



SVERIGES  
PENSIONÄRSFÖRBUND  
Grundat 1939



# MEDLEMSFORUM

för  
SPF-Håbo

## Välkomna

till april månadsmöte torsdag 26 april  
klockan 13.30 i Skeppet, Kalmarvägen 3.

Missa inte månadsmötet i april!  
Vi får då besök av Inge Thorson, en fantastisk  
violinist och glädjespridare.  
Han har tidigare funnits med i Hovkapellet  
men ägnar sig numera åt att uppträda på  
spelmansstämmor och underhålla på seniorträffar.  
I dessa sammanhang visar han prov på sin unika  
förmåga att hantera en violin och berättar om  
spännande möten med olika personer.



Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



## Ordförande Inger har ordet!

**N**u är det vår.  
Jag skriver detta den 24 mars och det är en underbar vårdag.

I veckan när jag gick till Skeppet var det en strålande sol, lärkan sjöng och tussilagorna hade försiktigt tittat fram.

Nu har jag varit ordförande i drygt två månader och på den tiden har vi haft några styrelsemöten där vi satt igång arbetet med den nya styrelsen.

Flera styrelseledamöter har fått nya uppdrag. Ny vice ordförande är Yvonne Lindström, Birgitta Rosenkranz är ny sekreterare och ny kassör är Börje Pettersson, så det blir en nystart för hela styrelsen.

Vi kommer att arbeta med att gå igenom föreningen och lära känna alla delar av vår breda verksamhet så att vi kan ta bra beslut.

Onsdagen den 22 mars hade vi en planeringsdag för funktionärerna i de olika kommittéerna och där diskuterade vi en del frågeställningar och tog fram nya idéer som vi skall jobba med under året för att göra föreningen ännu bättre för oss medlemmar.

En viktig del är hur vi kan nå fram till er alla med information om vad vi i SPF Håbo gör för att påverka kommun, landsting och andra organ för våra medlemmars intresse vad avser bl.a. sjukvård, boendefrågor och åldersdiskriminering.

### EN EFTERLYSNING!

Är du en person som skulle vilja göra en insats för föreningen genom att göra små reportage om de olika aktiviteterna vi har i föreningen.

Hör i så fall av dig till mig.

Reportagen kommer sedan att komma ut via våra två fina medier som vår hemsida och vår tidning Medlemsforum.

Hoppas ni haft en bra påsk och att ni får en fortsatt bra vår.

*Inger*

# Hjälp!

Nu är det dags!  
Min reservredigerare har sagt upp sig, igen!

Har du lust att vara reserv när det gäller att redigera Medlemsforum på dator?

Hör i så fall av dig för att se ungefär hur det går till.

Adress och telefon på baksidan.

*Lasse Hansson*

---

## Medverka till att förbättra vår hemsida!

Trots att vi får allt fler datormedvetna medlemmar, så är det alltför få som hittar till vår hemsida ([www.spfpension.se](http://www.spfpension.se)) och kollar på dess innehåll. Detta kan bara förbättras genom att med alla medel se till att vår hemsida blir mer attraktiv!

Målet med hemsidan är att den ständigt ska vara up-to-date och spegla det dagsaktuella läget i vår förening. För att detta ska fungera krävs naturligtvis att alla med kunskap om aktuella händelser verkligen meddelar detta till webbredaktionen.

Om DU har andra idéer om förbättringar av hemsidan, hör gärna av dig till:

[webmaster.spfhabo@bktv.nu](mailto:webmaster.spfhabo@bktv.nu)  
SPF Håbo Webbredaktion  
Bo Hansson

---

## Glöm ej underhållningsprogrammet på Pomona våren 2012

Torsdagen 12 april Björkstabälgarna.

Onsdagen 25 april Håbo spelmän.

Torsdagen 10 maj Duromoll.

Torsdagen 24 maj Björkstabälgarna.

Onsdagen 20 juni Protonerna.





**HÅBOSENIOREN SKEPPET**  
Kalmarvägen 3, telefon 0171-557 47.

SPF-expeditionen öppen  
måndagar – fredagar 10.00 – 12.00.

Välkomna in till oss!

**LIVSKVALITET \* INFLYTANDE \* VALFRIHET**



### Styrelsen i SPF Håbo 2012

Inger Smedberg, ordförande, 516 83  
Yvonne Lindström, vice ordförande, 595 28  
Börje Pettersson, kassör, 500 32  
Marjo Henriksson, vice kassör, 574 84  
Birgitta Rosenkranz, sekreterare, 505 48  
Eva Lidö, 545 64  
Bo Lundgren, 594 12  
Göran Ohlsson, 517 64  
Christer Ridderstråle, 018-38 60 62  
Birgitta Pettersson, adjungerad, 500 32

### Redaktionscirkel för Medlemsforum 2012

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  
Karin Seger, 520 66

### Kommande månadsmöten

Sista torsdagen i månaden klockan 13.30  
om ej annat anges.

25 maj blir det den årliga vårfesten.



– Äntligen kan man sparka av sig!



### 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** ensambående 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



Många kloka ord sägs på skämt.  
Ändå är det inget mot alla  
dumheter som sägs på allvar.

## 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 förrättat värv.

## Kom och hjälp till!

Ring Fernando Mena, 57484 eller Gustav Körner, 59295.

Eller kom ner till Pomona på onsdag, ojämn vecka kl. 10.30.



## Gynna våra annonsörer, de gynnar oss!

- % BM Hälsokällan  
Bålsta Däckcenter, Kalmarleden  
Bålsta Färghandel Colorama  
din syn optik  
Färgforum  
Handelsbanken  
HusmanHagberg Häbo
- % ICA Kvantum
- % Klipphörnan
- % Konditori Solslätten
- % NordSyd resor  
Olavis Kiropraktik AB
- % Susan's Hårteam  
Söders Bok & Pappershandel AB

Företag med %-tecken lämnar någon form av rabatt mot uppvisande av medlemskort.

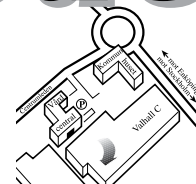
## KLIPPHÖRNAN HERR & DAM

Vänersborgsvägen 1, Bålsta  
Telefon 0171-51238



Anki & Birgitta

## Bok & Pappershandel Söders







## Rese- information

*Kulturarrangemang i samarbete med  
Studieförbundet Vuxenskolan.*

### Eckerö Linjen Senior Cup

Även i år arrangeras Eckerölinjen Senior Cup av "Samspel" som är ett samarbete mellan PRO, SPF och SPRF samt rederiet. Resan till Åland ger dig möjlighet till härliga möten och möjlighet att delta i boule, bowling, bridge, golf cykling, stavgång och vandring.



**Övningarna äger rum på Åland mellan den 30-31 maj 2012.**

Pris för deltagande varierar mellan 800-1000 kronor. Golfspel är någon hundralapp dyrare. I priset ingår anslutningsbuss från Enköping eller bilplats ombord, färja, brunch på överresan, aktivitet på Åland, gemensam middag och del i dubbelrum i Mariehamn.

Medlemmar från SPF Håbo har deltagit tidigare i "Cupen" och varit nöjda.

