorama
din syn optik
Färgforum
Handelsbanken
HusmanHagberg Håbo
% ICA Kvantum
% Jose Martin Ateljé AB
% Klipphörnan
% Konditori Solslätten
% Nord Syd resor
Olavis Kiropraktik AB
Polyresor
% Susan's Hårteam
Söders Bok & Pappershandel AB
Tyghus 1
Företag med %-tecken lämnar någon form av rabatt mot uppvisande av medlemskort.



Foto: Therese Jahnsson, fotoskolan Biskops Arnö.

Behöver Du ledsagarhjälp?



De tre pensionärsföreningarna BFF, PRO och SPF har startat en "Servicecentral" i samarbete med socialtjänsten. Frivilliga, pigga pensionärer ställer upp som ledsagare när Du ska till doktorn, apoteket och motsvarande.

Ring några dagar i förväg till någon av pensionärsföreningarnas expeditioner 565 31 (BFF), 583 15 (PRO) eller 557 47 (SPF) mellan klockan 10.00 - 12.00 måndag - torsdag och berätta om Dina önskemål.



Rese- information

Sugar – i hetaste laget

En klassiker på Oscarsteatern torsdag
17 februari 2011 klockan 19.30

Henrik Dorsin och Jonas Malmsjö spelar två arbetslösa musiker, Jerry och Joe, som blir vittnen till en gangsteruppiggörelse i Chicago på 30-talet. Hals över huvud tvingas de fly och för att komma undan klär de ut sig till kvinnor och blir Daphne och Josephine. De söker jobb i en turnerande damorkester, som leds av kapellmästaren Sweet Sue, spelad av Suzanne Reuter. Båda männen förälskar sig i den oemotståndliga sångerskan Sugar, som spelas av Hanna Lindblad.

Välkomna till en glittrande musikal med humor, häftiga dansnummer och stor orkester.

Pris: 825 kronor inklusive bussresa, biljett på parkett, kaffe och smörgås serveras i bussen vid återresa. (Plus 50:- för icke medlem.) Arrangör: Nord Syd Resor.

Välkomna med anmälan fredag 17 - torsdag 30 december till

Eva Lidö, tfn 54564, e-post eva.lido@telia.com

eller Hans Finnman, tfn 51543, e-post

hans.finnman@lnctv.com

Bokningsbekräftelse med inbetalningskort kommer att skickas ut efter anmälan. Avresedatum kommer att anges i bokningsbekräftelsen.

Vättern-runt-resan

Vi fortsätter våra träffar om Vättern-runtresan under våren.

Tider: Tisdag 25 januari, torsdag 10 mars och tisdag 5 april klockan 10 - 12 på Skeppet.

Resdatum är bestämt till måndag 23 - torsdag 26 maj 2011.

Resekommittén



SPF och SPRF

Som de flesta medlemmar känner till så pågår det en process med syfte slå samman SPF och SPRF till en enhet, och inom båda förbundens ledning pågår ett intensivt arbete med att lotsa fram sammankopplingen.

SPRF är förkortning av "Sveriges pensionärs riksförbund". Förbundet bildades som en organisation för statspensionärer redan 1937 och är därmed den äldsta pensionärsorganisationen i landet. Numera tar man emot alla pensionärer som medlemmar oavsett tidigare yrkesbakgrund. Liksom SPF är SPRF helt obunden från politiska och religiösa organisationer och syftet är att värna om pensionärens intressen. Enlig deras hemsida har SPRF ca 35 000 medlemmar. Motsvarande siffra för SPF är ca 260 000.

Det är uppenbart att båda förbunden oroar sig för framtiden. Medlemsanslutningen är väl inte riktigt vad man önskar sig och medelåldern i organisationerna är hög. I SPF är medelåldern idag hela 76 år och i SPRF är den ytterligare några år äldre. Därför försöker man, nästan desperat, att söka vägar för att modernisera verksamheten så att den skall bli intressant även för yngre, nyblivna, pensionärer.

Organisationerna har tillsammans gjort en omfattande utredning om vad en sammanslagning innebär, och de har sammanställt underlag för att remissinstanserna skall kunna fatta beslut om att lämna yttrande till respektive förbundsstyrelse. I juni 2011 har både SPF och SPRF kongresser som har tagit beslut i frågan, och vid bifall genomförs en konstituerande kongress den 20 juni 2011.

Organisationsmässigt blir förändringarna inte så stora. Det blir naturligtvis ett förbund med ett kansli och en tidning. Förändringen ligger i distrikten som ombildas till 19 regioner. Detta berör dock inte Uppsala vars region sammanfaller med det nuvarande distriktet. Regionerna skall innehålla ca 10 000 medlemmar vardera, och en del av det arbete som nu görs av förbundet skall läggas över på regionkanslierna.

Vi går samman!

Kortversion av remiss om samgående SPF/SPRF

SPF och SPRF har gemensamt gjort en utredning om ett samgående och nu finns en remiss ute i organisationen.

Så här vill vi att omvärlden ska uppfatta oss efter samgåendet:

- Vi ligger steget före och tar plats i samhällsdebatten.
- Vi använder modern teknik och skapar nätverk för att med kraft företräda medlemmarna.
- Vi arbetar kompetent, resultatinkärligt och långsiktigt.
- Vi inbjuder till gemenskap och delaktighet utifrån intresseinriktning.

Vem blir medlem?

Vi arbetar för äldre frågor men vill inte utesluta andra som är intresserade att bli medlemmar.

Visionen

Vi arbetar för att gapet i samhället mellan generationer ska minska och försvinna:

"Ett samhälle med generationer i samverkan."

Verksamhetsidé

- Vi tar initiativ, bildar opinion och agerar långsiktigt i frågor som rör äldres villkor.
- Vi erbjuder aktiviteter, förmåner, stöd och service av hög kvalitet.

Verksamhetsidén förverkligas genom

- Medlemmars och förtroendevaldas önskemål styr verksamheten.
- Medlemmar, förtroendevalda och anställda är delaktiga i processerna.

Vi tar fram ett nytt handlingsprogram för att utvecklas in i framtiden och möta nya målgruppers behov.

Föreningar väljer själva

Alla föreningar väljer själva om de vill gå samman, samverka lokalt eller fortsätta som tidigare. Men alla får det nya namnet och logotypen, nya stadgar och ingår i den nya regionen. Det nya namnet och logotypen skall ge känslan av livskvalitet och gemenskap, engagemang och valmöjligheter.

Det nya namnet skall undvika åldersfixering eller kategorisering i ord som pensionär, senior eller veteran. Det skall signalera att organisationen har medlemmar som är aktiva, drivande och lever i nuet. Förslag till namn på den nya organisationen är:

lev nu



Detta är inget bokstavsnamn utan ett symbolnamn.



Flera instanser har redan ställt sig tveksamma till det nya namnet, och det kommer säkert att diskuteras och inte minst debatteras. Många pensionärer ser väl inget fel i att ett pensionärsförbund heter pensionärsförbund, men SPF:s ordförande Karl Erik Olsson förklarar i en ledare i den senaste Veteranen att: "En modern pensionärsförening kan inte ha ordet pensionär i namnet." Man har även prövat ord som veteran och senior men funnit att även dessa ord är gamla.

Jag har inte sett någon uppgift om att SPF:s ledning oroar sig för svårigheterna med att arbeta in ett nytt organisationsnamn i allmänhetens medvetande, men jag tror att det kan vara ett underskattat problem.

SPF Håbos styrelse kommer nu att behandla remissen på basis av 12 remissfrågor (frågorna finns tillgängliga på expeditionen) som kommer att sändas vidare till distriktet för vidare befordran till förbundet. Varje medlem har naturligtvis möjlighet att göra sin stämma hörd genom brev direkt till förbundet eller till föreningens styrelse som kan föra synpunkterna vidare. Remisstiden utgår den 1 februari 2011.

Sverker Jonasson

Förhoppningsvis preskriberat

På 30-40-talen, när vi nuvarande pensionärer var barn, var traditionen att bjuda släkten på julmiddag och bjuda igen vanligare än nu för tiden. En julmiddag hos min faster och farbror och en yngre kusin kommer jag fortfarande ihåg.

Min familj, farmor och några flera var med, men bara min kusin och jag var barn där, 4 och 6 år. Min pappas bror tyckte mycket om att sjunga, när han fått några snapsar i sig, men han sjöng besvärande falskt, så vi övriga skratade hejdlöst åt hans försök att finna rätt ton. Min mamma sjöng bra, sjöng skillingtryck och Ernst Rolf-melodier, det blev duett med de två och raj-raj instämmande från flera.

Min kusin och jag lekte i köket, den glada stämningen i rummet intill lockade oss att vara med, jag tog ett glas vatten i ena handen och kusinen i den andra och sa: "Nu leker vi att vi har druckit sprit och blivit 'snea' och så sjunger vi också raj-raj". Överens om det vinglade vi in i rummet och skralade högt och ropade "skål". Troligen var det jag som agerade mest och det väckte bestörtning. Våra mammor reste sig, frågade om det fanns sprit i köket. "Vad har ni fått i er, får vi smaka?" Stämningen dämpades, "vi bara låtsas" fnissade vi och sprang tillbaka till köket.

Ordningen återställdes strax, vi sysselsatte oss med andra lekar. Handelsman - kund, doktor - patient, kurragömma och mamma - pappa - barn var vanliga lekar. Omedvetet föll det sig naturligt vilken roll deltagarna tog eller måste ta. Jag har klara minnen av att jag alltid bestämde mina uppgifter och vad min kusin skulle låtsas vara och göra.

