



SVERIGES
PENSIONÄRSFÖRBUND
Grundat 1939



MEDLEMSFORUM

för
SPF-Håbo

Välkomna

till SPF Håbos månadsmöte torsdagen 25 augusti 2011
klockan 13.30 i Skeppet, Kalmarvägen 3.

PROGRAM

Vi får besök av Birger Eriksson, Uppsala. Han berättar om sin tid i Botswana, om människor, natur, historik och personliga strapatser via diabilder, ljudband, filmer med mera.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Nummer 5, augusti 2011. Årgång 24.



Ordförande Peje har ordet!

Bäste SPF-are!

Jag hoppas att ni har haft en skön sommar, och jag hälsar er välkomna till en givande hösttermin.

I juni hade vårt förbund kongress i Ronneby. Vi hade lämnat in en motion om att ändra föreningsstadgarna så att en medlem ska få rösta med max. en fullmakt på årsmöten. Distriktet stödde oss men kongressen avtog den tyvärr. Dock tillsattes en arbetsgrupp som ska se över stadgarna. Samrådet (de sju SPF-föreningarna i södra Uppland) hade också lämnat in en motion. Om förbundet ska effektiviseras och arbetsuppgifter överförs till distrikt och föreningar, så skall även motsvarande ekonomiska resurser följa med. Även denna motion avtog. Nästa kongress kommer att hållas i Jönköping 2014 och då motionerar vi igen. Trägen vinner, brukar man säga. Läs mer på sidan 21.

Nu till mera positiva nyheter: Vår bostadskommitté har lyckats sätta fart på våra politiker, och de är i full färd med att planera för seniorbostäder. För att få ett bra underlag för det fortsatta arbetet har vi i denna tidning en enkät som jag ber er svara på. Ju fler svar vi får ju större hänsyn till oss måste politikerna ta.

SPF har ju, tillsammans med övriga pensionsorganisationer, kraftfullt drivit frågan om att få vettig primärvård i Håbo. Jag gläder mig åt Vårdcentralens framgång med drop-in, samt deras ambitioner att tillfredsställa oss pensionärer. Vårdcentralens ledning är mycket positiv till samarbetet med oss. Vi träffas varje kvartal och diskuterar vad som är bra och vad som behöver förbättras. Ett exempel är bytet av telefonväxeln för färre knappval vilket ska göra det enklare för oss som är lite äldre. Det är således viktigt att vi i styrelsen får era synpunkter på hur Vårdcentralen fungerar. Ett verkligt bra sätt är att ställa upp några timmar

i veckan eller varannan vecka som värd/värdinna på Vårdcentralen. Se även separat annons på sidan 7, liksom information från Vårdcentralens VD på sidan 8.

Vårt krav på minst två Vårdcentraler i Håbo, för valfrihet och konkurrens, ser ut att uppfyllas. Enligt uppgift öppnar tre läkare en privat mottagning i Håbohälsans lokaler.

I början på sommaren öppnade Anhörigcentralen på Källvägen. Den Servicecentral vi startade tillsammans med Bålsta Finska Förening och PRO Håbo samarbetar nu med Anhörigcentralen. Vi hoppas därmed på ännu bättre service till våra medlemmar.

Det blev mycket "Äldre politik", men det är ju en viktig del i vår verksamhet.

Ett uppskattat arrangemang är våra Pub-aftnar. Nästa gång blir torsdagen den 15 september klockan 17.00. Teman blir ögon/syn-information samt frågesport. Vi ska försöka ta ut ett 3-mannalag som vi hoppas går vidare till SPF:s riksmästerskap i "Hjärnkoll" i Göteborg i november. Jag hoppas alla frågesportintresserade kommer till Pub-aftonen. Se även separat annons på sidan 13.

Ett betydelsefullt uppdrag för SPF Håbo är att vi står som arrangörer av SPF:s Riksmästerskap i bowling 5-8 september. En stor fjäder i hatten för våra bowlare!

Under tiden 20 augusti till 31 oktober har vi en värvningskampanj för nya medlemmar. Passa på och bjud in vänner och bekanta! Medlemsavgiften till 31 december 2012 är då endast 100 kronor inklusive alla förmåner och bra försäkringar.

Ja, det är mycket kul på gång. Vi ses på Håbo Festdag den 20 augusti. Glöm inte att titta på vår toppenfina hemsida, bäst i landet. Där får ni information om allt som händer.

Bästa hälsningar från Peje

**GLÖM EJ ATT BESVARA ENKÄT
PÅ NÄST SISTA SIDAN!**



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 2011

Per-Eric Josefsson, ordförande, 548 80
Bengt Jansson, vice ordförande, 551 35
Agneta Wahlström, sekreterare, 516 80
Yvonne Lindström, kassör, 595 28
Marjo Henriksson, vice kassör, 574 84
Eva Lidö, 545 64
Göran Ohlsson, 517 64
Hans Finnman, 515 43
Christer Ridderstråle, 018-386062

Redaktionscirkel för Medlemsforum 2011

Barbro Larsson, 507 49
Lars Hansson, 509 87
Sverker Jonasson, 595 69
Margith Nyström, 070-593 5110
Ingrid Bruun-Andersson, 506 83
Birgit Olofsson, 530 83
Eva Harald, 073-578 3554
Ove Lådö, 070-530 1503
Bengt Jansson, 551 35

Kommande månadsmöten

Sista torsdagen i månaden klockan 13.30
om ej annat anges.

SENIORSHOPEN besöker oss i september för modevisning och försäljning av kläder. Passa på att komplettera vintergarderoben.

UNDER 1960-TALET byggdes Höga Dammen över Nilen vid Aswan i Egypten. Vattemagasinet uppströms om dammen hotade att dränka de två berömda klipptemplen i Abu Simbel. Curt Voxby berättar på oktobers månadsmöte via ljusbilder hur man lyckades rädda dessa klipptempel.

EN GLAD OCH FARTFYLLD show blir det på novembermötet. *Amris* är en sångduo som uppträtt i många år bl.a. i folkparker, fångelser, pensionärsföreningar m.m. Duon *Amris* berättar och sjunger nya och gamla låtar från deras liv som artister.

SPF trygghetsringning



är tillgänglig för alla! Den startades för drygt 20 år sedan och fyller alltjämt en viktig uppgift. De som ansluter sig ringer varje morgon före ett bestämt klockslag till en telefonsvarare 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* ensamboende 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



De flesta människor vill leva länge men de vill inte att det skall synas på dem att deras önskemål har gått i uppfyllelse.

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 trivsamt samvaro och en kopp kaffe efter väl förrettat värv.

Kom och hjälp till!

Ring Fernando Mena, 574 84 eller Gustav Körner, 592 95.

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
Hälsoterassen
% ICA Kvantum
% Klipphörnan
% Konditori Solslätten
% MåBra fot & kroppsvård
% Nord Syd resor
Olavis Kiropraktik AB
% Susan's Hårteam
Söders Bok & Pappershandel AB
Tyghus 1
Företag med %-tecken lämnar någon form av rabatt mot uppvisande av medlemskort.



När horisonten flyttar sig

Att bli gammal i en ny tid



Bodil Jönsson vrider och vänder här på många av våra cementerade föreställningar om åldrande och äldre. Och hon får oss att se pensionsåldern som en tid fylld av möjligheter och helt nya utmaningar. Livet är faktiskt ett konstverk som förtjänar den största uppmärksamhet, också den tredjedel av livet som allt fler får uppleva som pensionärer.

Barbro Larsson

ISBN 978-91-7337-311-1



Resein- formation

Exkursion "Skogens år"

Ett kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan

Vandring i Vibyspåret med Joachim Tiefensee
måndag 29 augusti 2011 klockan 13.30.

Vi träffas på P-platsen vid Vibyspåret. Exkursionen tar ca 2,5 timmar och promenaden är cirka 2 kilometer.

Agendan för exkursionen är:

Vem äger skogen i landet?

Skogens tillväxt och uttag.

Skogstillståndet i landet.

Skogens kretslopp.

Skogen som virkesproducent.

Skogen som rekreationsresurs.

Skogen som energikälla.

Skogen ur miljösynpunkt.

Allemansrätten.

Välkomna till en mycket intressant vandring i Vibyskogen.

Anmälan senast 28 augusti till Birgitta Petersson, tfn 500 32 eller Eva Lidö, tfn 545 64.

Världsarvet Falu koppargruva och Carl Larsson-gården i Sundborn tisdag 13 september 2011

Välkomna till en resa till vackra Dalarna, då vi besöker Världsarvet Falun, som består av Gruvlandskapet, Stadsdelslandskapet och Bergsmanlandskapet, d.v.s. det historiska industrilandskapet kring Stora Kopparberg och Falun. Vi besöker också Carl och Karin Larssons hem i Sundborn. På vägen dit har vi en fikastund i Rembostugan.

FALU GRUVA med omgivningarna är idag ett museum ovan och under jord.

Man kan göra en guidad gruvtur under jord, som tar en timme samt lite tid för påklädning av skyddskläder, hjälm och regncape, som man



Stadsvandring

Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan.