Det finns ett detaljerat program för resan och det är naturligtvis trevligt om medlemmar i SPF Håbo åker tillsammans. Kontakta: Bengt Jansson på telefon 55135, b.janson@telia.com eller Bo Danielsson på telefon 54697, bbm.danielsson@nctv.com.

Programmet finns även att läsa på vår hemsida [www.spfpension.se/habo](http://www.spfpension.se/habo).

## Stadsvandring



### Vårens första stadsvandring

**Måndag 16 april**

Vi tar pendeln kl. 9.10 till Centralen. Efter kaffe-stunden går vi till Norra Latin, där vi får beskåda konst av bl.a. Carl Larsson och prins Eugen.

Promenaden fortsätter med guidning mot Tegnérunden, Adolf Fredriks kyrka, Birger Jarlsgatan och Östermalm.

Vi intar lunch innan vi beger oss hemåt. Välkomna med anmälan till Margareta, telefon 57790 eller Eva, telefon 54564

Övriga vårvandringar  
22 maj och 12 juni

*Kulturarrangemang i samarbete med  
Studieförbundet Vuxenskolan*

---

## Resor och stadsvandringar våren 2012

Maj, tisdag 22. Stadsvandring i Stockholm.  
(Annons i majnumret.)

Maj 28 - juni 1, Värmlandsresa.

Juni, tisdag 12. Stadsvandring i Stockholm.  
(Annons i majnumret.)

Juni, torsdag 14. Skärgårdsresa till Sandhamn.  
(Annons i majnumret.)

*Kulturprogram i samarbete med  
Studieförbundet Vuxenskolan*

## Nutida och medeltida Stockholm på en dag

Torsdagen den 15 mars besökte 48 medlemmar Stadshuset och Medeltidsmuseet i Stockholm. På båda platserna fick vi mycket bra visning av utmärkta guider. Här följer ett bildreportage signerat Ulla och Nisse Runberg. (Sättaren får ej in fler bilder!)

## Vårkryssning

Tisdag 8 - onsdag 9 maj 2012

Fullbokad!

## Världsarvet Ängelsberg, Klackberg och Norberg, Avesta och Krylbo

Torsdag 19 april

Fullbokad!





## Boktipset

Fredrik Lindströms novellsamling *När börjar det riktiga livet* beskriver ett antal människor som har det väldigt bra men som ändå inte är riktigt nöjda med sina liv.

Här finns paret som förgäves letar efter den perfekta soffan, kvinnan som alltid har en väska packad ifall *Den Rätte* skulle dyka upp, paret som har ett komplett utrustat lyxkök men aldrig lagat mat...



Problemen är ganska bagatellartade och framstår som absurda men de stör och oroar novellpersonerna så att de inte kan njuta av livet här och nu utan väntar på att allt ska bli perfekt.

Det är en både roande och lättläst bok men med ett bakomliggande allvar som får en att tänka till.

Barbro Larsson

## 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!

## MEDLEM i SPF HÅBO har 300 kr RABATT

### HOLLAND FLORIADEN

Trädgårdsutställning  
fr 27/4 6d. 6.590

### HARZ Tyskland

Historiska Quedlinburg. Bryggeri-  
besök. Anglokståg till Brocken  
ti 15/5 6d 5.990

### SKOTTLAND

Edinburgh England Whisky  
ons 9/5 10d. 10.650

### POLEN RUNT

Warszawa Krakow Wroclaw  
to 24/5 7d. 6.990

### NORSKA PÄRLOR

Hurtigruten Geiranger Ålesund  
må 16/7, to 26/7 4d. 3.990

### Hurtigrutt Inlandsbana

Upplevelse med buss båt tåg  
må 9/7 6d. 7.750

### HURTIGRUTEN

Kryssning Trondheim-Bergen  
ons 11/7, fre 10/8 6d. 6.750

### TYROLEN WIEN

Innsbruck Salzkammergut  
må 16/7 9d. 8.490

### GÖTEBORG Weekend

Liseberg Taubespelen Ångön  
lö 14/7 3d. 2.790

### MIDSOMMARRESA

Fira midsommar - upplev midnattssol  
Lappland Kiruna Jukkasjärvi  
ti 19/6 6d 5.990

### Flygresor med färdledare

#### NEW YORK

"The big Apple"

fr Arlanda ti 20/11 6d 12.880

**KINA Shanghai Peking**

fr Arlanda ti 6/11 10d 15.950

#### ANDALUSIEN

fr Arlanda lö 6/10 8d 7.690

#### Rundresa SICILIEN

fr Arlanda ti 2/10 8d 12.890

### Kombinera Flyg och buss

#### ROM CAPRI FLORENS

fre 14/9 10d 12.890

#### KROATIEN Rabac Istrien

lö 22/9 8d 8.790

#### ITALIEN FRANKRIKE

lö 22/9 9d 9.970

### Läs och boka på:

[www.nordsydresor.se](http://www.nordsydresor.se)

NORD SYD Flyg och buss AB

08 247100 0171 35663

Pris fr/påst i BÅLSTA

Stockholm Enköping



**BestDrive**  
Fälgar Däck Förvaring Verkstad Butik

**Autoexperter**  
VERKSTAD

Vi har alla de kända märkena till förmånliga priser

**Continental** **Gislaved** **Nokian TYRES** **COOPER TYRES** **MICHELIN** **SPECIAL**

Betala gärna med kort. Även delbetalning. **Snabba leveranser!**

**Redo för sommaren?**

**Se över dina sommarkäck!**

**Kunnig och utbildad personal**  
UTFÖR • montering • balansering • hjulskifte • säsongsförvaring  
• Vi säljer och reparerar däck till allt på hjul - oavsett storlek!  
• Bilverkstad • Service • Reparationer

Ring **0171-543 45** eller besök 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.

## Räkning av bysnickaren i Vederlövs församling den 17 april 1700. Nedtecknat av kyrkobrodern Albert Thornell

Tagit vår Herre ned från korset, därtill använt 4 arbetare, och putsat honom både bak och fram	10.15
Limmat fast en tand i den helige Paulus mun	0.20
Reparerat hans nederdel och förbättrat åldersskräpligheter	2.10
Gjort en arm till den helige Stephen och putsat hans näsa	4.00
Förbättrat Fader Vår	0.65
Gjort om de tio buden	0.25
Grundligt putsat den Heliga Jungfrun, framme och bak, och gjort henne ett nytt barn	32.00
Satt ny rumpa på den Helige Ande	4.25
Tvättat de 12 apostlarnas öron	2.10
Summa riksdaler:	55.70

### Fågelskådning torsdagen den 3 maj vid Hjälstaviken.

Samling kl 8.00 vid Gamla järnvägsstationen. Ledare Arne Lindqvist.  
Vi går inte runt hela viken men räknar med att komma till fågeltornet.  
Tag med kikare, ryggsäck med kaffe, smörgås och sittunderlag. Du bör ha stadiga skor – gärna stövlar.  
Vi räknar med att vara tillbaka vid 12-tiden. Anmälan till Birgitta, 500 32, Bengt, 073 655 64 23 eller Ulla, 519 46 senast 1 maj.



Fiskgjuse



## 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](http://www.handelsbanken.se/balsta)

**Handelsbanken**



## Fullsatt aula hänfördes av storbandskonsert

Söndagen den 4 mars kunde en entusiastisk publik i mogen ålder jubla och sjunga med i ett stort antal klassiska jazzlåtar från epoker som dominerades av legender som Harry Arnold, Duke Ellington, Thore Ehrling, Count Basie, Glenn Miller, Frank Sinatra med flera.