Barn tar efter vuxna. Julgransplundringar var också en tradition, då familjerna träffades för att kusinerna skulle träffas och leka, det var roligt nästan jämt.

Eva Harald

Sjuktaxi

En tisdag i början av november hade jag fått en tid hos Hörcentralen i Uppsala. På fredagsmorgonen ringde jag sjuktaxi för att beställa resa. Den som då svarade nekade mig att få en taxi. Du ska åka buss sa hon. Men den går väl inte till Hörcentralen, sa jag. Nej, Du får gå av bussen och ringa efter en taxi, fick jag till svar. Nej, det där klarar inte jag. Då får Du ringa till Hörcentralen och säga till dom att ringa oss och tala om att Du ska dit. Jag gjorde så men det funkade inte för dom har aldrig behövt göra så sa dom. Ringde sjuktaxi igen. Den här gången fick jag veta att jag skulle ta kontakt med min vårdcentral så att min husdoktor kunde skriva ett intyg.

Nu kände jag mig som en riktig pensionärsjäväl som inte var betrodd, som helst inte borde finnas till. Var gråtfärdig och ville ge upp. Men ringde i alla fall upp vårdcentralen. Vem kan få höra en mänsklig röst på vårdcentralen på direkten? Klockan hade hunnit bli 16.10 innan vi fick kontakt så doktorn hade redan gått hem. Den snälla och hjälpsamma sköterskan sa att hon så fort doktorn kom på måndag skulle ordna så att han skrev intyg.

Hela helgen efteråt vändades jag över hur jag skulle göra om jag inte fick någon taxi. För kommer man inte när man är kallad till Hörcentralen så kan man bli avförd från deras papper. Måndagsmorgonen kom och då tänkte jag: Nu ringer jag sjuktaxi igen, kanske det är någon annan som jobbar idag. Jojomensann, en gullig kille svarade och det var inga problem att få en taxi.

Efter en stund ringde doktors hjälpsamma sköterska och sa att intyget var klart. Hon trodde inte sina öron när hon fick höra att det idag gick bra att beställa taxi. Utan intyg! Vad håller dom på med, sa hon.

Nu har jag i alla fall ett intyg som räcker ett helt år men jag hoppas slippa att kontakta dom igen.

Resan till Uppsala blev mycket trevlig och lärorik för chauffören var från Afghanistan, en f.d. hög militär. Jag har ofta undrat vad som pågår där och nu fick jag en lång föreläsning som inte tog slut förrän vi var framme i Uppsala.

Han tyckte att alla trupper skulle därifrån och att landet skulle stöttas ekonomiskt istället. Han berättade kärleksfullt om naturen, om naturtillgångar som en del länder var ute efter. Om grannländerna som är Iran, Pakistan, Sovjet och Indien. Och då kom jag på att jag är ganska dålig på geografi, där skulle jag nog behöva gå en liten kurs. Att *tali* betyder *student* på afganska. Är det då så att alla talibaner är studenter?

Där var resan slut och vi tackade varann för en trivsamt resa. Och jag fick mycket att fundera över resten av veckan.

Eva Maria Jansson



Man kan inte tro att det är sant...

På 50-talet var vi inte mycket värda!

En äldre (92) men oerhört alert yngling är Sten Korch från Hällby-Litslena. Han har lämnat oss ett tidningsurklipp från Svenska Dagbladet den 7 september 1956. I detta urklipp kan vi läsa följande uttalande av landshövdingen i Göteborg och Bohus län, Per Nyström:

"En människa som fyllt 50 år borde avkopplas från allt verkligt inflytande och eventuellt överföras till enkla rutingörsmål. Vi riskerar alltid att anpassa oss efter vad som är bekvämast för oss själva. Denna benägenhet blir större med tilltagande ålder och på det hela taget skulle världen vinna på att folk som passerat 50-årsstrecket blev avkopplade från allt verkligt inflytande."

Det anmärkningsvärda är att Per Nyström föddes 1903 och var alltså själv 53 år när han gjorde sitt uttalande! Snacka om att säga av den gren man sitter på.

Bosse Hansson

hjälpssam

- för en enklare vardag

TV Ears[®], trådlöst hörsystem för TV med hög kvalitet!



- Hör TV bättre utan att störa andra
- Kristallklart TV ljud
- Lyfter fram talets ljud

Måste du anstränga dig för att kunna höra tv:n? Klagar familjen över den höga tv-volymen? Eller vill du titta på TV utan att störa andra? Då behöver du TV Ears!

Med TV Ears reglerar du ditt eget TV ljud utan att det påverkar den vanliga TV volymen. VCC (Voice Clarifying Circuitry) - Extra förstärkning av talets ljud.

Rekommenderad av hörselvården

Kontakta din lokala återförsäljare Hjälpssam på
tele: 0171-170400 eller 0763-370400



e-post: info@hjalpsam.com web: www.hjalpsam.com

Månadsmötet i november 2010

Årets sista månadsmöte inträffade den 25 november, en dag med hårt väder och mycket snö. Ändå var det nära 100 medlemmar som trotsat vädrets makter och kommit till Skeppet i Bålsta för en stunds underhållning, lite information och god samvaro.

Ordförande var på tur till Östergötland, varför föreningens vice ordförande, Bengt Jansson, öppnade förhandlingarna och hälsade alla välkomna, och han vände sig då särskilt till nio nya medlemmar.

Börje Pettersson presenterade dagens program, varefter sånggruppen Octavia äntrade scenen. De presenterade sig själva i första låten, Happy days are here again, med textraderna: "En Bålsta oktett, den sötaste ni sett". Gruppen leds av Ingegerd Petersen och sjunger i jazzig stil i stämmor.

Efter kaffe och säsongens första lussekatter fick Gun-Britt Renefalk ordet. Gun-Britt som ingår både i Landstingets pensionärsråd (LPR) och Kommunala pensionärsrådet (KPR) hade mycket att berätta. Landstinget betraktar nu LPR som fullvärdig remissinstans vilket gläder ledamöterna som känner att de bemöts seriöst.

Octaviakören. Foto: KEA



Man kommer nu att satsa på Lasarettet i Enköping med utökad kapacitet för operationer. Man planerar även för utökad rehabiliteringsavdelning, ny geratrisk avdelning för multisjuka samt en pallativ avdelning för vård i livets slutskede.

Gun-Britt berättade att även KPR fått en bättre status och man verkligen får vara med och diskutera viktiga frågor inom äldre vården. Dagens stora nyhet var att kommunen håller på att ta in anbud för att bygga ett nytt äldreboende i Bålsta. Det skall byggas bredvid det nuvarande äldreboendet på Dalängen och kommer att uppföras i tre våningar och innehålla 40 platser. Gun-Britt visade ritningar på bygget som beräknas stå klart på våren 2012. En skön sak som nämndes i förbifarten var att varje rum får dörrar som kan öppnas mot friska luften, och att varje sängplats kommer att ha utsikt genom stora fönster. Priset för denna goda karamell beräknas till mellan 70-80 miljoner kronor.

Så blev det åter tid för Octavia som fortsatte sitt program med julsånger. Många kända, och flera okända, sånger presenterades. Efter avtackning med applåder och blommor kom extranummer i form av Hej tomtegubbar med hemskt mycket hej och Pepparkaksgubbar från Pepparkakeland.

Under programpunkten Medlemmarnas kvart talade Bo Hansson från studiekommittén och anmodade deltagarna att snarast anmäla sig till föreningens många, och intressanta studiecirkel. Bengt-Olov Olsson talade om trafik och uppmanade alla bilförare att använda blinkers och hålla rejäla avstånd när halkan sätter in. Föreningens läkemedelsombud Rosa Babec berättade om problem med läkemedelsbiverkningar och flaggade för en ny studiecirkel i ämnet. Slutligen berättade Eva Lidö om kommande resor.

Sanna Klevesjö från företaget Hjälpsam gjorde reklam för företagets hjälpmedel som fanns utställda i lokalen. Många grejor som kan vara till hjälp och glädje för äldre personer med nedsatta funktioner.

Efter lottdragningen som gjorde några få glada, återstod det endast för Bengt att tacka för visat intresse och önska alla en God Jul och Ett Gott Nytt År innan deltagarna tumlade ut till sina kalla bilar.

Sverker Jonasson

Julen 1966

Det var ingen kul jul. Lite mer än en månad tidigare hade jag övertagit befälet på det nybyggda motorfartyget *Hasting*. Den 23, sent på kvällen, hade vi avseglat från Dieppe och var nu på resa till Casablanca. På julaftons eftermiddag låg vi i Engelska kanalen utanför Normandien i en präktig kuling från VSV, samtidigt fick med oss en springtidvattensström som satte väst. Detta orsakade en hög krabb sjö som fick det barlastade fartyget att riktigt leva runt med ett och annat bottenlag trots reducerad fart. Dagens hjältar var kökspersonalen som förmådde att duka upp riktiga julbord på fuktiga dukar mellan slingerställen på borden.

Det kändes inte helt lätt att gå ner för att önska den samlade besättningen god jul, men på ett egendomligt sätt fick jag en fantastisk känsla av sammanhållning och värme. Det bästa med dåligt väder är dock att det egentligen bara kan bli bättre, och redan när juldagsmorgon glimmade så hade vinden övergått till laber bris, och vi kunde slinka ur Kanalen och sätta kurs över Biscaya. Vår ekonomiföreståndare ställde då den eviga frågan: "Vad gör vinden när den inte blåser?"