Längs Bällstaviken och Ulvsundasjön till Karlberg torsdag 15 september 2011

Vi träffas klockan 9.00 på pendlarstationen och tar pendeln till Sundbyberg. Därifrån går vi upp mot Bällstaviken och promenerar längs den och Ulvsundasjön till Karlbergs slott och vidare till Vasastan. Vi både dricker kaffe och äter lunch under vägen.

Välkomna med anmälan till Margareta, tfn 577 90, Eva, tfn 545 64 eller Sylvia, tfn 591 88.

Nästa stadsvandring är tisdag 25/10.



får låna. Kraftiga oömma skor eller stövlar har man med sig. Det är fuktigt i gruvan och temperaturen är + 5 grader. Turen går via trappor och gångar ner i gruvan 67 meter under jord. Gruvpromenaden är 700 meter, varav 150 meter är trappor. Vägen upp sker med hiss.

Ovan jord finns mycket att se. För dem som inte går ner i gruvan gör vi en gruvrundtur med egen buss och guide. Denna tur tar 30 minuter.

Dagens lunch intas på Geschwornergården. Efter lunch finns gott om tid att besöka museerna, t.ex. gruvmuseet och världsarvshuset.

Ange vid anmälan om Du vill gå ned i gruvan eller om Du vill åka med busssturen. Man kan alltså inte göra båda turerna.

Efter lunchen åker vi till Sundborn, Carl och Karin Larssons hem, berömt och älskat genom de många bilder om familjelivet, som Carl målade. Där får vi en guidad tur.

Det finns också ett café vid huset för dem som önskar kaffe m.m. (Ingår ej i priset).

kl. 7.15 Avresa från Gamla järnvägsstationen, stopp vid bussterminalen, Kalmar Livs och Kalmarsand.

kl. 9.00 Kaffe i Rembostugan.

kl. 11.00 Gruvtur alt. busstur i Gruvområdet.

kl. 11.30 Lunch efter busssturen alt. gruvturen på Geschwornergården.

kl. 14.15 Avfärd från Falu Gruva.

kl. 15.00 Guidning i Carl Larsson-gården.

kl. 16.30 Avfärd från Sundborn.

ca 19.00 Hemkomst.

Pris: 540 kr/person

Välkommen med anmälan måndag 15 augusti – söndag 28 augusti till:

Eva Lidö, tfn 545 64, e-post: eva.lido@telia.com (bortrest 22-25/8).

Sonja Österling-Rittgård, tfn 517 64, e-post: sonjaosterling@telia.com (bortrest 22-25/8).

Hans Finnman, tfn 515 43, e-post; hans.finnman@lnctv.com

*Ett kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Föreningen Norden i Håbo

inbjuder till information om föreningens
resa till Island 29/9 - 3/10 2012

Tid och plats:

**Onsdag 31 augusti klockan 19.00. på BCJF.
Bildningscentrum Jan Fridegård.**

Alla är välkomna!

Besök på Norrtelje Brenneri och kryssning inkl. lunch på Rosella torsdag 13 oktober 2011

Vi börjar med besök på Norrtelje Brenneri med visning och provning. Före visningen äter vi en smörgås och dricker kaffe. Sedan blir vi bjudna på välkomstdrink, som följs av en guidad rundtur.



För ett tillägg av 80 kronor (betalas på plats) kan man prova ytterligare 3 sorter spritdryck à 2 cl: 1 kryddad snaps, 1 "calvados" och 1 punch.

Efter besöket på Brenneriet åker vi vidare mot Kapellskär och går ombord på Rosella, som avgår till Mariehamn klockan 12. Vi äter en Bistro-Bufferé-måltid inklusive dryck ombord.

Tider:

07.00 Avgång från Bålsta bussterminal

ca 8.30 Kaffe och smörgås på Brenneriet, guidning, provning.

10.45 Avresa mot Kapellskär

12.00 Rosella avgår från Kapellskär

12.00 Bistrobuffé

17.30 Ankomst Kapellskär

19.30 ca. återkomst Bålsta

Pris: 450:- inkluderar bussresa, kaffe och smörgås, guidning m.m. samt Bufferé på Rosella.

Välkomna med anmälan söndag 15 augusti - söndag 28 augusti till:

Eva Lidö, tfn: 545 64, e-post: eva.lido@telia.com (bortrest 22-25/8)

Hans Finnman, tfn 515 43, e-post: hans.finnman@lnctv.com

*Ett kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Resor och stadsvandringar hösten 2011

Oktober 25. Stadsvandring i Årsta, annons i septembernumret.

November 1. K. Jakobssons Auktionshus, annons i septembernumret.

November 15. Anders Hansers biograf, annons i septembernumret.

Film om en resa från Smygehuk till Kebnekaise.

Ett filmporträtt om mästergrovören Czeslaw Slania.

November 29-30. Julkryssning med Birka Paradise, annons i septembernumret.

Övriga planerade aktiviteter:

Teaterbesök och julkonsert.

*Kulturaktiviteter i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Surströmmingsfest

Torsdagen den 1 september kl. 18.00 på Skeppet

Priset är 120 kronor. Då ingår surströmming, sill, Jan-Olas och Brors superba inlagda strömming, gräddfil, gräslök, tunnbröd, ost, messmör, lättöl och kaffe med kaka. Den, som inte äter surströmming, kan njuta desto mer av det övriga som finns på bordet. Nubbe, vin och avec köps till självkostnadspris.

Anmälan görs senast den 25 augusti till Göran Ohlsson med e-post goeran.ohlsson@telia.com tfn 517 64 eller till Jan-Ola Romlin, jan.ola.romlin@lnctv.com tfn 506 38.

Betalning sker helst till Gårdsrådets Bankgiro 731-3984 senast torsdagen den 25 augusti. Kontant betalning kan ske på Skeppet 26 augusti kl. 10.00 till 12.00 till Göran Ohlsson eller Jan-Ola Romlin.

*Välkomna önskar
Gårdsrådet!*



Konstcirkel

Tyvärr havererade konstcirkeln i våras genom att ledaren, Helena, fick jobb på annat håll.

Nu försöker vi igen i egen regi och alla konstintresserade är välkomna till ett möte på Skeppet (Bryggan) den 23 augusti kl. 10.00 – 12.00.



Stig Olsson "Sture"

Fundera gärna på intressanta studiebesök och kanske kan någon föreläsa om någon konstnär eller liknande.

Agneta, Kaj och Sverker

Upprop!

Hjälp till att få en bättre vårdcentral. Ställ upp som värd/värdinna. En gång/vecka eller var 14:e dag. Antingen mellan 7.30-9.00 eller 9.00-11.00.

Någon form av ersättning kommer att utgå. På detta sätt hjälper vi våra sjuka medmänniskor.

Vi får en bättre insyn i hur vårdcentralen fungerar och kan därmed förbättra den.

Hör av er till någon i styrelsen!





De flesta vet att Rom inte byggdes på en dag. Så är det också med en väl fungerande vårdcentral. Medpro har fått i uppdrag att försöka förändra bilden som Bålstaborna har fått av Bålsta Vårdcentral, en vårdcentral med dålig service och tillgänglighet. Detta har pågått en tid och vi har därför lanserat en plan som under det närmaste året kommer att säkra att du och alla andra som bor i Bålsta, pensionärer, ungdomar, familjer och barn kommer att tycka att Bålsta Vårdcentral lever upp till de krav man med rätta kan ställa på sin vårdcentral. Alla anställda, inte minst de läkare som tidigare har arbetat på vårdcentralen har under många år haft möjlighet att genomföra förändringar. Ofta kan det dock vara lättare att i ett nytt sammanhang uppnå de resultat som alla har pratat om. De anställda på vårdcentralen vill verkligen att saker och ting skall bli bättre.

Vi har lagt en plan som jag i korthet beskriver nedan, men vi är beroende av att ha ett gott samspel och kommunikation med alla invånare. Detta betyder inte att vi kan möta alla krav med ett "ja det kan vi också" men det är ett upplägg till den dialog som jag tycker har saknats mellan invånarna i Bålsta och vårdcentralen. Vi är därför mycket intresserad av att höra från Er med kommentarer till våra planer, andra idéer ni har samt av konstruktiv kritik på det vi gör eller har gjort.

Perfektion är målet, men man är alltid på en resa dit!

Som led i denna dialog måste jag berömma de samtal som vi har haft med de olika pensionärsföreningarna i Bålsta. Samtalen har varit positiva och jag, Medpro och Bålsta Vårdcentral, representerad av verksamhetschefen Heike Nykvist, ser fram emot att arbeta vidare med de idéer som vi gemensamt har diskuterat.

Planen i översikt:

- **ÖPPEN MOTTAGNING OCH ÖPPETTID FRÅN KL. 7.30:** Detta började i maj månad och har redan haft en del av den önskade effekten; nämligen bättre tillgång på akutvård och mindre tryck på telefonerna.

- **NYTT TELEFONSYSTEM:** Detta blev installerat precis innan semestern och ger den uppringande

möjligheten att stanna kvar i luren tills man får prata med en människa. Vi tycker att detta är en mänsklig rättighet och vi använder samma system på Medpros övriga vårdcentraler.