SPF Håbo var medarrangör när Sonora Big Band med stor känsla och spelglädje presenterade ett mycket uppskattat program under ledning av kapellmästaren Claes Hernborg. Claes är också bandets sångare och har en mäktig röst som ger rysningar av välbehag. Bandet har tre blåssektioner, trumpet, trombon och saxofon/klarinet samt en kompsektion med piano, trummor och bas. Totalt var det 15 man och en kvinna som fängslade publiken med sin underköna musik.

Efter en första timme av musikaliska återblickar med nostalgiska förtecken, kunde publiken under en halvtimmes paus ägna sig åt mingel och förfriskningar i foajén.

Därefter följde ytterligare en timme fylld av fler odödliga klassiker från den tid då det begav sig.

Konserten arrangerades i samarbete med Lions Club Bålsta och med stort sponsorstöd från Bålsta Upplands Bro Järfälla Bladet. Överskottet, ca 20000 kronor går oavkortat till Lions Hjälpverksamhet. Arrangörerna tackar för det enorma publikstöd de fick uppleva. Biljetterna var slutsålda redan fem veckor före konserten! Detta gör att man redan nu funderar på en upprepning nästa år.

*Bo Hansson*

### *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

### OLAVIS KIROPRAKTIK AB

Medlem i KFS

### OLAVI PÄÄKKÖ

Leg. Kiropraktor

Centrumstråket 7 746 32 Bålsta

Tfn +46(0)171-569 69 Fax +46(0)171-584 50

Beckers



### 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.



Kentvätt  
Sko & Nyckelservice  
Skrädderi – Båtkapell

Nyhet:

Skruv & beslag i konsumentförpackning.

Fördelaktigt nu:

Tvätt, reparation och impregnering av båtkapell.

Centrumstråket 13. Telefon 0171-588 40

## Mässbesök

ett säkert vårtecken är de många mässor som ploppar upp som svampar ur marken. Hantverks- husvagns- båtmässan och många därtill, inte minst trädgårdsmässan, som det inte bara är en av utan många runt om landet.

Den jag besökte senast var Rum & Trädgård i Kista den 9 mars 2012. Tillsammans med goda vännerna Thyra och Bengt och Karl-Erik, min man, åkte vi dit och gick där en hel dag. Ändå hann vi inte besöka alla utställare som var ca 150 till antalet.

En del lyckades förträffligt med att väcka uppmärksamheten, de dukade borden i gångarna som mest fångade besökarnas intresse var "Frukost i det gröna" med inspiration av Edouard Manets berömda målning med samma namn. Duktiga florister hade varit inblandade och Svenska Moderådet designat. Det vackraste i mina ögon var ändå "Kafferepet" med tårter och bakelser som såg så aptitretande ut att man ville smaka på härligheten.

Floristen Nicklas Jensens svävande arrangemang och S:t Eriks floristgymnasiums skapelser var också en fröjd för ögat.

På en trädgårdsmässa finns så mycket mer att se, bl.a. en hel vägg med bara fröpåsar, där kunde jag inte låta bli att handla ett par påsar av Cosmos, en variant jag inte hittat tidigare. Så ett frö kan alla göra, även om du inte har

en trädgård och nu är det tid för en del sorter, läs på baksidan av fröpåsen. Har du ingen lust finns ju oftast färdiga plantor att köpa längre fram. En balkong med blommor ger ett fint intryck, nyttigt är det också med egenodlade kryddväxter.

På mässan fick den som ville prova att dra en eldriven skottkärra, vilket många gjorde. Klart mycket lättare om du har en sluttande tomt i kombination med ryggont, då är det säkert toppen, men priset 5 000 kronor avskräcker nog en del spekulanter.

Det fanns montrar där man kunde köpa ekologiska produkter, saft, sylt, kött och praliner – tror de hade god försäljning, och vem vill inte äta naturligt?

Lena Linderholms utställning var som väntat en "glad kaskad", hennes alster upplevs som människans svar på naturens högsommarprakt.

Seminarier hölls hela dagen i föreläsningssalen av bl.a. Bo Rappne, Ylva Landerholm, Lars Krantz, Hannu Sarenströmm, men en dag går så fort att man måste prioritera. Vi behövde lite bränsle i form av lunch och kaffe och det tog sin lilla tid med köer, men det var nödvändigt om vi skulle orka med ett par timmar till.

Det var inte bara vi som älskar blommor, som fick vårt lystmäte, trädgårdsredskapsmontrar, (vilket långt ord) växthus- och stenföretag var rikt representerade och tilltalade nog mer den

manliga delen av publiken. Får väl knappast andas om manligt och kvinnligt i dessa tider när genusdebatten rasar.

*Birgit Olofsson*



*Anna Agger:s monter som vann 2:a pris.*

## M/S Albatross av Göteborg

I föreningen har vi en modellbyggare av rang. Han heter Göran Lundstedt, och för en tid sedan färdigställde han en vacker modell av Broströmskoncernens elevfartyg Albatross som hon såg ut 1953.

Vi är många elever, både på däck och i maskin, som fått en bra grundutbildning genom verksamheten. Mest känt blev fartyget genom den berömda djuphavsexpeditionen runt jorden 1947-1948.

Fartyget byggdes vid Lindholmens varv i Göteborg 1942.

Längd över allt exklusive bogspröt: 71,74 m. Längd mellan p.p: 63,04 m

Bredd, mallad: 11,4 m. Djup till huvuddäck 5 m.

Bruttotonnage: 1050. Lastförmåga (dödvikt): 1420 ton. Segelarea (bidevind): 920 m<sup>2</sup>

Huvudmotor: B&W 8 cylindrig 2 takt dieselmotor på 450 hkr kopplad till ställbar propeller från Jönköpings motorfabrik. En betydligt större motor installerades senare.

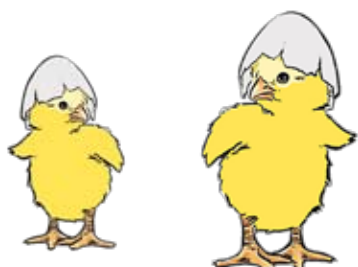
Fartyget såldes från Broströms 1966 till ett bolag i Panama som döpte henne till Donna och hon användes som geofysiskt forskningsfartyg (oljeletning). År 1970 köptes fartyget av brittiska Board of Trade och seglade under flera år som stödfartyg för fisket. Hon hette då Miranda. År 1981 såldes Miranda till Tyskland och ganska snart höggs hon upp.

Modellen är byggd i skala 1:100 och ca 800 timmar har gått åt till bygget.