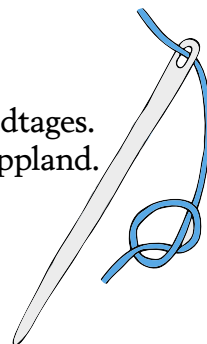
Sverker Jonasson



Välkommen med anmälan till ny cirkel i nålbindning.

Söndagarna 9, 16 och 23 januari 2011.

Plats: Skeppets lokal, Bryggan mellan kl. 10 – 15,30 med avbrott för lunch, mat medtages.
Kostnad: 185 kr för kurslitteratur: Boken SÖMA, NÅLA, BINDA - nålbundet från Uppland.
45 kr för tränål alternativt 120 kr för metallnål och 100 kr för garn.
Ledare: Anita Andersson, Bålsta. Telefon, 0171-51458 eller mobil, 0703-565785.
E-post: anita.uppstrom.andersson@telia.com



SPF Håbo välkomnade ett trettiotal nya medlemmar

Nära 70 nya medlemmar var inbjudna till ett introduktionsmöte i Skeppet den 9 november. Ungefär hälften av dessa hade tackat ja och kom till mötet, vars syfte var att ge deltagarna tillfälle att stifta bekantskap med styrelsen och ansvariga för olika kommittéer inom föreningen.

Gert Lidö från medlemskommittén inledde mötet genom att hälsa alla välkomna. Gert gladdes åt att så många hörsammat inbjudan.

Ordförande Peje (Per-Eric Josefsson) presenterade sedan styrelsen och berättade lite allmänt om SPF.

Därefter var det styrelseledamoten (tillika Gårdsrådets ordförande) Göran Ohlssons tur att berätta om rådets arbete med att styra det gemensamma utnyttjandet av Skeppets lokaler. Lokalerna samutnyttjas av SPF, PRO och BFF (Bålsta Finska Förening) men är också tillgängliga för privat bruk (dock krävs vissa relationer med någon av föreningarna).

Bo Hansson från studiekommittén presenterade sedan det imponerande utbudet av avgiftsfria studiecirklar (20 olika ämnen, vissa med dubbla eller tredubbla deltagargrupper). I egenskap av webbredaktör berättade Bo även om SPF Håbo hemsida. Här är målet att hemsidan i högsta grad ska vara levande – och Bo värdjade om allas bidrag till innehållet.

E-post: webmaster.spfhabo@bktv.nu

Birgitta Petterson från friskvårdskommittén talade sedan om alla fysiska aktiviteter och annan friskvård som bedrivs inom föreningen (utöver studiecirklar, också klassade som friskvård).

Efter detta blev det ett avbrott för kaffe/thé och utsökta mackor som Mona Björklund producerat i köket. Mona är styrelseledamot och aktiv i serveringsgruppen.

Direkt efter pausen fick de nya medlemmarna veta allt om de försäkringar som erbjuds/gäller inom SPF. Denna information förmedlades av föreningens försäkringsexpert, Håkan Jonsson.

Bengt Jansson, som är vice ordförande i styrelsen och ingår i boendekommittén, informerade om arbetet med att påverka våra politiker så att de planerar bostäder för de friska åldringar som väljer att lämna sitt villaboende.

Programverksamheten, d.v.s. underhållning vid månadsmöten och andra sammankomster (exempelvis vårfester) sköts av en programkommitté med Börje Petterson i spetsen. Börje kunde berätta att programmet i stor utsträckning är klart t.o.m. vårterminen 2011.

Eva Lidö från resekommittén avslutade den informativa delen av mötet med att berätta om de mycket populära resorna, teaterbesöken och stadsvandringarna.

Gert Lidö tackade de nya medlemmarna för att de kom till mötet och hoppades att även fortsättningsvis få se dem i föreningens verksamheter.

Bo Hansson.

Ny cirkel – Koll på läkemedel

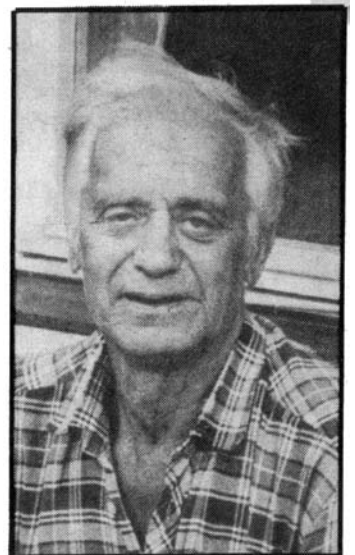
Start 2 februari t.o.m. 16 mars med Roza Babec.
Onsdagar 14.00-16.15.
Ring 018-38 64 78.

Det var järnvägen som gav Bålsta liv.

I och med att man passerar brandstationen så börjar man komma in i det som utgjorde Bålsta stationssamhälle. På samma sida som gamla väggtaget låg en fyra-fem hus. Ett av dem som kallades för Ekvallska villan utgjorde först lokaler för ett svagdricksbryggeri och blev sedan bostad för veterinär Bergman.

På andra sidan Stockholmsvägen, där Rosa huset nu står, låg skräddare Strömgrens hus. En av Bålstas många profiler, framhåller Bertil Andersson i Hagaberg som bjuder EP:s läsare på ännu några minnesbilder från gamla Bålsta.

Nere vid gamla idrottsplatsen, där konstfrusna isbanan funnits, låg den så kallade idrottslokalen. Den var flitigt använd. Varje lördag var det allmän dans. Många gånger till toner av ett musikkapell från Enköping, "Charles O Boys". På söndagskvällarna visades film av Paul Petterssons ambulande biofilm. Idrottslokalen som byggdes i början av 1920-talet brann ned 20 år senare. Bålsta härjades av en person som gjorde en del ofog genom att bränna ned hus. Men Bålsta blev känt både i press och radio säger Bertil, och för oss åter till Stockholmsvägen.



Skrytsamma bönder

– Den gamla byggnad som nu utnyttjas av en skrotfirma var mycket viktig för hela orten. Där var Bålsta kvarn, byggd 1929. Där maldes säd till både mjöl och gröpe. Där var liv och rörelse med häståkor och skrytsamma bönder. Kvarnen drevs med elmotor.

– Det som idag är Bålsta gamla torg utgjorde det gamla centrum i stationssamhället. Här låg Bålsta diversehandel, Heymanska huset och Grönvallska huset. Här fanns också en bensinstation "Nafta", sedermera Gulf.

Bålsta järnvägsstation var träffpunkten i samhället. Här fanns den vackra parken. Här var Sparbanken i Enköpings första expedition. Men det var järnvägen som gav samhället liv. Och vad sägs om biljettpriserna: Tur och retur till Enköping 1:70 och samma till Stockholm 4:10. I dag ser man inte röken av tågen. De drivs ju med el, säger Bertil som anser det vara bakvända världen att tågen inte längre stannar i Bålsta nu när kommunen har drygt 14 000 invånare.

– Sneddar vi över Stockholmsvägen från järnvägsstationen så finns än idag ett litet litet trähus kvar på gården till Einar Nilssons hus. Där låg det första postkontoret. Bort mot Bålsta kvarn bodde barnmorskan fröken Thim. Jag kan ju också passa på att berätta lite om Bålstaåsen som idag rymmer flera hundra småhus.

Upprop från BFF, PRO & SPF!

Det finns många pensionärer som behöver hjälp vid läkarbesök, tandläkarbesök, affärsbesök, ledsagare för synskadade osv. Flertalet bor ensamma utanför Pomona.

BFF (Bålsta Finska Förening), PRO och SPF startar nu upp en "Service-central" dit dessa pensionärer kan ringa vid behov av hjälp.

Vi behöver därför pigga och serviceinriktade pensionärer som kan ställa upp och hjälpa till. Om Du anmäler Dig behöver Du inte känna Dig tvingad att ställa upp varje gång det finns behov. Du får säga nej.

Ring till någon av expeditionerna telefon 565 31 (BFF), 583 15 (PRO) eller 557 47 (SPF) måndag till torsdag kl. 10.00 – 12.00 och anmäl dig.

Första grustaget

- Åsen indelades i Aronsborgs område som var de första 150 metrarna räknat från gamla Håtunavägen vid Kalmar Livs. Resten av Åsen fram till färghallen kallades Väppeby skog. Därefter kom Grans gårds domäner. Vid Drageborg öppnades det första grustaget. När S.W.B. anlade järnvägen i början av 1870-talet togs grus och fyllning i stora mängder från Bålstaåsen. För detta köpte S.W.B. ett markskifte av Väppeby och anlade stickspår dit. Rester av den banvallen finns kvar än idag.
- På Väppebysidan av Åsen byggdes några bostadshus. När första huset uppfördes i mitten av 30-talet så kostade tomten 650 kronor. Men ägaren sålde timmer från tomten för 600 kronor. Så tala om bra affär. I övrigt fanns det när jag växte upp tre eller fyra rävgårdar på Åsen där de födde upp silver- och blåräv. På Åsen fanns också ett par fina kalkkällor där folk hämtade gott vatten, berättar Bertil i Hagaberg som också framhåller att det fanns gott om vilt i Väppeby skog.