- **LÄKARBEMANNINGEN:** Vi vet att läkarbemanningen är speciellt viktigt i er grupp, då det är tryggt och bra att ha sin fasta läkare om man har en kronisk sjukdom. Så kommer det också att bli på Bålsta Vårdcentral. Vi har redan nu tre nya distriktsläkare på plats, vi har en potentiell utbildningsläkare som verkar trivas mycket bra och vi arbetar vidare med vår rekryteringsprocess.

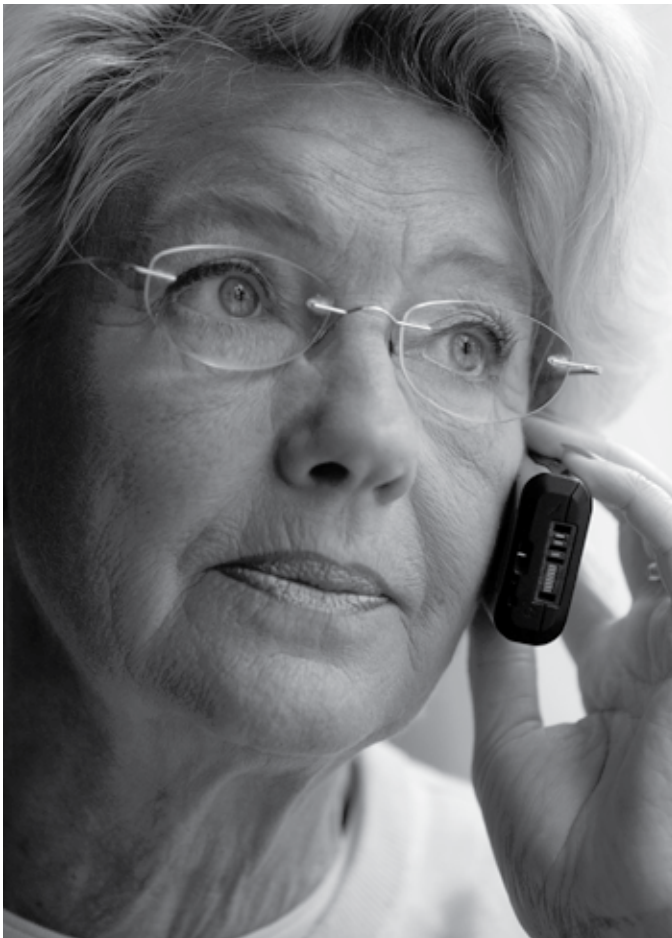
Under hösten blir det därför möjligt att välja en fast läkare. Dessutom kommer vi att ha tillgång till andra specialister, till exempel geriatriker, reumatologer, internmedicinare, ögonspecialister och säkert andra specialistkategorier som på konsultbasis kan arbeta utifrån Bålsta Vårdcentral och som gör det enklare för Er att träffa en specialistläkare. Det tar lite tid att få ett lag på plats, men det kommer.

- **NY RECEPTION:** Vårdcentralen är bra belägen, men vi skulle hellre velat ha allt på ett plan istället för på tre. Detta är inte möjligt att ändra på i dagsläget och vi kommer istället att göra vårt bästa för att göra ytorna mer funktionella. I ingångspartiet kommer vi därför, efter överenskommelse med Landstinget som äger byggnaden, att renovera och bygga en ny reception och väntrum. Vi hoppas detta kan vara klart under första halvåret 2012.

- **NÄRAKUT INRIKTNING:** I den gamla bokhandeln kommer vi att försöka inrätta en närakut, som ska ge akutvård utanför normala öppettider. Närakutplanen håller vi på att utreda och återigen måste ombyggnad ske i samarbete med Landstinget.

- **ANDRA INITIATIV:** Vi har andra idéer och initiativ på gång, men hoppas också att ni kan bidra med kommentarer och förslag genom att ni skickar e-post till Heike Nykvist på heike.nykvist@privat.lul.se eller till Danielle Braender på Medpro på dad@medpro.se. Ni kan också skicka ett brev till oss på vårdcentralen.

*Välkommen till er "nya" Bålsta Vårdcentral,
Hans Wittrup, läkare, ph.d. & VD på Medpro.*



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

MåBra

fot & kroppsvård i Bålsta.

Behöver du sköta om dina fötter?

Vi har **medicinsk fotvård**.

Vi tar även emot **remiss** för dig som har **diabetes**.

Vi har **pensionärsrabatt!**

Alla fötter är välkomna!

Agneta 070-542 25 46

Eleonora 070-412 58 36

Mansängsstigen 11 Bålsta (Polishuslängan)
0171-551 25

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!

BestDrive
— säsong till säsong —

Autoexperter
VERKSTAD

Fälgar Däck Förvaring Verkstad Butik

Vi har alla de kända märkena till förmånliga priser

Continental **Gislaved** **Baum** **SPECIAL**

NOKIAN TYRES **COOPER** **MICHELIN**

Betala gärna med kort. Även delbetalning.

Snabba leveranser!

Sommardäck!

Continental erbjuder fri vägassistans vid köp av fyra st Continental däck t.o.m 31/8-11.

Kunnig och utbildad personal

UTFÖR • montering • balansering • hjulskifte • säsongförvaring
• Vi säljer och reparerar däck till allt på hjul - oavsett storlek!
• Bilverkstad • Service • Reparationer

Ring **0171-543 45** eller besök **Våröppet**
oss på **Kalmarleden 56, Bista ind.omr.** **Vardagar 7-18**
Övrig tid tidsbokning

Bålsta Däckcenter Tel. **0171-543 45**
sedan 1979

Medlem av Däckspecialisternas Riksförbund. För din trygghet.

Min älsklingsblomma

En älsklingsblomma har vi nog alla, någon kanske föredrar en ros, en annan viol eller prästkrage. Själv älskar jag tillsammans med många andra liljekonvaljen. Den bugande stjälken med sina vita klockor, de vackert gröna bladen och doften. Eftersom jag fyller år i början av juni när liljekonvaljen står som vackrast har den följt mig genom hela livet.

När jag föddes och mamma och jag låg på BB kom pappa upp med en bukett liljekonvaljer. På den tiden fick dessa blommor även tas in på sjukhusen. Vet inte om allergierna var färre då eller om man helt enkelt inte förknippade rinnande näsor och ögon med blomdofter och pollen.



Varje år fick jag en bukett konvaljer på min födelsedag av honom. Sista gången var det år jag fyllde 7 år, i september samma år avled min älskade pappa och mamma tog över traditionen med mina födelsedagsblommor vilket hon skötte med bravur. Varje år stod en vas med liljekonvaljer bland mina paket på födelsedagsbordet.

Den sommar jag fyllde 19 år skulle jag gifta mig och ville naturligtvis ha konvaljer i brudbuketten. Kommer ännu ihåg hur jag stod framför altaret i kyrkan i min vita klänning, bredvid min blivande make och kände doften av konvaljerna. Tittade ner på stjälkarna med de små klockorna som darrade i mina nervösa händer.

Så småningom kunde jag ta med make och barn på skogspromenader just till min födelsedag då vi kom hem med små fina buketter. Men så hände det hemska, liljekonvaljen blev i

stockholmstrakten fridlyst, vi fick inte plocka fler. Jag kunde ju naturligtvis inte göra mina små barn till lagbrytare så jag tog hunden med och gick ut på en ensam skogsruna. När jag kom hem berättade jag att jag minsann träffat på en gumma i skogen som gick och sålde konvaljer. Ett par år trodde barnen nog på det jag sa men jag tror att åtminstone de två äldsta började fatta misstankar att det kanske inte var så det gick till. Men dom höll god min i elakt spel och jag kunde fortsätta med mina skogspromenader i början av juni varje år och berätta att jag skulle till gumman i skogen.

När jag fyllde 30 år fick vi besök från Värmland där man fortfarande fick plocka konvaljer. En enorm bukett fanns med i bilen till mig. När jag öppnade dörren in till vardagsrummet på morgonen efter blev jag nästan yr av doften.

1975 köpte vi en sommarstuga på vildvuxen skogstomt. Enklare skogsarbete blev mitt jobb, så jag rensade bort sly och sågade ner torra grenar, medan maken tog sej an lite hårdare arbeten. Året därpå gick jag ner för att se hur där såg ut och till min stora glädje upptäckte jag ett stort område med liljekonvaljer, som nu trivdes bättre tack vare förra årets arbete.

Min mamma fortsatte att gratulera mig på det sätt jag satte mest värde på, med en bukett konvaljer. Ett år var blommorna sena och hon hade varit i åtskilliga affärer utan att få tag i annat än dyra, odlade konvaljer. Så hon köpte en söt tillbringare och satte i denna skära rosor och några odlade konvaljer.

Det kom emellertid en dag när mammas minne inte var lika gott längre. Benen hade kunnat gå till affären eller torget men minnet strejkade, hon visste inte längre att hon brukat köpa dessa blommor till mig, visste inte heller att jag fyllde år. Tror inte ens hon visste att jag var hennes dotter. Sånt är livet, vissa saker kan man inte göra mycket åt, det gäller bland annat alzheimer, det bara kommer och måste accepteras.