*Sverker Jonasson*



*På bilden syns Göran med den nybyggda modellen. Hjulångaren i bakgrunden heter Norrland.*



### Vår hemsida

Visar dagsaktuell information om vår förening och våra aktiviteter. Glöm inte att dagligen kolla in på vår hemsida. [www.spfpension.se/default.asp?nodeid=7822](http://www.spfpension.se/default.asp?nodeid=7822)



## Kvinnohistorisk tidslinje; Historiska faktauppgifter.

Ibland är det bra att rota lite i klipplådan. Då kan man hitta något intressant man sparat på som t.ex. historiska data om kvinnornas kamp för jämställdhet och människovärde. Här kommer en del fakta att lägga på minnet:

- 1697 Kvinnor får rätt att vittna i domstol.
- 1842 Skolreformen. Flickor fick rätt att gå i skola.
- 1845 Kvinnor och män får lika arvsrätt.
- 1846 Ogifta kvinnor får rätt att ägna sig åt handel och hantverk.
- 1853 Kvinnor får bli folkskollärare.
- 1858 Ogift kvinna får i domstol ansöka om att bli myndigförklarad.
- 1863 Alla ogifta kvinnor blir myndiga vid 25 års ålder.
- 1864 Skråväsendet avskaffas. Näringsfrihet för kvinnorna. Hustruagan blir ett brott.
- 1873 Kvinnor får rätt att avlägga examen vid svenska universitet.  
Men inte i teologi och juridik.
- 1874 Gift kvinna får rätt att bestämma över sin arbetsinkomst.
- 1884 Giftna kvinnor får själva bestämma över sina egendomar.  
Ogift kvinna blir myndig vid 21 års ålder, samma som för män.  
Första motionen om kvinnlig rösträtt läggs av liberalen Fredrik Berg.
- 1900 Skyddslagstiftningen: Kvinnor inom industrin förbjöds att arbeta under jord fyra veckor efter en förlossning.
- 1909 Kvinnor fick utöva läkaryrket.
- 1919 Kvinnor fick kommunal rösträtt.
- 1920 Kvinnor fick inneha tjänster inom statliga ämbeten.
- 1921 Kvinnlig rösträtt. Gift kvinna blir myndig.
- 1927 Alla läroverk öppnas för flickor.
- 1931 Kvinnor kan få betalt under barnledigheten.
- 1938 Preventivmedel tillåts, abort blir lagligt.
- 1939 Kvinnor får inte längre avskedas pga. graviditet eller giftermål.
- 1958 Kvinnor får bli präster.
- 1960 SAF och LO beslutar slopa kvinnolönerna.
- 1962 Våldtäkt inom äktenskapet blir olagligt.
- 1973 Lag mot diskriminering av kön vid tillsättning av tjänster.
- 1975 Rätt till fri abort till och med den 12:e graviditetsveckan.
- 1978 Sveriges första kvinnojour öppnas.
- 1979 Kvinnlig tronföljd.
- 1980 Lag mot könsdiskriminering i arbetslivet.
- 1983 Alla yrken tillåts för kvinnorna även inom försvaret.

Det har nu gått ytterligare 30 år av utveckling, men ännu väntar vi på ett par viktiga årtal. Först årtalet som bekräftar alla människors lika värde och årtalet om rätten till samma lön oavsett kön för samma arbete och utbildning.

*Lådstädare 2012  
Göte Ingelman*

## PUB-afton med underhållning och frågesport

SPF:s PUB-afton den 8 mars samlade ett drygt 40-tal medlemmar, trots att man inte hann med att annonsera evenemanget i Medlemsforum. Kännedom om arrangemanget spreds nu enbart via hemsidan och mun-mot-mun-metoden.

Gästerna kunde denna gång sitta vid trevligt arrangerade bordsgrupper med dämpad allmänbelysning och levande ljus. Göthe Ericsson i programkommittén hälsade välkommen och uppmanade alla att inledningsvis inhandla önskade drycker och förse sig med allehanda tilltugg från ett minst sagt rikligt utrustat tillbehörsbord.



Därefter blev det underhållning med Gunilla Brink och dottern Helena.

Damerna är numera bosatta i Arboga och Gunilla inledde med att säga att vi i Bålsta skulle vara glada över vår stora fina pensionärslokal. Hemma i Arboga hade pensionärsföreningarna minsann blivit anvisade en liten "skrubb" i ett hyreshus!

Gästerna fick därefter njuta av en halvtimme med omväxlande sång och historieberättande. Sångerna, i vilka även publiken fick delta, ackompanjerades av Gunilla på gitarr och Helena

på flöjt. Efter sitt uppträdande blev damerna avtackade med varma applåder och varsin bukkett med vårtulpaner.

Efter Göthes uppmaning om att fylla på förråden av drycker och tilltugg blev de så dags för frågesport, där varje bordsgrupp bildade ett lag. Frågesporten annonserades som ett tränings-tillfälle inför kommande bataljer i SPF:s satsning på en landsomfattande "Hjärnkoll". Dagens lokala hjärnkoll leddes som sig bör av den tidigare "magistern" Göthe. Han hade gjort alla frågor, ställde alla frågor och gav slutligen de rätta (?) svaren. Göthe tycktes trivas i sin forna magisterroll och njöt av att sätta deltagarna på det hala. Inget bord hade alla rätt, men det vinnande bordet missade bara ett par av de drygt 20 frågorna. Inga officiella resultat redovisades,

men de som vet med sig att de tillhör det vinnande bordet bör känna sig kvalificerade för fortsatt satsning i SPF:s hjärnkoll!

Kvällen avslutades med allmän samvaro där gästerna kunde ta del av varandras skvaller. Småningom började en och annan att troppa av och slutligen var det bara medlemmar i programkommittén och ytterligare några som hjälptes åt att återställa samlingslokalen i normalt skick.

Nästa PUB-afton inträffar torsdagen den 12 april och har det globala klimatet som huvudtema.

Annons finns på hemsidan och i senaste Medlemsforum. Därmed når vi fler medlemmar och kan räkna med ännu flera gäster.

VÄLKOMNA TILL NÄSTA PUB-AFTON  
hälsar programkommittén!

*Noterat av: Bo Hansson.*

*Foto: Ulla Runberg.*

## En profil utöver det vanliga

Vi är alla unika och har var och en egen profil. Bland oss finns också personer som av olika anledningar "sticker ut" lite mer än andra. Dessa har *En profil utöver det vanliga* och under den rubriken presenterar vi i slumpartad ordning ett antal SPF-medlemmar i Medlemsforum och på hemsidan (på den senare en fylligare version och med fler bilder).

Vi ringer på dörren och ögonblicket därefter blir vi hjärtligt välkomnade av en alert yngling som i maj 2012 fyller 98 vårar!

Han bor numera ensam i sin lägenhet sedan hustrun avled 1999. Förutom lite hjälp med städning och tvätt så sköter han i övrigt sitt hem helt på egen hand.



Den vi besöker är Carl-Bertil Ericsson, känd av de flesta som "CB" – en chevaleresk gentleman som vet hur man för sig och som gärna avnjuter en cigarr och en whiskey när det beger sig.

Han antyder att fysiken numera inte är den allra bästa och att benen inte riktigt bär, men de grå cellerna är det inga problem med! Det senare intygas också av att han fortfarande deltar i alla bridge-tävlingar som SPF arrangerar varje onsdag i Skeppet. Alla vi som är med i dessa bataljer imponeras av hans förmåga att analysera korten, budgivningen och spelet så att han i varje situation kan välja den mest optimala strategin. CB återfinns alltid i övre delen av resultatlistorna.

När det gäller fysiken så är den inte sämre än att vi bara för något år sedan kunde se CB med elegans tråda dansen med tjugiga damer på en bridgekryssning till Åland. Han säger att han numera ransonerar sina framträdanden på danstiljorna, eftersom han gärna dansar på tårna vilket gör att han får så förbaskat ont i benen.