Storvilt

- Jag har själv kört fram fem-sex älgar till slaktplats efter lyckad jakt, säger Bertil Andersson som minns storviltjägare som Anton Hellen och M Rehnberg.
- Innan vi tar oss upp för Västerhagsbacken för att återvända till Väppeby så kan vi titta bort mot järnvägsövergången vid Bålsta Järnhandel. Dit var jag med pappa på hästmarknad. Där har också funnits en speceri- och diversehandel. De gamla magasinsbodarna vid järnhandeln revs nyligen. De har fungerat som stall för den forna gästgivargårdens gäster och Tingshuset. Synd att dessa gamla minnesmärken är rivna. Nu finns ju bara gamla häktet kvar.
- Den branta Västerhagsbacken leder upp till folkparken, numera ersatt av Kyrkcentrum. Om det gladå livet i parken har jag ju redan berättat. Men nog borde planerna på en hembygdsgård, med flyttning av gästgivarkåken hit, fått genomföras. Bålsta behöver en centralt belägen hembygdsgård säger Bertil tankfullt.

Avrättningsplats

- På väg hem igen mot Väppeby passerar vi Långkärr - Norra Västerdalen och Annehill. Långt bort kan vi skimta Vilunda och Bastubacken. Nedanför Bastubacken lär det ha funnits en avrättningsplats.
- Vi passerar Enebylund och går över gränsen mellan Prästängen och Prästberget och kommer fram till Skogsteby. Här fanns ett soldattorp en gång i tiden. Ovanför Skogsteby hade vi Gustavsberg. Där bodde en gammal sömmerska, Sy-Fia. Upp mot Eneby passerar vi Källstens stuga och därefter Fridhem där en slaktare bodde.
- Väl hemma igen på Hagaberg kan Bertil tänka bort dagens småhusområden runt Viby. I Hällby - Södra Viby - bodde smeden Bergström och hans son Kalle. Det gick en gångstig från Nyby-Furuhäll förbi här vid Hagaberg och ned till Bålsta stationssamhälle. Stigen passerade med en spång över ån som rann mellan Rummelskärr vid Skörby ned till Bistaborg. Tänk, när jag var barn kunde man från Väppeby se tre väderkvarnar. På Viby gård levde bröderna Emil och Ferdinand Johansson och skolhyddan som till omkring 1920 fungerade både som små- och folkskola och var bostad för klockaren. Nu är den bostadsfastighet. Nära skolhyddan låg prästgården där min konfirmationslärare Daniel Ekblad bodde. Jag gick i Eneby skola, först i småskolan med början 1929 och senare i mellanskolan. Byskolan var en samlingspunkt. Där hölls kommunalstämmor och syföreningsmöten.

Trivs bra

Tydligt lyckades fröken Schellin banka in lite vett i skallen med sin linjal. Jag trivs ganska bra med livet, säger Bertil i Hagaberg om livet hemma på Väppeby gård.

Gert Stertman

**Medlem i SPF HÅBO har alltid RABATT på alla våra resor.
300 kr/p på flerdagsresor OCH 50 kr/p på teaterresor.**

Påsk PRAG Berlin
ons 20/4 6d. 5.490

Påsk Harz Quedlinburg
ons 20/4 6d. 5.990

Cykla på Rügen
to 2/6 5d. 5.390

BORNHOLM Christiansö
to 2/6 4d. 4.390

**BLOMSTERKARNEVAL
Holland** ons 13/4 6d. 6.590

ENGLAND - NORMANDIE
Sissinghurst Garden Stonehenge
fre 6/5 12d. 11.890

BERLIN Kr Himmelfärdshelg
ons 11/5 5d. 4.990

**SKOTTLAND Skye
Höglandet Whisky**
ons 18/5 10d. 10.650

MAINAU Alperna Alsace
lö 21/5 8d. 6.990

SHOPPING Tyskland
8/4, 28/10, 3d. 2.290

NORDKAP Midnattssolen

Tromsö Nordnorge Finland
lö 9/7 8d 8.750

HURTIGRUTEN Ålesund
Trollstigen Dombås Rörös
sö 3/7 och må 11/7 4d 3.990

GEIRANGER TROLLSTIGEN
Gudbrandsdalen Dombås
må 11/7 3d 2.990

**En resa - Två upplevelser
HURTIGRUTEN och INLANDSBANAN**
Östersund-Vilhelmina
Arjeplog Trondheim Rörös sö 3/7 6d 7.750

17/7 5d **SAIMA KANAL** Karelen Viborg
20/7 5d **HURTIGRUTEN** Atlanterhavsvägen
04/8 4d **HÖGA KUSTEN** Ulvön
07/8 5d **Finland BORGÅ** Fiskars ÅBO
09/8 9d **Skottland EDINBURG** TATTO
02/9 10d **Blomsterrivieran** San Remo Ligurien
03/9 10d **VIN Loire** Champagne Alsace Beaune
18/9 7d **Kryssningsresa RHEN** och MOSEL
24/9 7d **RHEN MOSEL** i vinskörd

10/5 7d **POLEN Warszawa** Krakow
21/6 6d **Midsommar och MIDNATTSSOL**
Jukkasjärvi KIRUNA LKAB Gällivaare
27/6 4d **HARDANGER** Kjeåsen Flåm
16/7 3d **Göteborg Weekend**
med **TAUBESPELEN**
18/7 9d **Österrike TYROLEN** Brenner

**Kombinera
Flyg- och bussresor**

16/9 08d **Kroatien Rabac** Sol bad kultur
24/9 10d **Toscana Florens Pisa Siena**
14/9 11d **Rom Assisi Siena Pompeji**
24/9 09d **Toscana Alper Frankrike Viner**

ALLTID med
påstigning i **BÅLSTA**
Stockholm Enköping
Uppsala
INGA anslutningstillägg

**Arrangör/bokning:
NORD SYD**
Flyg och buss AB
Tel. 0171 - 356 63



www.nordsy Dresor.se



Misstaget som gav mig en chans

Den första snön har kommit och gått, det är ännu bara oktober, men man har redan lagt fram julpynt i affärerna. Vi påminns om förberedelser för julen. Hur ska vi ha det i år? Våra tankar cirklar omkring möten och middagar med våra närmaste kära, om eventuella långväga gäster, om julklappar och julhälsningar till dem vi inte kommer att träffa till jul. Vårt traditionella firande i all ära, minnen från förr dyker upp.

Vid den här tiden för 16 år sedan arbetade jag deltid i Kyrkcentrum som vaktmästare. Vi anställda hade var sitt fack för intern post och meddelanden i en hyllsektion. En av prästerna hade samma förnamn som jag, varvid det hände att hennes uppdragslapp lades i mitt fack, lydande: "Hej Eva, vill du vara snäll skriva en text om julen till vår 'Kyrktidning' senast..."

Jag tog för givet att man menade mig, blev både glad och förvånad över förtroendet och skrev mina tankar om julen i allmänhet, om anledningen till firandet, om de många ljusstakar och adventsstjärnor som lyser i fönstren till glädje för både människan inomhus och den som går utanför och avslutade ungefär med: *Låt oss tacka Gud för Jesus, han är vårt hopp, vår trygghet, alltid nära dem som tror på honom, lita på det!*

Förundrad över att min text skulle kunna duga, jag hade aldrig skrivit något förut som skulle publiceras, lämnade jag in texten i god tro. Prästen Eva Saretok och redaktionen skratade förtjust åt min dristighet, antog min text, lät mig förstå att uppgiften var ämnad åt prästen Eva. Vem trodde jag att jag var?

Mitt självförtroende växte behagligt och nu är jag i en liknande situation. Vi firar det som är viktigt för oss, familjens bemarkelsedagar, Kungen och Nationaldagen bl.a. och varje år Jesu födelsedag. Upprinnelsen anses vara i Bibelns bok om Jesaja, profeten. Gud visade sig för Jesaja i en syn och kallade honom till profet. I dödsvånda erbjöd sig Jesaja: *Sänd mig, och Gud befallde honom: Säg till folket...* Jesaja lydde, varnade, tröstade och talade hopp till sitt av krig och nöd sargade folk. Guds ord "säg till folket" som vi känner igen i julevangeliet, står i Jesaja 9:2,6:

"Det folk som vandrar i mörkret ser ett stort ljus, över dem som bor i mörkrets land strålar ljuset fram... Ty ett barn har fötts, en son är oss given. Väldet är lagt på hans axlar, och detta är hans namn: Allvis härskare, Gudomlig hjälte, Evig fader, Fredsfurste..." (Från Bibel 2000.)

Varför är Jesus viktig för oss, värd att firas? Gud gav oss Jesus till försoning med honom och med oss själva, i sin kärlek till oss lät Han sin son betala våra skulder/synder med sitt liv på korset. Fantastiskt! Otroligt! Sagolikt! Låt oss fira att kärlek finns, en dimension utom det fattbara. Bjud upp till en festlig jul för kärlekens skull!

Eva Harald

Låt julen bli en lärorik tid



Tag vara på chansen till gratis datautbildning on-line på företaget Aktiv under tiden 15 december – 15 januari. Se vidare under denna rubrik på hemsidan.

Bosse Hansson

För daglediga

Kyrkcentrum bjöd på kultur med präst, musik och trubadur under höstens många fredagar på föredrag, visor som fånglar, behagar med mening som berör, ger kontakt, ger gemyt i samkväm och andakt.