Nu hade jag bara mig själv att lita till, barnen var så vana vid att mormor alltid köpte konvaljer till mig så blommorna från dom blev allt utom just konvaljer.

Så varje födelsedag tog jag en promenad upp i skogen och njöt av att sitta mitt ibland dom



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



och känna doften. Att komma hem med en bukkett som sätts i tillbringaren mamma kom med för många år sedan. Och skulle det någon gång regna blir det stövlar och regnrock på.

Så kom dagen för 60-årskalas, släkt och vänner bjöds in. Långbord dukades ute för mat och kaffe och vid varje kuvert lades en mörkblå servert med en liljekonvalj på, något barnbarnen själva kom på.

Nu börjar jag närma mig 70 och kan fortfarande böja mig ner efter blommor och fortsätter med mina årliga liljekonvaljepromenader men vet inte hur länge till, så kanske får jag träna in blomplockningens svåra konst hos mina barnbarn. Får även tala om för dom att ett visst datum varje år vill jag ha en vas med konvaljer bredvid min stol på hemmet så jag kan känna doften.



Agneta Lindbohm

MEDLEM i SPF HÅBO har 300 kr RABATT

DAGS ATT BOKA JULMARKNADSRESA

fredag	25 nov	3d.	ROSTOCK
fredag	25 nov	3d.	LÜBECK
söndag	27 nov	4d.	HAMBURG - BREMEN - LÜBECK
onsdag	30 nov	5d.	BERLIN KÖPENHAMN
fredag	02 dec	3d.	KÖPENHAMN
fredag	02 dec	3d.	LÜBECK
lördag	03 dec	2d.	GÖTEBORG - jul på Liseberg

VÅR nya RESEKATALOG
Höst 2011 - Våren 2012
utkommer omkr 30 aug.
Ring oss så sänder vi Dig den!

BLOMSTERRIVIERAN
San Remo Ligurien
fre 2/9 10d. 8.490

PRAG Berlin
ti 4/10 6d. 5.490

LÜBECK Shopping
fre 28/10 3d. 2.290

BERLIN långweekend
sö 30/10 6d. 5.490

Kombinera Flyg och buss

ROM FLORENS
Pompeji Assisi Siena
ons 14/9 11d 11.590

TOSCANA
Pisa Siena Florens
lö 24/9 9d 9.970

KROATIEN Istrien
Rabac Krk
fre 16/9 9d 8.790

Arrangör/bokning
www.nordsydresor.se

NORD SYD Flyg och buss AB
08 247100 0171 35663

Pris fr/påst i BÅLSTA
Stockholm Enköping

NORD SYD RESOR
NORD SYD FLYG OCH BUSS AB

På kryss med Marie-Louise

En gång i livet borde alla få uppleva en vecka i lyx. Det förunnades mig och min svärdotter Marie-Louise första veckan i juni i år.

Vi beslutade oss för att göra en modifierad resa med Hurtigrutten efter våra förutsättningar. Marie-Louise hade en ny och obegagnad höftled att dras med och jag hade mitt gamla synhandikapp. Hur skulle det kunna gå?

Jo, det gick, och det blev bättre än vi från början planerade. Detta tack vare att Marie-Louise hittade en resebyrå som samarbetade med ett Norskamerikanskt kryssningsfartyg som anlöpte Köpenhamn varifrån vår resa skulle utgå. Därifrån skulle vi ha Bergen som första ankarplats och sedan till den mäktiga Gejrangerfjorden där Edvard Grieg hämtat inspiration till sina tonskapelser.

Trehundra förväntansfulla resenärer stod på söndagsmorgonen på Stockholm C med vidhängande bagage för att åka med abonnerat X2000 till Köpenhamn. Där mötte ett antal bussar som tog oss till hamnen och båten.

Oj, vilken båt! 280 meter från fören till aktern och 32 meter mellan relingarna. 11 däck som med överbyggnaden hade 50 meter ner till vattenytan.

Inombords en hel stad med lyx och överflöd. Marmorgolv och franska heltäckningsmattor överallt.

Även maten var naturligtvis i lyxklass med tre rätters lunch och middag och med en frukostbuffé som saknade jämförelse.

Här hamnade vi i ett sällskap på 2 200 passagerare och en betjäning på 800 personer från 49 olika länder. Vi var således väl rustade för resan till fjordriket Norge.

Vi tillhörde inte den kategori passagerare som till varje pris skulle göra inköp så fort vi landstigit, utan vi sökte minnen och upplevelser från den fantastiska naturen och fick uppleva detta i övermått.

I Bergen kunde vi i alla fall bli varse att norrmännen lärt sig pungslå turisterna på det grymmaste. Vad sägs om en skönt designad Lusekofte till en nyfödd i storlek två grytlappar för 1300 Norska kronor?

I Bergen tog vi linbana till en av topparna med utsikt över inloppet och staden och fick följande resultat:



Nästa dag var vi inne i Gejrangerfjorden. Det är en av Norges allra mäktigaste fjordar med flera hundra meter höga vattenfall likt brudslöjor som störtar sig ner i fjorden. På smalaste stället är fjorden bara 500 meter bred med ett vattendjup på 400 meter.

Gejranger är en gammal fiskeby längst in i fjorden med endast 300 invånare som i stort sett numera lever på turisterna. Här fick vi den mest hisnande busstur av alla på serpentinvägen upp till bergstoppen som var avskalad till en asfalterad parkering för 50 bussar + andra fordon. Nerfärden var den ruskigaste, men guiden bad oss svälja tre gånger och blunda vid varje kurva så skulle vi klara oss, och det gjorde vi ju.

Efter späckt program även inombords återvände vi hem samma väg vi kommit efter en oförglömlig vecka i lyx och överflöd på både lekamlig och andlig spis.

Vad kostade detta 6 dygn långa äventyr, frågar Du?

Jo, för oss prismedvetna passagerare kostade resan inklusive allt 8500 kronor per person. Den kostnaden kan jämföras med en hotellnatt i Stockholm för 1200 kronor utan vågor som vagnar till söms.

Naturligtvis ingick inga drycker i priset, det var rederiets business och det kostade skjortan. Vad sägs om ett glas rödvin till maten för 150 kronor eller ett stort glas öl för 100 kronor?

Göte Ingelman

Succé i repris, ny PUB-afton!



Vår första PUB-afton i april blev en succé och visade att det finns ett behov av träffar även mellan våra månadsmöten. Nu bjuder vi in alla SPF-medlemmar till en andra PUB-afton, där vi kan umgås under trevliga former och ta del av den information som ges när träffens tema behandlas. Ja, denna gång har vi faktiskt två teman:

- **Din syn** . Vi får besök av en optiker från företaget Din Syn som berättar vad en optiker kan och får göra. Vårt eget ombud i synfrågor, Per-Olof Renefalk, berättar om sina erfarenheter som synskadad och vilka hjälpmedel som finns.
- **Kunskap**. Vi kör också en kunskapstävling (SPF Hjärnkoll) där 3-mannalag gör upp om segern. Vinnande lag ska sedan representera vår förening på distriktsnivå, där man korar det lag som slutligen deltar i riksmästerskapet.



Du som vill skapa ett lag för kunskapstävlingen, vidtala kompisar i god tid före träffen, eller - gör det på plats samma dag. Du som inte vill tävla - njut av samvaron, heja på "ditt" lag och ta till dig av den kunskap som visas under tävlingen.



Välkomna till Skeppet kl. 17
torsdagen den 15 september.
Föreningen bjuder på öl, vin och
tilltugg.

Vårkryssning

När björknopporna i Bålsta visar tecken på att brista, då vaknar SPF-medlemmarna till liv efter sin vinterdvala. Mycket måste göras, trädbeskrning, vårstädning, rosklippning, potatislandsgrävning och mycket annat som gör ont, men då är det viktigt att delta i den traditionella vårkryssningen till ölandet Åland. Det tycker i alla fall de 50 resenärer som klev ombord på bussen i Bålsta den 3 maj.

Efter en extra sightseeing i Solna kommun (p.g.a. olycka på E 4:an) embarkerade alla passagerarmotorfartyget "Birka Paradise" vid Stadsgården. Efter drink och hyttinstallation var det tid för middag medan fartyget letade sig ut genom den vackra innerskärgården. Med kraft från föreningens omfattande friskvårdsprogram ockuperade gästerna från Håbo dansgolvet och övriga nöjeslokaler ombord. Enligt obekräftade uppgifter fanns det kvarvarande Håboseniorer på dansgolvet ända till klockan tre på morgonen.

Efter en, för de flesta, stillsam natt på Ålands hav vände skeppet i Mariehamn. Vissa inköp gjordes i diversehandeln ombord, och det fanns möjlighet till flera aktiviteter. För en del bestod nöjet att sitta och småprata och följa in-seglingen genom skärgården tills det var dags för lunch. Denna var god och förebyggde säkert de nutritionsproblem som ofta drabbar äldre personer.