Idag har vi avtalat tid för en intervju med syftet att presentera CB som *En profil utöver det vanliga*.

### UTBILDNING OCH KARRIÄR

CB föddes en majdag 1914 i Katrineholm. Här växte han upp och fick sin grundläggande utbildning. I 14-årsåldern hade CB sommarjobb som pinnpojke och fick då även lära sig att röka cigarrcigaretter. Rökandet blev en vana som följt honom genom livet. Pinnpojksjobbet inspirerade honom så till den grad att han bestämde sig för att bli lantmätare. Den drömmen havererade när en ögonläkare, efter avslutade gymnasiestudier, konstaterade att hans syn inte räckte till för att med säkerhet kunna avläsa teodoliter och andra lantmätarinstrument.

Jaha, vad gör man nu då – undrade CB?

Ett annat feriejobb hade gett lite inblick i advokatyrket – tja, varför inte bli jurist tänkte CB. Sagt och gjort. Vid 25 års ålder kunde han titulera sig jur. kand. och hade då också inlett studier på Handelshögskolan. Dessa studier skulle också kompletteras med praktik och strax före midsommar 1939 begav sig CB till London för att där arbeta som assistent på Svenska Handelskammaren. Sommaren i London blev oförglömlig – med av allt att döma både vin, kvinnor och sång!

Så bröt andra världskriget ut och under beredskapsåren var CB, liksom många andra, tidvis inkallad och tidvis hemförlovad.



I samband med krigsslutet 1945 inledde CB sin egentliga karriär i arbetslivet. Han blev nämndsekreterare i Stockholms Stadshus, en miljö som blev hans arbetsplats under hela den yrkesverksamma perioden. Här rörde sig CB i maktens korridorer bland kända namn som Harald Mårtens, Herman Kling, Jarl Hjalmarsson, Hjalmar Mehr med flera. Han etablerade ett omfattande kontaktnät och blev lite av en nyckelfigur i många intrikata sammanhang. Lite skämtsamt säger CB att han medverkat till att ett par politiker blivit landshövdingar.

Förutom det egentliga uppdraget i Stadshuset hade han alltid ett par extrajobb vid sidan av och sticker inte under stol med att han tjänade bra och kunde unna sig det bästa av det mesta. När det gällde bilar så var det bara Mercedes som kom ifråga.

Med tiden fick CB allt svårare problem med synen och 63 år gammal kunde han gå i förtida pension med stöd av ett läkarintyg.

#### FAMILJELIV OCH BOENDE



CB träffade hustrun Assi på dansgolvet i Spegelsalen på Grand Hotel i Stockholm. Året var 1941 och året därpå gifte de sig och bosatte sig i Ulvsunda. Lite drygt (!) nio månader senare föddes första barnet, som sedermera fick tre syskon. Efter tre år flyttade familjen till en villa i Södra Ängby.

Efter att under åtta år ha hyrt en fjällstuga i jämtländska Ottsjö, så lät CB bygga en egen stuga på samma ort 1957. Ottsjö var under många år (och är fortfarande för barn och barnbarn) en kär tillflyktsort där man framförallt vistas vintertid.

Under en fisketur på Mälaren kom CB till Getberget i Bålsta och fascinerades av miljön, den höga strandlinjen med en bedårande utsikt över Mälarens vattenspegel med öar och holmar. År 1959 köpte han en tomt med en enklare boning på Getberget, som till att börja med blev ett sommarnöje vid sidan av vintervistet i Ottsjö. Stället omvandlades med tiden till ett permanentboende och 1971 kunde CB med hustru flytta in i ett nybyggt hus på denna plats.

Innan dess, år 1969, hade CB även köpt ett hus på Kanarieöarna, där han och hustrun (efter pensionen) tillbringade vintrarna under 21 års tid. Numera är det barn och barnbarn som disponerar både fjällstugan och huset på Kanarieöarna.

På Getberget bodde CB med sin hustru så länge hon klarade av den besvärliga miljön med en brant tomt. Hustrun led av svår diabetes och 1987 blev de tvungna att sälja Getberget och flytta in till centrala Bålsta. Här bodde de på olika ställen innan de 1993 fick en lägenhet på Pomona.

#### CB IDAG

Idag gläds CB över att han, trots lite problem, ändå har det fantastiskt bra med tanke på sin ålder. Han känner stor gemenskap med alla vänner i SPF Håbo och i synnerhet med alla bridegvaner (ett 60-tal), vilka han för övrigt bjöd på julbord på Kalmarsands restaurang vid terminsavslutningen 2011!

Speciella vänner är också en lunchkompis och en dam som han beskriver som sin flickvän!

Är det inte helt otroligt underbart att ha en flickvän vid 98 års ålder!

Idag öppnade CB dörren till sin lägenhet i Pomona och välkomnade:

*Bo Hansson och Ulla Carlsson, som tillsammans intervjuade och fotograferade CB och slutligen nedtecknade denna krönika. Att sanningshalten är godtagbar vidimeras av intervjuobjektet – CB himself!*

## Kulturkrockar

Det är, som bekant, inte alltid så lätt att snabbt anpassa sig till en annan kultur med dess skilda förhållanden när det gäller språk, regler vid personliga kontakter och uppträdande i övrigt.

Klassisk är ju historien om läkemedelsföretaget som skulle göra reklam för en huvudvärkstablett i ett arabland. Eftersom man visste att många där inte kunde läsa så gjordes reklamen i form av några bilder. På den första syntes en man som uppenbarligen hade mycket ont i huvudet. På nästa bild såg man hur han tagit fram asken med huvudvärkstabletter med fabrikatet väl synligt. Tredje bilden visade hur han svalde tabletten och den fjärde hur oändligt bra han mådde efter detta.

Det var bara ett litet problem med reklamen och det var att arabiska läses från höger till vänster. Resultatet av reklamen blev genom detta knappast den avsedda.

Nu är det många år sedan jag hörde den här historien och jag går inte i god för sanningshalten. Det gör jag däremot när det gäller nästa.

För många år sedan hade jag en chef, en reslig man, civiljägmästare som jag. Jag kände honom väl för vi hade gått på Skogshögskolan samtidigt, han två år före mig. Enligt skogselevens språkbruk var han därmed min farfar.

Någon gång på 1970-talet deltog han som en av tre svenska delegater i en forskningskonferens i Japan. Konferensen avslutades med en bankett som helt skulle gå i japansk stil. Det innebar bl.a. att alla bankettdeltagarna skulle vara klädda i japanska kläder.

När svenskarna kom upp på sina rum sedan diskussionerna avslutats fann de därför vid sina sängar ett par japanska trätofflor samt en kimono som var vit med svarta fläckar och en brun i grövre material.



Första problemet var förstås tofflorna – de var ju alldeles för små. Ett besök i hotellets toffelförråd avhjälpte inte saken för det fanns inga tofflor som räckte mer än till halva foten på svenskarna. Alltså fick det bli de egna lågskorna.

Så var det frågan vilken kimono man skulle välja. Man stannade då för den vita med sina svarta fläckar för den verkade behagligare. Tyvärr var den dock i kortaste laget.