Eva Harald

Gårdsrådet som ideell förening

Grunden till Gårdsrådet skapades genom tillkomsten av en växande kaffekassa vid Träffen för ca 20 år sedan. Överskottet samlades på ett sparkonto hos SEB med någon person som referens. Idag är inte den typen av konton möjliga utan endast fysiska eller juridiska personer godkänns som bankkunder.

Vid inflyttningen i Skeppet ändrades stadgarna så att BFF (Bålsta Finska Förening) tillkom som medlem och "kaffeomsättningen" ökade kraftigt. När Håbo kommun ändrade från nolltaxa till formell hyressättning av lokaler för föreningarnas bruk fick Gårdsrådet uppdraget att teckna hyresavtalen, betala hyran och eventuellt tillkommande städning och därefter fördela kostnaderna mellan "moderföreningarna".

För att sköta betalningar, kunna teckna avtal och ha en korrekt skatterättslig status var det nödvändigt att ansöka om juridisk status med organisationsnummer hos Skatteverket.



Gårdsrådets gårdstomtar

Formen ideell förening är egentligen avsedd för fysiska personers föreningsbildande men i vissa fall kan även ideella föreningar bilda en ideell förening för gemensamma ändamål. Efter viss tveksamhet godkände Skatteverket vår ansökan och numera är det formella namnet: *Träffens och Skeppets Gårdsråd med organisationsnummer 802453-2262*. Kortnamnet är naturligtvis fortfarande "Gårdsrådet".

Det tidigare något diffusa kontot hos SEB är numera bytt till ett korrekt föreningskonto. Deklarationsplikt för Gårdsrådets verksamhet råder och vi har att följa skattereglerna på exakt samma sätt som våra "moderföreningar". Detta medför ett visst merarbete men eliminerar den tidigare oklara situationen om ledamöternas ansvar ur skatterättslig aspekt.

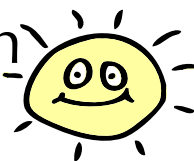
För Gårdsrådet: Göran Ohlsson.

Dela med Dig av dina kunskaper – bli cirkelledare!

Vi söker nu cirkelledare i bl.a. följande ämnen:
* Vardagsjuridik * Seniorbugg * Amatörteater
Om något lockar dig, ring Studiekommittén,
Bo Hansson: 0171-46 71 06 / 070-640 17 80.



Välkomna till knyt med dans fredagen
den 17 december kl. 17.00



Bålsta Dragspelsklubb och Sokens från Märsta levererar glada och dansanta låtar för mogen ungdom på **SKEPPET i IP-Gallerian, BÅLSTA.**



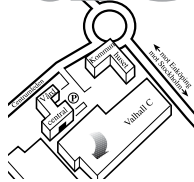
Tag med något att äta och dricka, tallrikar, bestick och glas – OCH – glöm inte att ta med er alla vänner! Inträde 50 kronor.

För info kontakta: Harriet Säfström
tfn 0171-46 70 53
harriet.safstrom@telia.com



Söders

Bok & Pappershandel



Susan's Hårteam

Måndag – fredag 10.00-18.00

Lördag 10.00-13.00

Pensionärsrabatt vardagar 09.00 – 13.00

Gäller klippning & permanent.

Centrumstråket Bålsta

0171-500 00

Konditori Solslätten

Stockholmsvägen 32, 746 33 Bålsta

Telefon 0171 - 556 88

*Vi hjälper dig med tårter, bakverk och smörgåstårter.
Alla SPF-pensionärer har 10% på hela vårt sortiment
mot uppvisande av medlemskort.*

Välkommen!

José Martin Ateljé AB

Guld & silver & ädelstenar & mineraler

Ulla-Maj & José Martin
Guldsmed

Stockholmsvägen 22
746 33 Bålsta

0171-46 79 90
070-882 45 75
joses.atelje@mail.bktv.se

Vi utför reparationer och
omarbetningar i vår egna ateljé.
Vi köper även guld till dagspris.
Vid köp lämnar vi 10%
Välkomna!



Vi är en länk i

BestDrive

www.bestdrive.se

Continental

Vi har alla de kända märkena till förmånliga priser

Continental

Gislaved

Batum

MICKEY THOMPSON

AVON TYRES

COOPERTIRES

MICHELIN

SPECIAL FIGHT

nokian TYRES

Betala gärna med kort.

UTFÖR • montering • balansering • hjulskifte • säsongsförvaring

• Vi säljer och reparerar däck till allt på hjul - oavsett storlek!

0171-543 45

Kalmarleden 56, Bista ind.omr.

**Bålsta
Däckcenter**

Tel. 0171-543 45

Medlem av Däckspecialisternas Riksförbund. För din trygghet.

OLAVIS KIROPRAKTIK AB

Medlem i KFS

OLAVI PÄÄKKÖ

Leg. Kiropraktor

Centrumstråket 7 746 32 Bålsta

Tfn +46(0)171-569 69 Fax +46(0)171-58450

KLIPPHÖRNAN HERR & DAM

Vänernborgsvägen 1, Bålsta

Telefon 0171-512 38



Anki & Birgitta

Stort och smått,

lek och allvar blandas i denna frågesport som kan förströ både släkt och vänner i jul. Rätt svar hittar du på sidan 20!

1. En av julbordets delikatesser är lutfisk. Från vilken fisk gör man egentligen lutfisk?
 - a) Torsk
 - b) Sej
 - c) Långa
2. Vem var den siste man som adlades i Sverige?
 - a) Sven Hedin
 - b) August Strindberg
 - c) Raoul Wallenberg
3. Italienaren Antonio Stradivari är berömd för att ha skapat några av världens finaste instrument. Vilket sorts instrument?
 - a) Flygel
 - b) Violin
 - c) Fagott
4. När föddes konstnärinnan Jenny Nyström, som lanserade bilden av den svenska tomten?
 - a) 1764
 - b) 1854
 - c) 1924
5. Vilken veckodag anses Jesus ha korsfäst?
 - a) Fredag
 - b) Lördag
 - c) Söndag
6. Elvis hade en inköpslista med 31 artiklar som aldrig ändrades. Vilken av följande ingick inte?
 - a) Lönnsirap
 - b) Tuggummitjuicyfruit
 - c) Jordnötssmör
7. Filmatiseringen av Tolkiens Sagan om ringen har gjort stor succe. Vad stod hans initialer JRR för?
 - a) Jakob Rudolf Rurik
 - b) Jim Robert Junior
 - c) John Ronald Reuel

8. Vilken hundras har varit Sveriges populäraste sedan 1960-talet? Den används inom alla grenarna av brukshundsporten.

- a) Golden retriever
- b) Schäfer
- c) Cockerspaniel

9. Julbord är ju en variant av det svenska smörgåsbordet. Vad heter smörgåsbord på engelska?

- a) Smorgasbord
- b) Sandwichmix
- c) Swedish meal

10. Dragspelaren Calle Jularbo hette från början Karl Karlsson. Det nya namnet tog han inte efter den högtid som vi nu firar, som man kanske skulle kunna tro. Vad fick han namnet Jularbo ifrån?

- a) Sin födelseby
- b) Sin farfar
- c) Nynamnsregistret

Entredrink och i pausen kaffe och kaka.

Mikael Samuelson sjöng med passion och livfullt kroppsspråk 12 av Evert Taubes mindre kända visor i en konsert i Jan Fridegårds Bildningscentrum 23 oktober, följsamt ackompanjerad av Mats Bergström på gitarr.

Temat för konserten var 'Taube i Legurien'. Evert Taube var en poet som målade med pensel och målade händelser med ord och musik. Under Everts och Astris bröllopsresa 1925 skrev Evert Taube många poetiska kärleksvisor och beskrev Legurien, där de vistades en längre tid.

För att göra Taube full rättvisa behövs en skådespelare som Mikael Samuelson. Föreställningen var mycket underhållande. Tänk att lilla Bålsta är värdigt så stora artister. Det var Entvisorna och Bibliotekets vänner som serverade och arrangerade i samarbete med Håbo Kultur & Fritid. I den uppenbart roade publiken satt lyckligtvis även jag, Eva Harald.

En f.d. blomsterhandlares jul!

Julen är för affärsinnehavare inom de flesta branscher en hektisk men ofta utdragen tid, mjuka och hårda klappar kan köpas i ganska god tid, även om så inte alltid sker. Men blominköp och beställningar till släkt och vänner görs ofta några få dagar, om ens det, innan jul. Ibland kommer kunden kl. 12.00 på julaf- tonen och blir mäkta förvånad när inte faster i Haparanda eller brorsan i Ystad får blomman levererad den 24:e. Dålig service! Här ska jag aldrig handla mer. Det kanske är så att de inte brukar handla i blomsterhandeln i vanliga fall, men tycker sig ändå vara stamkund. Nu är de flesta inte sådana elakingar, de har kanske bara dåligt samvete, faster eller brorsan som skickat present eller julkort skall få något tillbaka, vad är väl bättre i den situationen än att skicka en blomma. Det är en väldigt fin tanke, då blir det en fin jul för alla. Men den duktiga personalen måste också få fira jul.