Snart nog gick "Birka Paradise" åter till kaj vid Stadsgården, och 50 passagerare från Håbo kånkade sina tunga väskor till busshållplats nummer 19 för vidare färd till Bålsta. På bussresan hem informerades om kommande reseäventyr och stadsvandringar samt uttalades resenärernas djup kända tack för en trevlig och behaglig resa. Föreningens resekommitté: Eva, Sonja, Hans och Gert tackades med varm applåd, liksom chauffören som drog ut ur Stockholm genom Sveavägen och Norrtull till hemkommunen.

Sverker Jonasson



Nöjda säljare med pengar över till annat

Ring oss så berättar vi vad din bostad är värd. Välkommen att bli nöjd du också!

 **HusmanHagberg**[®]

Tel 0171-46 95 60 Centrumstråket 15, Bålsta



Två av resekommitténs medlemmar, Eva och Gert Lidö.



Beckers

happy homes

FÄRGFORUM
 MÅLERI I BÅLSTA AB

Stockholmsvägen 113, Bålsta. Telefon 0171-4677 81.

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

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

Bok & Pappershandel
Söders



Stadsvandring i Sigtuna

En vacker fredag i maj ordnade stadsvandringgruppen en resa till Sigtuna stad. Hela 36 personer ställde upp på busstationen i arla morgonstund för att åka UL-buss till grannkommunen.

Efter ankomst till målet fick deltagarna chans till kaffe med superbulle hos "Tant Brun". Flickorna i arrangörgruppen hade rekognoserat en vandringsrunda på några kilometer runt Sigtuna stad, och den promenadansträngningen balanserade förmodligen kaloriintaget hos "Tant Brun".

Sigtuna kommun omfattar de båda tätorterna Märsta och Sigtuna stad och kommunen växer för närvarande snabbast i landet. Man har just nu 40 650 invånare och den största arbetsplatsen är Arlanda flygplats som ger jobb åt ca 16 000 personer.

Sigtuna stad sägs vara landets äldsta stadsbildning och började utvecklas som handelsplats när Birka minskade i betydelse kort före



millenniumskiftet år 1000. Kungen, Erik Segersäll, anses vara grundaren och orten var kristen från början. Så småningom blev staden biskopssäte och det byggdes sex eller sju stenkyrkor parallellt med stranden ovanför Stora gatan. Denna var, på tidig medeltid, "strandväg" då Mälaren gick ända hit. Tre av dessa kyrkor finns kvar som ruiner. På 1200-talet ökade konkurrensen från Uppsala och Stockholm varvid stadens betydelse minskade. Det lilla rådhuset byggdes 1744 och då hade orten mindre än 400 invånare. År 1917 invigdes Sigtunastiftelsen som grundats av biskop Manfred Björkquist som centrum för Ungkyrkorörelsen och senare öppnades två internatskolor. Detta ökade intresset för Sigtuna som nu är en blomstrande ort med stort turistvärde genom sin gamla bebyggelse och vackra läge.

Det senare kunde besökarna från Håbo konstatera då de vandrade utefter sjön och vidare upp genom staden förbi Sigtunastiftelsen, med besök i S:t Pers kyrkoruin, och vidare genom Stora gatan och slutligen ett konditionstest upp till klockstapeln med förnämlig utsikt över Sigtunafjärden.

Efter god lunch på italienskinspirerad restaurang var det tid att tacka arrangörgruppen, Sylvia, Eva och Margareta, för en givande dag och ta bussen tillbaka till Bålsta.

Sverker Jonasson. Foto Gert Lidö.



Fågelskådning

Den 9 maj, med strålande väder, var det tid för den årliga exkursionen vid Hjälstavikens fenomenala fågelokal. Som vanligt var Arne Lindqvist ledare och vägvisare för det 10-talet medlemmar som hörsammat inbjudningen.

När sällskapet passerat genom Parnassen med gul- och vitsippor kom den första dova hälsningen från sjön. Det var rördrommen som i vanlig ordning saluterade ankommande SPF-are. Det är en fågel som ofta hörs men sällan ses. Som vanligt var det ingen brist på fåglar vid viken och på avstånd såg man en väldig rörelse i luften. På nära håll fanns den lilla gulärlan som håller till på strandängarna och gärna sitter på stolparna och idag lyste gulare än någonsin. En fiskgjuse låg i högervarv på 50 meters höjd och cirklade elegant runt ett stenröse. Hade han möjligen pax på en sork? Vingarna rörde endast lite nonchalant för att hålla exakt höjd och position.

Grönbenor och svartsnäppor samt andfåglar av olika sort upptäcktes innan det var tid för kaffepaus. Efter fortsatt promenad bort till fågeltornet vid Hårby noterades ytterligare arter och utflykten avslutades med att en havsörn svepte in över viken för att få sig en tidig lunch.

Dessa vårutflykter är givande och handlar inte bara om att se fåglar utan också att tala om deras beteende, samt blir det alltid trivsamt samspråk om mycket annat. Med tanke på dagens väder och det goda humöret så var säkert alla deltagare nöjda med förmiddagen.

Sverker Jonasson. Foto Gert Lidö.



Fiskgjuse. Fotograf okänd.



Vårfest

Än en gång har våren kommit till Mälardalen och det är en utmärkt anledning att gå på fest. Så lyder traditionen och den 20 maj hade SPF Håbo sin 26:e vårbal i pensionärslokalerna Skeppet i Bålsta.



Cirka 100 medlemmar var på plats med uppdrag att roa sig även om det inte nödvändigtvis skulle vara kungligt. Det fanns de bästa förutsättningar för en bra fest med fint väder, bra musik och gott att äta och dricka och inte minst, trevliga och glada människor.

Efter välkomstdrinken, när gästerna hittat sina platser, öppnade ordförande Per-Eric Josefsson, Peje, tillställningen med att hälsa alla välkomna. Kvällens toastmaster, Bengt Jansson,



och Börje Pettersson från programkommittén redogjorde för programmet. Baren offererade lämplig dryck och maten serverades av föreningens eget matlag under ledning av Gustav Körner. Under middagen assisterade dansbandet vid allsången av några stämningshöjande dryckesvisor.

Efter kaffet vidtog ommöblering för att få plats att dansa. Orkestern *The Sound* från Enköping hade riggat upp eget professionellt instrumentarrangemang och spelade flitigt och varierat med bra sång till nästan varje melodi. Dansgolvet fylldes snabbt med dansanta par som gjorde sitt bästa för att skaka bort intagna kalorier.

Under ett kort avbrott i musik och dans förrättades dragning i det obligatoriska lotteriet. Första pris var ett vackert handarbete i form av en "snurrbokhylla" som byggts av en av föreningens seniormedlemmar, Sten Koch. Övriga vinster delades ut till glada vinnare.

Alla fester har ett slut, och så småningom avlystes även denna. Ett varmt tack måste riktas till alla som lagt ner stort arbete på arrangemanget och alla de som jobbat med dukning, servering, diskning och, inte minst, återställning av lokalerna efter festen.

Sverker Jonasson. Foto Karl-Erik KEA Andersson.

Gammelkroppa!

Läste i SPF-tidningen nummer 4 där Ulf Weinberg skrev om sin tid som kolare, och då klack det till i mig, för dom trakterna känner jag till från min uppväxt i Filipstad. Och de skäggiga skogseleverna också.

Gammelkroppa ligger några mil utanför Filipstad, ett litet samhälle som kanske verkar lite trist. Men om man som jag är fiskeintresserad så finns det runt om små tjärnar, rätt så nära vägen, underbart vackra, med blanka vatten, trollsländor som susar förbi och små abborrar som är ganska villiga att nappa. Det är sagolikt att ta sig fram till en tjärn nära Gammelkroppa.

Om man fortsätter någon halvmil till så kommer man till en stor sjö som heter Svartsången. Där fanns en gång min farbror Emil, en riktigt go gubbe, som var banvakt och bodde i en banvaktstuga alldeles intill rälsen. Varje dag for han med sin dressin (jag kallade den för tralla) på sin

kontrollresa av spåret mellan Gammelkroppa och Loka. I bland fick vi barn följa med och det var spännande när ett tåg skulle komma, för då lyfte farbror Emil dressinen av spåret och sedan kom tåget dundrande.

Undrar om det finns några banvakter nu för tiden? Det gör det nog inte för då skulle inte SJ ha så mycket bekymmer med rälsen bl.a. Och de små söta banvaktstugorna har blivit som-marnöjen.

Om någon som läser detta blir sugen på att åka mot Gammelkroppa så packa metspö och maskburk och kanske en kaffekorg och stick iväg från Filipstad mot Gammelkroppa. Fortsätt förbi Svartsången så kommer man så småningom fram till Loka och där kan man ju övernatta på Loka Brunn, äta gott och bada varma bad. Och naturen är underbar.

Eva Maria

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

0171-50000

KLIPPHÖRNAN HERR & DAM

Vänernborgsvägen 1, Bålsta

Telefon 0171-512 38



Anki & Birgitta

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

colorama BÅLSTA FÄRGHANDEL

Stockholmsvägen 85 Bålsta Telefon 0171-500 33

Öppettider:

Måndag – fredag 9.00 - 18.00, lördag 9.00 - 14.00

Välkomna önskar Jill, Harry, Fia & Christina.

balsta@colorama.se • www.balstafarg.se

Vättern runt på fyra dagar

Under vintern har resekommittén arrangerat en studiecirkel enligt konceptet ”läs och res”, där en resa med buss runt Vättern planerats gemensamt. Glädjande nog, var det många medlemmar som nappade på den fina möjligheten till en intressant försommarresa, och så småningom utarbetades en resplan.