Emellertid var det inget att göra åt den saken så vid svenskarnas inträde i bankettsalen bestod deras klädsel av svenska lågskor, ankelsockor och ovanför detta håriga ben samt en kimono som nätt och jämt räckte till höften.

Vid inträdet hördes plötsligt ett sus från de andra deltagarna. Det visade sig inte bero på lågskorna eller de håriga benen utan det var kimonon som var orsaken. Det var nämligen underkläderna.

Det sägs att ombyte förnöjer och det var verkligen sant den här gången. De andra bankett-deltagarna blev onekligen förnöjda på svenskarnas bekostnad.

*Ulf Weinberg*

## Efterlysning

På vår expedition fanns tidigare sex DVD-skivor att låna för egna datastudier. Fyra av dessa har fått fötter och befinner sig i ingenmansland. Om DU har någon av dessa skivor – meddela Studiekommittén via Bo Hansson, telefon 0171-46 71 06, 070-640 17 80 eller boesha@telia.com

**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

## Retorik

Gunnel Ferm har hållit en uppskattad studie-cirkel i retorik. Mot slutet av cirkeln, när det ena intressanta talet avlöste det andra, saknade man en talarstol. Eftersom SPF är begåvad med en pigg slöjdmagister, Olle Atling, var det naturligt att fråga honom. Positiv som alla i SPF Håbo, svarade Olle "att visst kan jag göra det". Lagom till avslutningen av retorikkursen levererade Olle två fina talarstolar som då kunde invigas av Gunnel. Även Olle fick prova på att stå bakom talarstolen och berättade om tidigare erfarenheter som talare. Dagen slutade med att Gunnel fick motta lite blommor som tack för kursen i retorik och Olle fick även han blommor och ett stort tack för de fina talarstolarna

Text och foto: Peje



Gunnel Ferm inviger en av Skeppets två nya talarstolar

## Studiecirkel i Internets sociala medier

Till hösten planerar vi en studiecirkel i Internets sociala medier. Här kan du lära dig hantera Facebook, Twitter m.m. Cirkeln är liksom de flesta andra helt gratis, men för att delta bör man ha viss datorvana. Om du vill vara med, anmäl intresse redan nu till Studiekommittén, Bo Hansson, telefon 0171-46 71 06, 070-640 17 80 eller boesha@telia.com



## Uppdatera din e-postadress och töm din e-postlåda!



Vid utskick till dem som anmält e-postadress visar det sig att ett flertal mail kommer tillbaka med noteringen att e-postadressen inte finns, eller att mottagaren har fullt i sin mailbox. Glöm inte att meddela till medlemsregistret **medlemsregistret**, [spfhabo@bktv.nu](mailto:spfhabo@bktv.nu) eller ring 070-497 58 56 när du ändrar din e-postadress, och töm din e-post regelbundet så du inte missar viktig information!

Hälsningar  
Nisse Runberg



## Dags för förberedelserna inför sommaren

Så har då äntligen isen försvunnit från våra strottoarer. Vårjackan har plockats fram och kängorna med broddar har ställts undan till nästa vinter. Jag kan återigen titta framåt när jag är ute och går, behöver inte längre stirra ner i marken för att undvika små frusna vattenpölar. Nu går sopmaskinerna hårt fram i Bålsta och ger oss rena, fina gångbanor medan högarna med sand bara växer.

Våren har gjort sitt intåg. Dagarna är längre, jag behöver inte längre tända någon lampa på morgonen när jag går upp. Men våren har även infunnit sig i mitt hem, solen skiner in och visar på sämre rengöring under vintern, eller kanske det beror på att det varit mörkare, dammet har inte syns. Men solen är obeveklig när den lyser på rinningar på kökets skåpdörrar och smutsiga fönster, jag kan inte längre blunda för det. Stod häromdagen och lagade mat när blicken föll på skärmarna till taklampan i hallen. Å huane vad

dom såg ut. Snabbt fram med en pall som jag kunde kliva på och så blev dom borstade ute på balkongen. Sådant händer nästan varje dag nu, prydnadssaker som trots att jag dammat nu behöver en ordentlig genomgång med vatten och diskmedel.



*Kaprifol*

Balkongen där dörren nu står öppen nästan dygnet runt har gjorts redo för sköna eftermiddagar med en bra bok och en kopp kaffe. Har inspekterat blommorna som stått där över vin-



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](http://www.kvantumbalsta.se) • 0171 - 414 880



tern. Kaprifolen har naturligtvis klarat sej bra och har nu fått flytta ut på den öppna delen av balkongen, likaså murgrönan. Liljan jag köpte på ICA för många år sedan har fått långa gröna skott. Nu hoppas jag bara att pelargonerna ska klara sej. Ett par ser ganska ledsna ut. Jag håller tummarna, speciellt för "Kärlekspelargonen" den mörkt, mörkt röda, min favorit.

I början av mars hade isen smält så pass så jag kunde ta årets första promenad ner till Gröna Dalen för att titta till vår lilla lott. Vintern verkar ha gått hårt åt växtligheten i år. Kan det bero på det dåliga skyddet av snö på växterna. Men om jag böjde mej ner riktigt långt kunde jag se små, små skott, kanske krokus eller pärlhyacinter. Vad får tiden utvisa.

En dag i vintras hade väninnan och jag träffats över en kopp kaffe och en frökatalog för att se vad vi ville ha i jorden i sommar. Många nya växter hade kommit till och även gamla som inte har funnits som frön förut.

Ramslök ursinum lät spännande, S:t Birgittas lök, en gammal klosterväxt, används som blomma men också som krydda.

Rapanunkelklocka rapanunculus, köks- och medicinalväxt, namnet gav oss dagens skönaste skratt. "Arten är existenshotad, hjälp till att bevara den" står det. Naturligtvis vill vi det. Den var dessutom vackert blå.

Pimpinell minor, kryddväxt, namnet har jag hört i någon visa av Bellman. Bladen kan man använda i sallader och soppor står det i katalogen. Den ska vi ha.

Och så naturligtvis de gamla hederliga morötterna och rödbetorna. Listan på inköp blev lång och nu är det dags att sätta sig ner vid datorn och sätta den på pränt. För om några veckor är det dags. Nog kliar det lite i fingrarna.

Att allt känns så lätt när våren kommer, livet kommer tillbaka både ute i naturen och hemma. Man sätter på lite skön musik, öppnar balkongdörren och lusten att städa kommer igen. Men inte vill jag ha vår året runt för det. Charmen med vårt klimat är att man inte hinner tröttna, det skulle vara på vintern då.

*Agneta Lindbohm lördagen den 17 mars*



**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

## SPF Håbos planeringsdag

Den 22 mars samlades ett 40-tal av föreningens funktionärer på Skeppet för att diskutera framtiden och försöka finna vägar att förbättra verksamheten. Tidigare har planeringsdagen i huvudsak varit en redovisning av de olika arbetsgruppernas och kommittéernas arbete.

Deltagarna fördelades på ett antal grupper som skulle ta ställning till fyra frågeställningar: "Vad vill vi med SPF Håbo? Hur når vi inaktiva medlemmar (egentligen Vad kan vi göra för att aktivera flera medlemmar?) Nya aktiviteter? Aktiviteter kvällar och helger?"