Förr i tiden var det cykelbud som körde ut blommorna i ur och skur. Det var mestadels skötsamma unga gossar. Men en gång på 50-60- talet hos min moster Greta som hade blomsterhandel i Nockeby hände följande. En ca 16-årig pojke med en låda på pakethållaren kom och hämtade en massa blompaket och for iväg. Det dröjde inte mer än ett par timmar förrän han var tillbaka och ville ha betalt. Alla tyckte han varit så duktig, så han fick sina pengar och försvann. Det var bara så att istället för att leverera till de olika adresserna hade han stjälp- t av alla i ett dike. En person som fick se paketen tog kontakt med affären och någon fick åka och hämta dem och plantera om för ny leverans. Har undrat hur det gick för cykelbudet senare i livet? Han kanske blev en duktig affärsman men med mer ärlighet i bagaget får jag hoppas.

Ett annat minne, också från Nockebytiden, är när jag under den tid barnen var små endast jobbade extra vid jultid. Där bodde, och förmodligen bor, ganska välbärgade människor. Några jag minns alldeles särskilt är järnhand- laren och fru Funck. De hade stor järnhandel på Kungsholmen i Stockholm. De kom år efter år till den lilla blomsterhandeln med kaffe och nybakade bullar och kakor, ofta kom de den 23 december kl. 23. De visste hur slitigt det var

och ville ge oss en uppmuntran. Det är sådant man kommer ihåg många år efteråt. Så satt vi en stund och njöt i den sena kvällen och orka- de med några timmar till bland Hyacinter och Startulpaner. På den tiden ville alla ha Star- tulpaner antingen en enda i röd kruka eller 10- 15 st. planterade i en soppterrin eller silverskål. Många år senare köpte jag en egen rörelse, först i Spånga därefter i Jakobsberg.

Från Lucia börjar beställningarna i liten skala, luciakronor skall kläs och tärnkran- sar tillverkas. Därefter accelererar beställningar- na, julgruppsplanterare är i farten, säljare tar emot kunder och gör beställningarna klara för leverans av de inkomna orderna till nästa dag. Hinner man inte detta under dagen kan en del av personalen behöva stanna kvar många tim- mar. För min egen del blev det på 90-talet i Ja- kobsbergsbutiken att klockan kunde bli både tre och fyra på morgonen, nätterna innan jul. En gång hann jag bara hem och duscha och sen tillbaka och öppna butiken. Inte konstigt då att jag efter den goda maten och julklappsutdel- ningen somnade till kaffet! Någon julotta blev det inte för min del under dessa 35 år, möjligen TV-julottan någon enstaka gång om den bör- jade klockan sju. Det var så skönt med sovmor- gon så ni kan inte ana!

Jag sålde butiken 2009, så kanske blir det jul- otta i år? Önskar er alla som läser det här en lugn, skön och GOD JUL!

Birgit Olofsson

Svar till Stort och smått

1. c) Långa
2. a) Sven Hedin
3. b) Violin (fiol)
4. b) 1854
5. a) Fredag
6. a) Lönnsirap
7. c) John Ronald Reuel
8. b) Schäfer
9. a) Smorgasbord
10. a) Sin födelseby

Om livet

Följande stod skrivet i den ålderdomliga papyrusrulle som plötsligt dök upp förra året.

Våga läsa noga. För först då kommer de sista raderna att ge dig den strålande insikt och klarhet som du så länge sökt.

Gud skapade åsnan och sade:

"Du skall vara åsna och arbeta från soluppgång till solnedgång, bära stora lass och vara ointelligent. Och du skall leva i 60 år."

Åsnan sade: "Herre, att leva i 60 år är allt för länge, var snäll och låt mig bara leva i 30 år." Och så blev det.

Gud skapade hunden och sade:

"Du skall vara hund, vakta huset, äta rester och vara människans bästa vän. Och du skall leva i 30 år."

Hunden sade: "Herre, att leva 30 år som hund är alltför länge, var snäll och ge mig bara 15 år." Och så blev det.

Gud skapade apan och sade:

"Du skall vara apa. Du skall svinga dig från träd till träd, vara rolig och verka idiot. Och du skall leva som clown i 20 år."

Apan svarade: "Herre, att leva som en clown i 20 år är alltför länge, var snäll och låt mig bara leva i 10 år."

Och så blev det.

Gud skapade människan och sade:

"Du skall vara människa. Du är den enda förnuf-tiga, intelligenta varelse, som vandrar på jorden. Du skall använda ditt förstånd till att härska över skapelsen. Och du skall leva i 20 år."

Människan sade: "Herre, att leva som människa i 20 år är alltför lite, var snäll och ge mig de 30 år som åsnan inte ville ha, de 15 år som hunden inte ville ha och de 10 år som apan inte ville ha."

Och så blev det.

Och så föds människan och lever som människa i 20 år. Sedan gifter han sig och får leva som åsna i 30 år; arbeta från tidig morgon till sen kväll och bära tunga bördor.

Sedan får han barn och får leva som hund i 15 år; vakta huset och äta rester som barnen lämnat efter sig i kylskåpet. Och på ålderns höst lever människan som apa i 10 år; agerar som en idiot och roar barnbarnen.

Workshop - bildbehandling i dator

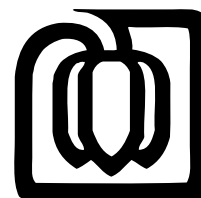


Under vårterminen 2011 anordnar vi en s.k. workshop i bildbehandling. Det är ingen regelrätt utbildning i cirkelform, utan sammankomster dit man är välkommen för att få hjälp med egna problem i ämnet. Vi erbjuder sex träffar på måndagar kl. 16-18 mellan 17 januari och 21 februari. Ledare är Hans Linde, telefon 0171-51131.

Visste du att...

Du kan boka tid och beställa förnyelse av recept via Internet!

Gå in på Bålsta Vårdcentral's hemsida genom www.lul.se och välj vårdcentral uppe till vänster.



Klicka på länken under E-tjänster – önska tid/receptförnyelse på vårdcentralen och följ instruktionerna.

Ett bra alternativ till att sitta i telefonkö!

Hälsningar Nisse Runberg

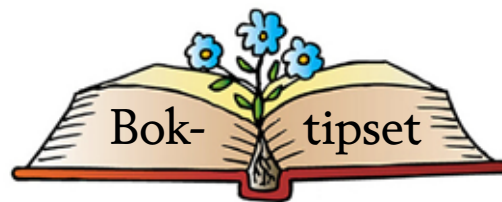
Rigoletto

Den 2 november for en busslast seniorer till Kungliga Operan i Stockholm för att avnjuta en stunds finkultur. Det var, som man säger, inga dåliga grejor. Rigoletto, krymplingen med sin stackars dotter Gilda som mördas i slutscenen.

Handlingen var denna gång förlagd till 1930-talet och det fungerade. Det var en bra föreställning med Jesper Taube och Olga Mykytenko i de bärande rollerna. Guiseppe Verdis musik är ju fantastisk och hovkapellet hade en riktigt fin kväll under dirigenten, Tobias Ringborg.

I bussen under hemresan var det säkert flera som satt och gnlade på La donna é mobile (Ack som ett fjun så lätt) medan de gick igenom handlingen huvudet. Deltagarna tackar resekommittén, och i synnerhet Eva Lidö, för att vi fått chansen att bekvämt komma in till Stockholm och uppleva en högklassig operaföreställning.

Sverker Jonasson



En sannolik historia av Karin Alvtegen

I *En sannolik historia* möts två olyckliga människor som upptäcker att vi faktiskt kan ändra vårt sätt att se på tillvaron och att det finns helt andra val att göra i livet än de vi kanske först tror.

Med säker hand, stark psykologisk laddning och en osviklig känsla för att blottlägga det djupt mänskliga, skildrar här Karin Alvtegen relationer, sorg, konflikträdsla, fördomar och kärlek.

Karin Alvtegen är en av Skandinavien mest lästa och uppskattade författare. Hon har belönats med en rad fina priser, bland annat Glasnyckeln för bästa skandinaviska kriminalroman. Hon är översatt till ett trettiotal språk. Hennes tidigare utgivna titlar är Skuld, Saknad, Svek, Skam och Skugga. (ISBN10: 9173372668)

Barbro Larsson

Beckers

happy homes

FÄRGFORUM
MÅLERI I BÅLSTA AB

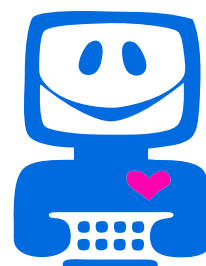
Stockholmsvägen 113, Bålsta. Telefon 0171-467781.

**FÄRG - TAPETER - GOLV - KAKEL
PRESENTARTIKLAR**

Vi utför även målningsarbeten
Våra öppettider: Måndag - fredag 06.30-18.00. Lördag 09.00 - 13.00.

colorama
BÅLSTA FÄRGHANDEL

Stockholmsvägen 85 Bålsta Telefon 0171-50033
Öppettider:
Måndag - fredag 9.00 - 18.00, lördag 9.00 - 14.00
Välkomna önskar Jill, Harry, Fia & Christina.
balsta@colorama.se • www.balstafarg.se



SPF Håbo hemsida uppmärksammas på riksplanet

I senaste numret av SPF:s rikstidning Veteranen kan man på sidan 8 läsa följande:

"Föreningarnas hemsidor ser olika ut och utnyttjas olika mycket. Uppsalaföreningen Håbo tar verkligen vara på möjligheterna med sin hemsida. Man spelar till exempel in egna filmer och gör bildspel från verksamheten och lägger sedan upp dessa på hemsidan via filmsajten Youtube."