På morgonen den 23 maj äntrade 38 glada och förväntansfulla pensionärer den sprillans nya bussen som styrdes av Micke. Resan gick ner genom ett sommarfint Sörmland med stopp för kaffe i Sköldinge och vidare förbi Norrköping till Gamla Linköping. Där serverades lunch och gavs det möjlighet till promenad bland de gamla byggnaderna i området.

Så fortsattes resan till Göta kanal och Bergs slusstrappa med sju sammanlänkade slussar. Det var ju tidigt på säsongen och liten aktivitet på kanalen. På resan mot Motala berättade Peje om staden han växt upp i, och nu gick resan till Motala Verkstad, som grundades av Balzar von Platen 1822. En kunnig guide berättade om företaget som från början var engagerad som tillverkare av maskineri för kanalbygget och senare blev internationellt känt som varv, motorbyggare, lokomotivtillverkare och mycket annat. En ny guide dök upp och berättade om Göta kanal. Det var von Platen som lyckades driva igenom detta enorma projekt. Mellan 1810 till 1832 skapades den 190 km långa kanalen varav 87 km grävdes för hand av 58000 soldater. Kostnaderna för kanalen var 9 miljoner riksdaler som motsvarar 12,3 miljarder kronor i 1995 års penningvärde.

Efter en rundtur i Motala, med Peje som guide, fortsatte resan till Övralids herrgård där vår kände författare Verner von Heidenstam bodde under åren 1925 till 1940. Herrgården ligger högt med en betagande utsikt över Vättern.

Nu börjar den första dagen genom ett sagolikt vackert och grönt landskap lida mot sitt slut, och nattkvarter var beställt på Medevi Brunn. Middag (med bl.a. tveksamma Wallenbergare) serverades varefter sällskapet fick en underhållande skildring av brunnens historia. Kvällsdrinken blev en dos brunnsvatten.

Andra dagen började med ett besök på Motala rundradiostation. Radiostationen var, under åren 1927 – 1962 symbol för rundradion i Sverige med anropet ”Stockholm-Motala”.

I bussen har nu sällskapslivet kommit igång med limerickar, historier och glada kommentarer

som lockar fram många skratt. Den goda staden Vadstena bjuder på lunch och promenad i den medeltida delen. Det blåser och kommer lite regn. Vadstena kloster med kyrka är intimt förknippade med Heliga Birgitta som föddes i Uppland 1302 och dog i Rom 1373. Birgitta blev en kyrklig maktfaktor i Europa och hade även goda kontakter med det svenska hovet. Hon lade grunden till Birgittaorden som fortfarande verkar i kloster i Rom och Vadstena, och år 1391 helgonförklarades hon av påven.

Vid Omberg finns Stocklycke vandrarhem där kaffe serverades, och omgivningarna bjöd på en underbar naturupplevelse i kontrast med kloster och kyrkor. Under den vidare färden mot Gränna gavs en redogörelse om Ellen Key (1849-1926) som var en internationellt känd författare som bodde på Vätterns strand vid Omberg. Ellen hade ett stort samhällsengagemang och hennes mest kända verk är ”Barnets århundrade” (1900) som är översatt till ett 10-tal språk.

Förutom polkagrisar och päron är Gränna mest känd för sin berömde son August Andrée. Han försökte, tillsammans med Knut Fraenkel och Nils Strindberg, ta sig till Nordpolen från Spetsbergen med ballongen Örnen år 1897. På Andrée-museet i Gränna finns dagböcker och större delen av deras utrustning som upptäcktes på Vitön 1930 tillsammans med männens kvarlevor. Redan efter två dygn hade ballongen tvingats ned på isen.

Efter en natt på Ribbagården i Gränna var det dags för nya djärva mål. Siktet är inställt på Visingsö och den eminente chauffören Micke lurade in bussen i ett trångt utrymme på färjan. Sjöarna slog över bussen rejält under överfarten och det gungade en del. Micke lät som en flygvärdinna när han berättade att ”flytvästar finns under ert säte”.

Vid ankomsten mötte guiden som berättade allt om solens, vindarnas och kungarnas ö. Ön är 14 km lång och numera bor 750 personer där. Under tidig medeltid etablerade sig kungamakten på ön och en stor borg byggdes på sydudden. Denna förstördes i strid år 1318. 300 år senare grundlades det Braheska grevskapet som innefattade Visingsö och stora delar av fastlandet på båda sidor Vättern. Grevskapet styrdes från Wisingsborg som förstördes i brand år 1718. Brahekyrkan invigdes av Per Brahe d.y. 1636. Den har rik utsmyckning, utförd av tyska konstnärer, och som konstmuseum utgör den en viktig del av svensk kulturhistoria och kulturarv. I början

av 1800-talet förutsåg flottan att det skulle bli brist på lämpligt virke för skeppsbyggnad, och då anlades en stor ekplantage på ön.

Åter på fastlandet gick färden förbi Jönköping och upp till Habo som ligger vid Vätterns västra strand ca 2 mil norr om Jönköping. Habo kyrka kallas "träkatedralen vid Vättern". Den fick sitt nuvarande utseende 1723 och var en unik upplevelse. Målningar från katekesen täcker kyrkans väggar från golv till tak.

Eftermiddagskaffet serverades i Sockenstugan och avnjöts tillsammans med medlemmar i Habo SPF-förening. Denna har endast ca 160 medlemmar och de blev vederbörligen imponerade då de fick se vårt Medlemsforum. Peje överlämnade CD med SPF Håbos bildspel och resenärerna fick kepsar till minne av SPF Habo.

Nästa anhalt var det mysiga Kanalhotellet i Karlsborg för övernattnings. Där serverades en statlig middag och man kan fundera på hur mycket bussresenärerna har gått upp i vikt under resan.

Dagens första mål var Karlsborgs fästning, och guiden, en pensionerad militär, styrde rundturen med fast hand. Det blev en tur med mycket pang och dunder, men verkligheten trängde sig in i historieberättelsen med ett telefonsamtal till Göte Ingelman med beskedet att han blivit gammelfarfar till en pojke. Göte har för övrigt varit en härlig reskamrat som glatt hängt med på alla turer.

Sedan Sverige förlorat Finland 1809 blev Stockholm en gränsstad med utsatt läge vid anfall från öster. Försvarsdebatten var intensiv och en centralförsvarsplan förordades. Med en central fästning inne i landet skulle armén hinna mobiliseras. Meningen var även att kungafamiljen, regeringen och guldreserven här skulle bringas i säkerhet vid krig. Bygget av Karlsborgs fästning började 1819 och byggnadstiden planerades till tio år, men det tog faktiskt 90 år innan fästningen var färdig, och då var anläggningen naturligtvis hopplöst föråldrad.

När den militära delen av dagen avslutats serverades lunchen i Forsvik, och vid slussen samlades SPF-arna för ett gruppfoto med den uppfällda slussbron i bakgrunden. Forsviks bruk är en av landets bäst bevarade bruksmiljöer. Här har industriell verksamhet pågått i mer än 600 år. I Forsvik byggs även en kopia av hjulångaren Erik Nordevall som förliste på Vättern 1856. Man räknar med att hon skall göra sin jungfruresa till Stockholm redan i augusti i år.

Vi tog farväl av guiden och resan fortsatte hemåt. Det blev dock ett stopp vid "Svampen" (vattentornet) i Örebro för fika. Innan resan fortsatte tackade Peje föreningens "outstanding" resekommitté för det enorma jobb de gjort med planeringen av resan. Allt har fungerat perfekt med guider, hotell och mat, samt har ingen deltagande pensionär kommit bort under resan. Alla resenärer har också varit positiva och glada, vilket är en förutsättning för en bra resa.

På utsatt tid avslutades resan hemma i Bålsta den 26 maj kl. 1800.

Yvonne Lindström

SPF-kongressen 2011

Den 17 – 20 juni samlades 130 ombud för landets SPF-föreningar och distrikt i Ronneby för att lägga upp riktlinjerna för förbundets arbete fram till nästa kongress i Jönköping 2014. Ombuden representerade 261620 medlemmar (månadsskiftet april/maj).

Som vanligt var det ett stort antal frågor som behandlades, och i det nummer av Veteranen som utsänts vecka 27/28 finns ett särtryck med reportage från kongressen. Anmärkningsvärt är att åtta nya styrelseledamöter valts in i en styrelse på 13 personer. Den nya styrelsen är Karl Erik Olsson (ordf.), Karl-Erik Axelsson (i.e.v. ordf.) Ingela Lindberger (2.e.v. ordf.), Kjell Holmlund, Maritta Sehlin, Inga-Lott Thörnell, Inger Nyberg, Sonja Åneman, Inger Ingesson, Bengt Lidström, Börje Gustavsson, Kjell Skålberg och Eva Sahlin. Sonja Åneman representerar Uppsaladistriktet.