Ordförande Inger Smedberg öppnade mötet och Birgitta Rosenkranz fungerade som sekreterare och hon kommer så småningom att sammanställa förslagen som arbetsgrupperna nu tagit fram.

Det framkom helt klart att Medlemsforum och Hemsidan har en central uppgift inom föreningen. Inom alla frågeställningar handlar

det om kommunikation och det är viktigt att annonsera om nya aktiviteter, såväl som redovisning av det som varit. De som har något att berätta måste beakta att Medlemsforum har begränsningar i tid och format medan Hemsidan kan publicera nyheter direkt utan någon inskränkning i omfång av text och bilder.

Vid arbetsgruppernas redovisning kom det fram många goda och realistiska förslag där deltagarna anser att marknadsföring mot myndigheter och allmänhet är betydelsefull. I detta fall berättade Inger att de tidigare aktiviteterna under vecka 37 nu tidigareläggs till en seniorvecka nummer 36 med möten, föreläsningar, debatter och andra aktiviteter hela veckan.

Efter några timmars "hjärnstorm", där nya och gamla förslag diskuterats, kunde Inger tacka för positivt deltagande och avsluta konferensen. Därefter hade endast närvarande funktionärer att äta smörgåstårta innan det var tid att gå hem.

*Sverker Jonasson*

---

## Vårsalongen 2012

Den första riktiga vårdagen reste 13 konstintresserade till Stockholm för att titta på Vårsalongen på Liljevalchs. I år sökte 2 136 personer och grupper till vårsalongen. Totalt blev 130 av dem antagna till utställningen med 264 verk. Vårsalongen är en jurybedömd utställning öppen för alla över 18 år. Den första salongen öppnade 1921.

Alla är välkomna att följa med på våra konstresor. Kommande utflykter är **Thielska galleriet** tisdagen den 17 april och **Galleri Astley – Uttersberg** torsdagen den 10 maj. Se Medlemsforum nummer 2.

*Agneta Wahlström*



*Anna Kalinitchenko Jalpachik*



## Funktionärer i SPF Håbo 2012

### ANNONSER & SPONSORING

Staffan Wohrne, 577 90

Hans Söder, 514 41

### BOENDEKOMMITTÉ

Leif Sjöborg, 546 79, sammankallande

Bengt Gusén, 522 24

Runo Johansson, 546 44

Yvonne Lindström, 595 28

### DATOR- & TEKNIKANSVARIGA

Bo Hansson, webbmater, 46 71 06

Nils Runberg, vice webbmater, 592 04

Lars Hansson, 509 87

### FRISKVÅRDSKOMMITTÉ

Birgitta Pettersson, 500 32

Bengt Brunström, 46 70 38

Ulla Carlsson, 519 46

### FÖRSÅKRINGAR

Håkan Jonsson, 516 30

### GÅRDSRÅDET TILL SKEPPET & TRÄFFEN

Marjo Henriksson, ledamot, 574 84

Nils Runberg, ledamot, 592 04

Leif Svensson, ledamot, 578 65

Inga Andersson, ersättare, 558 10

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, ersättare, 515 43

### LPR (LANDSTINGETS PENSIONÄRSRÅD)

Gun-Britt Renefalk, 561 17

### LÄKEMEDELSOMBUD

Roza Babec, 018-38 64 78

### MARKNADSFÖRING

Christer Ridderstråle, sammankallande, 018-38 60 62

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

Margith Nyström, 070-593 51 10

Ingrid Bruun-Andersson, 506 83

Birgit Olofsson, 530 83

Karin Seger, 520 66

Inger Smedberg, ansvarig utgivare, 516 83

Christin Jonsson, distribution, 516 30

### MEDLEMSKOMMITTÉ

Gert Lidö, 545 64

Hans Renner, 590 10

Siv Ågren, 592 08

Britt-Marie Danielsson, 546 97

Ulla Budell Åhrström, 0760-18 65 17

### MEDLEMSSEKRETERARE

Britt-Marie Danielsson, 546 97

Ulla Budell Åhrström, 0760-18 65 17

### PLANERINGSUTSKOTTET

Birgitta Pettersson, 500 32

Gert Lidö, 545 64

### POMONA INTRESSEFÖRENING

Gunnel Larsson, 508 04

Hans Finnman, 515 43

### PRESS- & MEDIAKONTAKTER

Inger Smedberg, 516 83

Yvonne Lindström, 595 28

### PROGRAMKOMMITTÉ

Börje Pettersson, 500 32

Mona Björklund, 570 05

Göthe Eriksson, 500 24

Elisabeth Nilsson, 518 20

Eva Hellström, 070-676 37 31

Ulla Solvin-Franck, 545 62

### 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, 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, TEKNIKANSVARIG

Karl-Erik KEA Andersson, 514 58

Rolf Björklund, 566 26

Bo Hansson, 46 71 06

### VALBEREDNING

Per-Erik Peje Josefsson, 548 80

Christin Jonsson, 516 30

Bernt Fredriksson, 507 43

### VÄRDAR VID MÅNADSMÖTEN

Lola Domberg, 546 44

---

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



# Friskvårdsprogram våren 2012 i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

De flesta cirklarna helt utan avgifter för deltagarna.



Studieförbundet  
Vuxenskolan

## Studiecirklar:

**Snacka om nyheter**  
Else Coster

**Sånggruppen Duromoll**  
Hans Svennberg

**Historia**  
Ulf Weinberg

**Litteratur**  
Ulf Weinberg

**Engelska**  
Brian Turner

**Redaktionscirkeln**  
Barbro Larsson

**Släktforskning Genline nybörjare**  
Catharina Josefsson  
Inger Kölestam

**Släktforskning Genline fortsättning**  
Catharina Josefsson  
Inger Kölestam

**Släktforskning Disgen**  
Sven-Erik Svensson

**Släktforskning Svar**  
Sven-Erik Svensson

**Släktforskning AdOnLine fortsättning**  
Sven-Erik Svensson

**Släktforskning AdOnLine nybörjare**  
Sven-Erik Svensson

**Data för noveller**  
Christer Norman

**Data, utvidgning**  
Christer Norman

**Trafikkunskap 65+**  
Bengt Olof Olsson

**Knyppling**  
Ella Andersson

**Hantverkscafé**  
Svea Sahlén

**Religionshistoria nybörjare**  
Gunnel Ferm

**Religionshistoria fortsättning**  
Gunnel Ferm

**Retorik fortsättning**  
Gunnel Ferm

**Busk- & trädbeskrifning**  
Robin Welch

## Dag och tid:

Start 23 januari t.o.m. 14 maj.  
Måndagar kl. 13.00-15.00. Jämna veckor.

Start 12 januari t.o.m. 31 maj.  
Torsdagar 09.30-12.00 (Vissa dagar 11.30)

Start 17 januari t.o.m. 22 maj.  
Tisdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.30

Start 18 januari t.o.m. 23 maj.  
Onsdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.30

2 februari t.o.m. 19 april. Röda Korslokalen.  
Torsdagar kl. 10.00-12.00.

11 januari t.o.m. 18 april. Källvägen 8.  
Onsdagar jämna veckor kl. 10.00-12.15

Start 19 januari t.o.m. 7 juni.  
Torsdagar ojämna veckor 18.00-20.30.