Andra SPF-föreningar har också hört av sig till SPF Håbo för att få tips om hur man lämpligen bygger en bra hemsida.

SPF Håbo webbredaktion gläder sig över att det idoga arbetet med hemsidan resulterar i så positiva omdömen och sådant intresse.

Välkomna till SPF Håbos julgransplundring!

Du själv och barn med barnbarn är hjärtligt välkomna till Skeppet lördagen den 8 januari 2011 kl. 13:30.

Vi serverar kaffe/te/saft, bullar och pepparkaka. Fiskdamm till barnen (max 12 år), dans runt granen med Håbo Spelemän.

Trollkarlen JOHNNY Mc I medverkar.

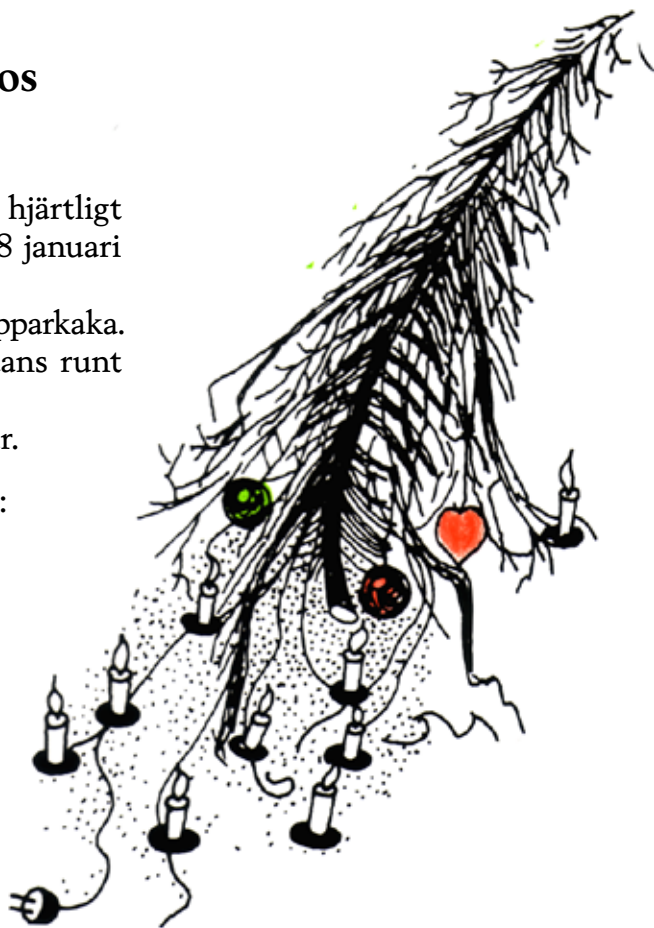
Anmälan senast måndag 3 januari till:

Börje Pettersson, tfn 50032,

Mona Björklund, tfn 57005 eller

Göthe Eriksson, tfn 50024.

(Max 140 personer!)



Vi vill önska dig som fyllt 65 år extra varmt välkommen in till oss på **onsdagarna**.

Då ger vi alla ålderspensionärer

**5% rabatt mellan
klockan 08:00-16:00**

Rabatten gäller ej spel, lotter, post och ges mot uppvisande av legitimation i kassan.

Varmt välkommen
Önskar Krister med personal

ICA KVANTUM
Bålsta Centrum
Din färskvarubutik
Öppet 8 - 22 • www.kvantumbalsta.se • 0171 - 414 880





Är du rätt placerad?

Det är alltid en bra idé att med jämna mellanrum se över sina placeringar. Låt oss gemensamt se om vi kan hitta nya alternativ för att du ska känna att dina pengar är rätt placerade.

Slå oss en signal så bokar vi en tid.

Handelsbanken Bålsta
Tfn: 0171-53770
www.handelsbanken.se/balsta

Handelsbanken

HusmanHagberg Upplands-Bro fyller 20 år!

Vi firar med julmat för 5.000 kr!

Vi vill fira både julen och vårt 20-årsjubileum genom att bjuda på årets julmat från fräscha ICA Kvantum i Bålsta.

Vid tecknande av ett uppdragsavtal med oss innan nyår fyller vi din matkorg inför den stundande jul- och nyårshelgen till ett värde av hela 5.000 kr.* Är du snabb och tecknar uppdragsavtal innan 30 november 2010 bjuder vi även på en flaska nyårschampagne. När vi ändå slår på stort gäller det förstås i Håbo också!

Går du i säljtankar, men är inte redo att sälja än?
Vi hjälper dig att förbereda din försäljning så att allt är klart när det väl blir dags.

Välkommen att bli nöjd du också!

Lotta, Åsa, Carina, Sofia och Lars



**HusmanHagberg
Upplands-Bro**

Tel: 08-581 660 60
kungsangen@
husmanhagberg.se

**HusmanHagberg
Håbo**

Tel: 0171-46 95 60
habo@
husmanhagberg.se

ICA
KVANTUM
Bålsta Centrum
Din färskvarubutik

* Gäller för uppdragsavtal tecknade 2 november- 31 december 2010 oavsett andra parallella erbjudanden. Erbjudandet kan inte överlåtas till annan eller bytas mot kontanter.

Funktionärer i SPF Håbo 2011

ANNONSER & SPONSORING

Cenneth Gunnarsson, 548 53

Hans Söder, 514 41

BLOMMOR

Elisabeth Nilsson, 518 20

BOENDEKOMMITTÉ

Bengt Gusén, 522 24

Bengt Jansson, 551 35

Leif Sjöborg, 546 79

Runo Johansson, 546 44

DATOR- & TEKNIKANSVARIGA

Nils Runberg, vice webbmaster, 592 04

Lars Hansson, 509 87

Bo Hansson, webbmaster, 46 71 06

Karl-Erik Andersson, 514 58

FRISKVÅRDSKOMMITTÉ

Birgitta Pettersson, 500 32

Bengt Brunström, 46 70 38

Ulla Carlsson, 519 46

FÖRSÄKRINGAR

Håkan Jonsson, 516 30

GÅRDSRÅDET TILL SKEPPET & TRÄFFEN

Bror Wahlström, 516 80

Birgitta Baath, 595 96

Göran Ohlsson, 517 64

Inger Smedberg, 516 83

Maj-Lis Söder, 514 41

HÖRSELFRÅGOR

Bengt Skiöld, 511 46

KPR (KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET)

Gun-Britt Renefalk, 561 17

Karl-Erik Andersson, 514 58

Roza Babec 018-38 64 78

LPR (LANDSTINGETS PENSIONÄRSRÅD)

Gun-Britt Renefalk, 561 17

LOTTERIER

Ulla Kontin, 515 94

LÄKEMEDELSOMBUD

Roza Babec, 018-38 64 78

MARKNADSFÖRING

Sverker Jonasson, 595 69

Bengt Jansson, 551 35

Bernt Fredriksson, 507 43

MEDLEMSFORUM

Barbro Larsson, 507 49

Sverker Jonasson, 595 69

Lars Hansson, 509 87

Margith Nyström, 070-593 5110

Ingrid Bruun-Andersson, 506 83

Birgit Olofsson, 530 83

Eva Harald, 073-578 3554

Kerstin Öhman, 598 78

MEDLEMSKOMMITTÉ

Gert Lidö, 545 64

Hans Renner, 590 10

Siv Ågren, 592 08

Britt-Marie Danielsson, 546 97

Ulla Budell Åhrström, 0760-18 6517

MEDLEMSSEKRETERARE

Britt-Marie Danielsson, 546 97

Ulla Budell Åhrström, 0760-18 6517

PENSIONSFRÅGOR

Bengt Johansson, 543 15

POMONA INTRESSEFÖRENING

Anna-Stina Selander, 018-38 61 26

Maggan Bruun, 44 85 03

PRESS- & MEDIAKONTAKTER

Per-Eric Josefsson, 548 80

Bengt Jansson, 551 35

Gun-Britt Renefalk, 561 17

PROGRAMKOMMITTÉ

Börje Pettersson, 500 32

Mona Björklund, 570 05

Göthe Eriksson, 500 24

Elisabeth Nilsson, 518 20

RESEKOMMITTÉ

Eva Lidö, 545 64

Sonja Österling Rittgård, 517 64

Hans Finnman, 515 43

Gert Lidö, 545 64

REVISORER

Bengt Johansson, 543 15

Marjo Henriksson, 574 84

Håkan Jonsson, 516 30

RULLSTOLSPROMENADER

Börje Karlsson, 564 20

Åke Andersson, 547 68

SERVERINGSGRUPP

Mona & Bertil Björklund, 570 05

Gunnel Larsson, 508 04

STADSVANDRINGAR

Eva Lidö, 545 64

Margareta Wohrne, 577 90

Sylvia Lindqvist, 591 88

STUDIEKOMMITTÉ

Bo Hansson, 46 71 06

Christer Nordberg, 562 07

Bengt-Olov Olsson, 510 61

Fernando Mena, 574 84

SYNFRÅGOR

Per Olof Renefalk, 561 17

TRAFIKOMBUD

Per Bylund, 018-34 04 50

Bengt-Olov Olsson, 510 61

TRYGGHETSRINGNING, SAMORDNARE

Karl-Erik KEA Andersson, 514 58

Rolf Björklund, 566 26

TRYGGHETSRINGNING, TEKNIKANSVARIG

Bo Hansson, 46 71 06

VALBEREDNING

Bernt Fredriksson, 507 43

Börje Pettersson, 500 32

Karl-Erik KEA Andersson, 514 58

VÄRDAR VID MÅNADSMÖTEN

Solveig Fredriksson, 507 43



Friskvårdsprogram våren 2011 i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Studieförbundet
Vuxenskolan

De flesta cirklarna helt utan avgifter för deltagarna.