Kongressen beslutade om "Mål och riktlinjer 2011-2014" där organisationen beräknas växa till 275000 medlemmar. Man beslutade även om en ökning av medlemsavgiften med 20 kronor, d.v.s. totalt 130 kronor i förbundsavgift från och med år 2013. I vanlig ordning behandlades förbundets ekonomi och organisation samt gjordes kraftfulla uttalanden för förbättrade pensionsregler och mycket annat som upplevs som diskriminerande för äldre. Intressant är att inget beslut tagits om att ändra förbundets namn.

En ny kanslichef på förbundet presenterades. Han heter Stig Carlsson och börjar jobbet den 1 oktober.

Sverker Jonasson

Stadsvandring på Skogskyrkogården

Reslystna inom SPF Håbo har under senvåren haft en omfattande meny att välja ur. Vår resekommitté har genomfört ett i alla avseenden fantastiskt program, som kröntes av en sista stadsvandring på Skogskyrkogården.

Vandringen genomfördes den 10 juni 2011 och bland 27 deltagare kände man igen många från besöket i Ångsö Nationalpark dagen innan! Snacka om reslust!

Dagen började åter med pendel till Stockholm och fortsättning per tunnelbana till Skogskyrkogården.

Helt enligt stadsvandringstraditionerna uppsöktes genast ett café (denna gång Brödboden) för en morgonfika innan den egentliga vandringen skulle börja.



Våra guider denna dag var Eva och Sylvia. De hade "rekat" och läst på så att de kunde berätta allt och lite till om Skogskyrkogården.

Vi fick veta att kyrkogården kom till på grund av en explosionsartad befolkningsökning i Stockholm under senare delen av 1800-talet. Då insåg man behovet av en ny begravningsplats med krematorium och 1914 utlystes en internationell arkitekttävling (Sveriges första med internationellt deltagande). Bland 53 förslag gick första pris till två svenska arkitekter; Gunnar Asplund (utbildad vid KTH) och Sigurd Lewerentz (utbildad vid Chalmers). De vann med sitt gemensamma förslag "Tallum", en latinisering av ordet tall.

Skogskyrkogården invigdes 19 september 1920 av kyrkoherde Axel Landquist. Den omfattar cirka 102 hektar och rymmer cirka 100 000

gravplatser. Den har en krematorieanläggning, fem begravningskapell och en ceremoniplats utomhus. En genomgående målsättning har varit att inga "kändisar" skulle få sin viloplats på Skogskyrkogården. Detta skulle vara "vanliga medborgares sista vilorum". Ett undantag gjordes dock år 1999, då man beslöt att Greta Garbo skulle få sin sista viloplats på Skogskyrkogården, efter nio år på en begravningsbyrå i New York. Anledningen till undantaget antas vara att Gretas familjegrav finns på annan plats i kyrkogården.

På kvällen samma dag som vi besökte Skogskyrkogården visade SvT ett program som beskrev de båda arkitekternas arbete för att förverkliga Skogskyrkogården. Där fick vi veta att Sigurd så småningom tog avstånd från Gunnar fram till den senares död 1940, blott 55 år gammal. Anledningen till schismen var en av stadens styrande som kopplade bort Sigurd från sitt uppdrag. Senare, efter Gunnars död, blev han dock återupprättad och fick nya uppdrag i förverkligandet av Skogskyrkogården.

Alla vi som var med på vandringen har åter anledning att tacka resekommittén för en mycket intressant utflykt. Och, som så ofta tidigare påpekats – utflykter av denna typ ger alltid möjlighet att träffa och närmare lära känna nya medlemmar i vår förening. Så, ni som ännu inte varit med – kom igen till hösten!

Bo Hansson text och bild.



"Undantaget"

* ÄNGSÖ NATIONALPARK *

I östra Svealand inföll den 9 juni med strålande vackert väder. Huruvida föreningens resekommitté hade del i detta är oklart, men säkert är att de hade planerat en resa till Ängsö Nationalpark i norra delen av Stockholms skärgård. Sålunda for 40 seniorer från Bålsta i arla morgonstund till Stockholm för att embarkera passagerarmotorfartyget Sjöbris vid Strömkajen. Det blev en behaglig resa genom ett försommarfint skärgårdslandskap upp mot Furusund.



Sverige har 29 nationalparker som förvaltas av Naturvårdsverket. En av de minsta, men äldsta, är Ängsö på 195 ha. Ön inrättades som nationalpark redan år 1909 och här bevarar man odlingslandskapet från 1800-talet. Förutom parkens betydelse som kulturarv och minne från äldre tiders brukningsformer är det



ett stycke vacker skärgårdsmiljö med all den blomprakt som Roslagen är känd för. Man har 10 000 - 12 000 besökare om året.

Det hann bli sen förmiddag när SPF-arna landsteg på ön. Där mötte dagens guide, Jakob, som även är en av två tillsynsmän i området. Han kunde initierat berätta om det viktiga underhållet av öns ängar samt informera om växt och djurliv under en promenad upp mot Svartviken i norr. Guidningen avslutades vid öns "myggfarm" i Österskogen och Jakob tackades med en applåd.

Därmed kändes det lämpligt att förtära medhavd lunch, och sedan återvända till ångbåtsbryggan för att vänta på Sjöbris som snart anlände. Än en gång kunde passagerarna från Bålsta njuta av vår enastående skärgård. Efter ankomsten till Strömkajen kunde sällskapet frotera sig med den arbetande delen av befolkningen på tunnelbana och pendeltåg på väg hemåt.

De resor som arrangeras av SPF Håbo är alltid intressanta, men de ger även ett fint tillfälle att bekanta sig med andra medlemmar, och tillfälle till trivsamt samvaro. Resekommittén skall ha ett stort tack för denna utfärd.

Sverker Jonasson, foto Bo Hansson.

*Guiden
Jakob*





Friskvårdsprogram hösten 2011 i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

De flesta cirkelarna helt utan avgifter för deltagarna.



Studiecirkel:	Dag och tid: (Preliminärt.)	Anmälan tfn:
Snacka om nyheter Else Coster	Start 19 september t.o.m. 28 november. Måndagar kl. 13.00-15.00. Jämna veckor.	0171-543 56
Sånggruppen Duromoll Hans Svennberg	Start och slut meddelas senare. Torsdagar 10.00-12.00	0171-524 34
Historia Ulf Weinberg	Start 13 september t.o.m. 6 december. Tisdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.15	0171-592 84
Litteratur Ulf Weinberg	Start 14 september t.o.m. 7 december. Onsdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.15	0171-592 84
Engelska Brian Turner	29 september t.o.m. 8 december. Röda Korslokalen. Torsdagar kl. 10.00-12.00, varje vecka.	073-500 21 91
Redaktionscirkeln Barbro Larsson	13 juli t.o.m. 30 november. Källvägen 8. Onsdagar jämna veckor kl. 10.00-12.15	0171-507 49
Släktforskning nybörjare Catharina Josefsson Inger Kölestam	Start 22 september t.o.m. 1 december. Torsdagar jämna veckor 11.30-14.00.	0171-548 80 0171-595 63
Släktforskning 1 Disgen Sven-Erik Svensson	Start 26 augusti t.o.m. 2 december. Fredagar jämna veckor 8.30-11.00.	070-733 24 89
Släktforskning 2 Termin 5 Sven-Erik Svensson	Start 2 september t.o.m. 9 december. Fredagar ojämna veckor 8.30-11.00.	070-733 24 89
Släktforskning 3 Termin 3 Sven-Erik Svensson	Start 26 augusti t.o.m. 2 december. Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
Släktforskning 4 (Ev. ny kurs.) Sven-Erik Svensson	Start 2 september t.o.m. 9 december. Fredagar udda veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
E-post & internet Nils Runberg	Start 4 oktober t.o.m. 29 november. Tisdagar kl. 14.30-17.00.	0171-592 04
Data för noveller Christer Norman	Start 26 & 27 september t.o.m. 28 & 29 november. Grupp 1 – Måndagar kl. 14.30-17.00. Grupp 2 – Tisdagar kl. 08.30-11.00. Grupp 3 – Anmäl intresse!	0171-516 34
Data, utvidgning Christer Norman	Start 28 september – 30 november. Onsdagar kl. 14.30-17.00.	0171-516 34
Trafikkunskap 65+ Per Bylund	Anmäl intresse!	018-34 04 50
Säkerhet i hemmet Sylvia Lindqvist	Anmäl intresse!	0171-591 88
Knyppling Ella Andersson	Start 16 september t.o.m. 2 december. Fredagar 9.00-12.00. Materielkostnad.	0171-593 86
Hantverkscafé Svea Sahlén	Start 23 september t.o.m. 25 november. Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.	0171-542 19
Religionshistoria Gunnel Ferm, Grupp 1 Gunnel Ferm, Grupp 2	Start 20 september - 15 november. Tisdagar kl. 13.00 – 15.00 jämna veckor Tisdagar kl. 13.00 – 15.00 udda veckor	0171-512 21
Busk- & trädbeskrifning Robin Welch	Anmäl intresse!	070-728 79 13
Bridgeutbildning Kalle Danielsson	Anmäl intresse!	0171-507 52