Start 12 januari t.o.m. 31 maj.  
Torsdagar jämna veckor 08.30-11.00.

Start 13 januari t.o.m. 4 maj.  
Fredagar jämna veckor 8.30-11.00.

Start 20 januari t.o.m. 11 maj.  
Fredagar ojämna veckor 8.30-11.00.

Start 13 januari t.o.m. 4 maj.  
Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.

Start 20 januari t.o.m. 11 maj.  
Fredagar ojämna veckor 11.30-14.00.

Start 6 (7) februari t.o.m. 26 (27) mars.  
Grupp 1 – 8 måndagar kl. 14.30-17.00.  
Grupp 2 – 8 tisdagar kl. 08.30-11.00.

Start 8 februari t.o.m. 28 mars.  
Onsdagar kl. 14.30-17.00.

Start 13 februari t.o.m. 5 mars.  
Måndagar kl. 10.30-13.00.

Start 20 januari t.o.m. 4 maj.  
Fredagar 9.00-12.00. Materielkostnad.

Start 20 januari t.o.m. 27 april.  
Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.

Start 7 februari t.o.m. 17 april.  
Tisdagar jämna veckor kl. 13.00 – 15.00.

Start 31 januari t.o.m. 10 april.  
Tisdagar ojämna veckor kl. 13.00 – 15.00.

Start 16 januari t.o.m. 12 mars.  
Måndagar ojämna veckor kl. 13.00-15.00.

Anmäl intresse!

## Anmälan:

0171-543 56

0171-524 34

0171-592 84

0171-592 84

073-500 2191

0171-507 49

0171-548 80

0171-595 63

0171-548 80

0171-595 63

070-733 24 89

070-733 24 89

070-733 24 89

070-733 24 89

0171-516 34

0171-516 34

0171-510 61

0171-593 86

0171-542 19

0171-512 21

0171-512 21

0171-512 21

070-728 7913

<b>Fysiska aktiviteter:</b>	<b>Dag och tid:</b>	<b>Anmälan:</b>
<b>Rullstolspromenader</b> Fernando Mena Gustav Körner	Pomona onsdagar ojämfna veckor kl. 10.30.	0171-574 84 0171-592 95
<b>Qi gong på Skeppet</b> Solveig Fredriksson kontaktperson	Start 31 januari t.o.m 3 april. Tisdagar kl. 16.00 - 17.00.	0171-507 43
<b>Seniordans på Skeppet</b> Birgitta & Börje Pettersson	Start 23 januari t.o.m. 26 april. Måndagar 10.00 - 12.00.	0171-500 32
<b>Vattengymnastik</b> Kontaktp. Birgitta Pettersson	Start vecka 3. Avgift 500 kr för 10 gånger.	0171-500 32
	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.	
<b>Pensionärgymnastik</b> Rut Jansson i samarbete med PRO.	Start vecka 3. Måndagar klockan 15.00 - 16.00.	0171-503 59
<b>Stavgång vid Granåsen</b> Solveig Fredriksson	Start 7 mars. Onsdagar 9.00 - 10.30	0171-507 43
<b>Stavgång från Skeppet</b> Margareta Wohrne	Start 7 mars. Onsdagar 9.00 - 10.30	0171-577 90
<b>Bowling, 78 kr/gång.</b> Hans Rennér	Start 10/1 - 8/5, 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.	0171-590 10
<b>Bowling nybörjare</b> Roland Arvidsson	Anmäl intresse.	0171-515 46
<b>Boule Medborgarhuset</b> Bengt Brunström	Start 8 maj t.o.m. 11 september. Klockan 10.00.	0171-46 70 38
<b>Boule Skokloster Bygdegården</b> Christer Ridderstråle	Start torsdag 12 januari klockan 10.00. Observera ändrad dag!	018-38 60 62
<b>Minigolf</b> Maud Jägerfjäll	Start preleminärt vecka 18. Onsdag & lördag 9.00. Minigolfbanan.	0171-507 05
<b>Shuffleboard Skeppet</b> Bengt Brunström	10 januari t.o.m. 8 maj. Tisdagar 18.00.	0171-46 70 38
<b>Lekfull pingis</b> Ulla Carlsson	Start 25 januari t.o.m. 25 april. Onsdagar 09.00 - 10.30.	0171-519 46
<b>Tennis</b> Staffan Wohrne	Intresserad? Kontakta Staffan.	0171-577 90
<b>Golf</b> Leif Lindberg Ewert Lindström	Start preleminärt vecka 19. Tisdagar kl. 09.00. Sofielunds golfklubb. Avgift 70 - 200 kr/gång.	0171-507 74 0171-595 28
<b>Yoga på fastande mage</b> Birgit Almén	Start 12 januari t.o.m. 26 april. Skeppet torsdagar klockan 08.30 - 10.00.	0171-596 09
<b>Övrig verksamhet:</b>	<b>Dag och tid:</b>	<b>Anmälan:</b>
<b>Bridge</b> Kalle Danielsson	Start 11 januari t.o.m. 16 maj. Onsdagar kl. 13.00 - 17.00.	0171-507 52
<b>Övningsbridge</b> Göran Ohlsson	Start 16 januari. Måndagar kl. 14.00 - 17.00. Ej 6/2, 5/3 och 7/5.	0171-517 64
<b>Träslöjd på f.d. Träffen</b> Olle Atling	Start 18 januari t.o.m. 9 maj, kl. 15.00-17.00. Ring gärna dagen före om intresse finns.	070-731 29 91 0171-515 80
<b>Bingo på Club Myran</b> Anders Boström	Start 11 januari t.o.m. 30 maj, kl. 10.00 - 13.00. Föreningarnas Hus.	0171-549 62
<b>Schack</b> Ulla Carlsson	Start 26 januari t.o.m. 26 april. Torsdagar kl. 13.00 - 15.00 på Skeppet.	0171-519 46
<b>Vävning</b> Ulla Gabrielsson	Start 12 januari t.o.m. 7 juni. 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](mailto:medlemsregistret.spfhabo@bktv.nu)

*Aprilnumret av Medlemsforum utkommer vecka 15 – manus **senast den 23 april**  
till Lars Hansson, Granelundsvägen 4, 746 34 Bålsta  
Telefon 0171-509 87 Mobiltelefon 070-453 61 24  
E-post: [medlemsforum.spfhabo@bktv.nu](mailto:medlemsforum.spfhabo@bktv.nu)*

SPF-Håbo hemsida: [www.spfpension.se/habo](http://www.spfpension.se/habo)  
SPF-Uppsala distrikts hemsida: [www.spfpension.se/uppsaladistriktet](http://www.spfpension.se/uppsaladistriktet)  
SPF-Förbundet hemsida: [www.spf.se](http://www.spf.se)  
SPF-expeditionens mailadress: [spfhabo@bktv.nu](mailto:spfhabo@bktv.nu)  
Ordförande i SPF Håbo mailadress: [ordf.spfhabo@bktv.nu](mailto:ordf.spfhabo@bktv.nu)  
Sekreteraren i SPF Håbo mailadress: [sekr.spfhabo@bktv.nu](mailto:sekr.spfhabo@bktv.nu)  
Bankgiro SPF 5111-1425. Bankgiro för resebetalningar SPF 688-1684.  
Ansvarig utgivare: Inger Smedberg. Telefon 0171-516 83