Studiecirklar:

Snacka om nyheter
Else Coster

Sånggruppen Duromoll
Hans Svennberg

Historia
Ulf Weinberg

Litteratur
Ulf Weinberg

Engelska
Brian Turner

Redaktionscirkeln
Barbro Larsson

Släktforskning 1
Sven-Erik Svensson

Släktforskning 2
Sven-Erik Svensson

Släktforskning 3
Sven-Erik Svensson

Koll på läkemedel
Roza Babec

E-post & internet
Nils Runberg

Data för noveller
Christer Norman
Anmälan till Bo Hansson

Data, utvidgning
Christer Norman
Anmälan till Bo Hansson

Bildbehandling
Hans Linde

Trafikkunskap 65+
Per Bylund

Nålbinding
Anita Andersson

Goa gubbar
Gustav Körner

Säkerhet i hemmet
Sylvia Lindqvist

Knyppling
Ella Andersson

Hantverkscafé
Svea Sahlén

Religionskunskap
Gunnel Ferm

Människan socialt och kulturellt. 1 februari - 19 april.
Gunnel Ferm

Busk- & trädbeskrifning
Robin Welch

Bridgeutbildning
Kalle Danielsson

Dag och tid:

Start 24 januari t.o.m. 16 maj.
Måndagar kl. 13.00-15.00. Jämna veckor.

Start 13 januari - sen vår.
Torsdagar 10.00-12.00

Start 18 januari t.o.m. 10 maj.
Tisdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.15

Start 19 januari t.o.m. 11 maj.
Onsdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.15

20 januari t.o.m. 24 mars. Röda Korslokalen.
Torsdagar kl. 10.00-12.00, varje vecka.

12 januari t.o.m. 20 april. Källvägen 8.
Onsdagar jämna veckor kl. 10.00-12.15

Start 14 januari t.o.m. 20 maj.
Fredagar jämna veckor 10.00-12.15.

Start 21 januari t.o.m. 27 maj.
Fredagar ojämna veckor 10.00-12.15.

Start 14 januari t.o.m. 20 maj.
Fredagar jämna veckor 15.00-17.15.

Start 2 februari t.o.m. 16 mars.
Onsdagar 14.00-16.15.

Start 2 februari t.o.m. 30 mars.
Onsdagar kl. 13.00-15.30.

Start 14 & 15 februari, 8 gånger.
Grupp 1 - Måndagar kl. 13.00-15.30.
Grupp 2 - Tisdagar kl. 10.00-12.30.

Start 17 februari - 7 april.
Torsdagar kl. 13.00-15.30.

Workshop 6 gånger. 17 januari - 21 februari.
Måndagar kl. 16.00-18.00.

Anmäl intresse. Avgift ca 400 kronor.

Söndagar kl. 10.00 - 15.30.
9, 16 och 23 januari 2011. Materielkostnad.

Torsdagar 3 februari - 31 mars.
Klockan 18.00-21.00. Kostnad del i råvaruinköp.

Anmäl intresse. Avgift ca 100 kronor.

Start 21 januari t.o.m. 6 maj.
Fredagar 9.00-12.00. Materielkostnad.

Start 28 januari t.o.m. 1 april.
Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.

Start 2 februari - 12 april.
Tisdagar kl. 13.00 - 15.00 ojämna veckor.

1 februari - 19 april.
Tisdagar kl. 13.00 - 15.00 jämna veckor.

4 gånger från slutet av mars.
Väderberoende!

Anmäl intresse.

Anmälan tfn:

0171-543 56

0171-524 34

0171-592 84

0171-592 84

073-500 21 91

0171-507 49

070-733 24 89

070-733 24 89

070-733 24 89

018-38 64 78

0171-592 04

0171-46 71 06

0171-46 71 06

0171-511 31

018-34 04 50

0171-514 58

0171-592 95

0171-591 88

0171-593 86

0171-542 19

0171-512 21

0171-512 21

070-728 79 13

0171-507 52

Fysiska aktiviteter:	Dag och tid:	Anmälan tfn:
Rullstolspromenader Börje Karlsson Åke Andersson	Pomona onsdagar ojämn veckor kl. 10.30.	0171-564 20 0171-547 68
Qi gong på Skeppet Eva Hermansson	Start tisdag 27 januari.	073-641 56 64
Seniordans på Skeppet Birgitta & Börje Pettersson	Start 17 januari - 18 april. Måndagar 10.00 - 12.00.	0171-500 32
Vattengymnastik Birgitta Pettersson	Start vecka 3. Avgift 500 kr för 10 gånger.	0171-500 32 0730-22 70 06
	Tisdagar kl. 17.00. Korta personer, upp till 165 cm. Tisdagar kl. 17.40. Långa personer, över 165 cm. Torsdagar kl. 10.15. Alla oavsett längd.	
Pensionärgymnastik Rut Jansson i samarbete med PRO.	Start måndag 17 januari. Kl. 15.00 - 16.00.	0171-503 59
Stavgång vid Granåsen Solveig Fredriksson	Start 16 mars. Onsdagar 9.00 - 10.30	0171-507 43
Stavgång från Skeppet Margareta Wöhrne	Start 16 mars. Onsdagar 9.00 - 10.30	0171-577 90
Bowling, 68 kr/gång. Harriet Säfström	Start 11 januari, tisdagar. Grp 1, 11.00-12.15. Grp 2, 12.20-13.35. Grp 3, 13.40-14.55. Grp 4, 15.00-16.15.	0171-46 70 53
Bowling nybörjargrupp Roland Arvidsson	Anmäl intresse.	0171-515 46
Boule utomhus Bengt Brunström	Medborgarhuset. Preleminärt 3 maj 10.00.	0171-46 70 38
Boule Skokloster Christer Ridderstråle	Start tisdag 11 januari, 10.00.	018-38 60 62
Minigolf Maud Jägerfjäll	Preleminärt vecka 18. Onsdag & lördag 9.30. Minigolfbanan.	0171-507 05
Shuffleboard Skeppet Bengt Brunström	11 januari - 10 maj. Tisdagar 18.00.	0171-46 70 38
Lekfull pingis Ulla Carlsson	Start 19 januari - 27 april. Onsdagar 09.00 - 11.00.	0171-519 46
Tennis Staffan Wöhrne	Intresserad? Kontakta Staffan på kvällstid.	0171-577 90
Golf Leif Lindberg Ewert Lindström	Tisdagar 09.00, preleminärt vecka 18. Sofielunds golfklubb. Avgift 70 - 200 kr/gång.	0171-507 74 0171-595 28
Yoga på fastande mage Birgit Almén	20 januari - 14 april. Torsdagar kl. 08.30 - 9.30	0171-596 09
Övrig verksamhet:	Dag och tid:	Anmälan tfn:
Bridge Kalle Danielsson	Start 12 januari. Onsdagar kl. 13.00 - 17.00.	0171-507 52
Övningsbridge Göran Ohlsson	Start 17 januari. Ej 7/2, 7/3, 4/4 och 2/5. Måndagar kl. 15.00 - 17.00.	0171-517 64
Träslöjd på f.d. Träffen Olle Atling	Varje onsdag fr.o.m. 12 januari kl. 15.00-17.00. Ring gärna dagen före om intresse finns.	070-731 29 91 0171-574 80
Bingo på Club Myran Anders Boström	Start onsdag 12 januari, kl. 10.00 - 13.00. Föreningarnas Hus.	0171-549 62
Vinprovning Göran Ohlsson	1 februari, 5 april och 7 juni. Klockan 18:00 - 21.00.	0171-517 64
Schack Ulla Carlsson	Torsdagar 20 januari - 28 april, 13.00 - 15.00.	0171-519 46
Vävning Ulla Gabrielsson	Start torsdag 13 januari, kl. 10.00 - 13.00. Talltorpskolan. I samarbete med PRO.	0171-505 05



Välkommen till oss i SPF-Håbo!
Ingen är för gammal att delta i våra aktiviteter.
Vår expedition finns på SKEPPET, Kalmarvägen 3, 746 31 Bålsta.
Telefon 0171-557 47. Organisationsnummer: 817 001-1079
Vill Du bli medlem? Kontakta Britt-Marie Danielsson
telefon 0171-546 97, e-post medlemsregistret.spfhabo@bktv.nu

*Januarinumret av Medlemsforum utkommer vecka 4 – manus **senast den 7 januari**
till Lars Hansson, Granelundsvägen 4, 74634 Bålsta
Telefon 0171-509 87 Mobil 070-453 61 24
E-post: medlemsforum.spfhabo@bktv.nu*

SPF-Håbo hemsida: www.spfpension.se/habo
SPF-Uppsala distrikts hemsida: www.spf-uppsala.nu
SPF-Förbundet hemsida: www.spfportal.se
SPF-expeditionens mailadress: spfhabo@bktv.nu
Ordförande i SPF Håbo mailadress: ordf.spfhabo@bktv.nu
Sekreteraren i SPF Håbo mailadress: sekr.spfhabo@bktv.nu
Ansvarig utgivare: Per-Eric Josefsson. Tfn 0171-548 80