Fysiska aktiviteter:	Dag och tid:	Anmälan tfn:
Rullstolspromenader Fernando Mena Gustav Körner	Pomona onsdagar ojämfna veckor kl. 10.30.	0171-574 84 0171-592 95
Qi gong på Skeppet Solveig Fredriksson kontaktperson	Start 20 september - 22 november. Tisdagar kl. 16.00 - 17.00.	0171-507 43
Seniordans på Skeppet Birgitta & Börje Pettersson	Start 19 september - 21 november. Måndagar 10.00 - 12.00.	0171-500 32
Vattengymnastik Birgitta Pettersson	Start vecka 36. 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 vecka 36. Kl. 15.00 - 16.00.	0171-503 59
Stavgång vid Granåsen Solveig Fredriksson	Start 14 september. Onsdagar 9.00 - 10.30	0171-507 43
Stavgång från Skeppet Margareta Wohrne	Start 14 september. Onsdagar 9.00 - 10.30	0171-577 90
Bowling, 68 kr/gång. Harriet Säfström	Start 16/8-13/12, 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. Preliminärt ? 10.00.	0171-46 70 38
Boule Skokloster Christer Ridderstråle	Start tisdag 6 september, 10.00.	018-38 60 62
Minigolf Maud Jägerfjäll	Start 4 maj. Onsdag & lördag 9.00. Minigolfbanan.	0171-507 05
Shuffleboard Skeppet Bengt Brunström	6 september - 29 november. Tisdagar 18.00.	0171-46 70 38
Lekfull pingis Ulla Carlsson	Start 21 september - 7 december. Onsdagar 09.00 - 10.30.	0171-519 46
Tennis Staffan Wohrne	Intresserad? Kontakta Staffan på kvällstid.	0171-577 90
Golf Leif Lindberg Ewert Lindström	Tisdagar 09.00. Start vecka 31. Sofielunds golfklubb. Avgift 70 - 200 kr/gång.	0171-507 74 0171-595 28
Yoga på fastande mage Birgit Almén	1 september - 8 december. Torsdagar kl. 08.30 - 10.00	0171-596 09
Övrig verksamhet:	Dag och tid:	Anmälan tfn:
Bridge Kalle Danielsson	Start 17 augusti. Onsdagar kl. 13.00 - 17.00.	0171-507 52
Övningsbridge Göran Ohlsson	Start 29 augusti. Måndagar kl. 15.00 - 17.00. Ej 12/9, 17/10, 14/11 & 12/12.	0171-517 64
Träslöjd på f.d. Träffen Olle Atling	Start onsdag 14 september, 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 7 september, kl. 10.00 - 13.00. Föreningarnas Hus.	0171-549 62
Vinprovning	Inställd.	
Schack Ulla Carlsson	Torsdagar 22 september - 8 december. 13.00 - 15.00.	0171-519 46
Vävning Ulla Gabrielsson	Start preliminärt vecka 35. Talltorpskolan. I samarbete med PRO.	0171-505 05

Funktionärer i SPF Håbo 2011

ANNONSER & SPONSORING

Staffan Wohrne, 577 90

Hans Söder, 514 41

BOENDEKOMMITTÉ

Bengt Gusén, 522 24

Leif Sjöborg, 546 79

Runo Johansson, 546 44

DATOR- & TEKNIKANSVARIGA

Bo Hansson, webbmaster, 46 71 06

Nils Runberg, vice webbmaster, 592 04

Lars Hansson, 509 87

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

Birgitta Baath, 595 96

Marjo Henriksson, 574 84

Nils Runberg, suppleant, 592 04

Inger Smedberg, 516 83

Maj-Lis Söder, revisor, 514 41

HEMSIDA

Bo Hansson, ordinarie webbredaktör, 46 71 06

Nils Runberg, vice, 592 04

HÖRSELFRÅGOR

Bengt Skiöld, 511 46

KPR (KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET)

Roza Babec 018-38 64 78

Bengt Gusén, 522 24

Anette Finnman, 515 43

LPR (LANDSTINGETS PENSIONÄRSRÅD)

Gun-Britt Renefalk, 561 17

LÄKEMEDELSONBUD

Roza Babec, 018-38 64 78

MARKNADSFÖRING

Bengt Jansson, 551 35

Olof Svedell, 597 01

Brian Turner, 557 61

MEDLEMSFORUM

Barbro Larsson, 507 49

Sverker Jonasson, 595 69

Lars Hansson, redigerare, 509 87

Ove Lådö, vice redigerare, 070-5301503

Margith Nyström, 070-593 5110

Ingrid Bruun-Andersson, 506 83

Birgit Olofsson, 530 83

Eva Harald, 073-578 3554

Bengt Jansson, 551 35

Kerstin Öhman, distribution, 598 78

MEDLEMSKOMMITTÉ

Gert Lidö, 545 64

Hans Renner, 59010

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

PLANERINGSUTSKOTTET

Birgitta Pettersson, 500 32

Gert Lidö, 545 64

POMONA INTRESSEFÖRENING

Gunnel Larsson, 508 04

Hans Finnman, 515 43

PRESS- & MEDIAKONTAKTER

Per-Eric Josefsson, 548 80

Bengt Jansson, 551 35

Rosa Babec, 018-38 64 78

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

Ralf Diktonius, 577 87

Lennart Ahlsén, 558 42

Håkan Jonsson, ersättare, 516 30

RULLSTOLSPROMENADER

Fernando Mena, 574 84

Gustav Körner, 592 95

SERVERINGSGRUPPEN

Berit Melin, 519 81

Gösta Melin, 519 81

Elisabeth Nilsson, 518 20

STUDIEKOMMITTÉ

Bo Hansson, 46 71 06

Christer Nordberg, 562 07

Bengt-Olov Olsson, 510 61

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

Börje Pettersson, 500 32

Hans Söder, 514 41

Christin Jonsson, 516 30

VÄRDAR VID MÅNADSMÖTEN

Solveig Fredriksson, 507 43

För mail-adresser, se hemsidan under
Styrelse & funktionärer.

ENKÄT: LÄGENHETER FÖR SENIORER OCH PENSIONÄRER I HÅBO KOMMUN

Inom Håbo kommun bor det idag ca 5 000 personer som är 55 år eller äldre. Ca 2 000 personer är medlemmar i pensionärsorganisationer.

Pensionärsorganisationerna SPF, PRO och Finska föreningen har därför kartlagt behovet av kommande Seniorboenden och funnit att det i dagsläget egentligen bara finns ett fåtal lägenheter på Pomona som skulle kunna fungera som seniorboende.

Därför förs samtal med samtliga politiska partier om att kunna möta kommande- och framtida behov av lägenheter inom seniorboende. Och samtliga politiska partier ställer sig positiva till att bygga lägenheter så att vi alla ska kunna bo kvar inom kommunen hela livet ut.

Att bo i ett hus med lägenheter för seniorboende innebär i praktiken att allt är handikappanpassat och funktionellt för de boende; såsom större toalettutrymmen, större duschrum, större kök, hiss, etc. och att lägenheterna ofta är i centrumnära lägen.

För att politikerna tillsammans med pensionärsorganisationerna ska kunna få ett så bra beslutsunderlag som möjligt behöver vi veta just ditt svar om hur just du och ditt hushåll vill ha Ert kommande seniorboende inom Håbo kommun. Så besvara de 9 frågorna nedan och skicka in svaren:

1. Hur många personer finns i hushållet idag? _____ st.
2. Hur bor du / ni idag? Hur många rum finns? _____ st.
3. Vilken ålder har du / ni idag? _____ år _____ år.
4. Om hur många år vill ni ha seniorlägenhet? Om _____ år.
5. Hur stor lägenhet önskas? Antal rum? _____ st.
6. Var vill du / ni bo? Centrumnära? (Sätt en ring) JA NEJ VET EJ
7. Kan du / ni tänka att betala viss kontantinsatts utöver den vanliga hyran? (Sätt en ring) JA NEJ VET EJ
8. Vill du / ni bo i marklägenhet M eller i flervåningshus F? (Sätt en ring) M F
9. Tror du / ni att behov kommer att finnas för extraservice i anslutning till seniorboendet såsom; städning, lunchmat, gymnastik, frisör, etc? (Sätt en ring) JA NEJ VET EJ

Denna enkät ska lämnas i brevlådan på Skeppet så snart som möjligt under augusti. Svar kan alternativt lämnas via respektive hemsida.

Jag / vi som svarar är:

Namn _____ Namn _____

Adress _____ Adress _____

Telefon _____ Telefon _____

Eventuella frågor om detta kan ställas till respektive pensionärsorganisation via mail eller via telefon, se telefonlistan i pensionärstidningen.

/Boendekommittén genom Leif Sjöborg. 0171-54679, 070-433 5596, leif.sjoborg@mail.bktv.se



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

*Septemhernumret av Medlemsforum utkommer vecka 37 – manus **senast den 30 augusti**
till Lars Hansson, Granelundsvägen 4, 746 34 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
Bankgiro SPF 5111-1425. Bankgiro för resebetalningar SPF 688-1684.
Ansvarig utgivare: Per-Eric Josefsson. Tfn 0171-548 80