

MEDLEMSFORUM

för
SPF SENIORERNA HÅBO

Välkomna

till SPF Seniorerna Håbo månadsmöte
torsdag 29 oktober klockan 13.30.

Program:

Staffan Wohrne berättar om och visar bilder
från slott i Loiredalen.



Nästa pub-kväll inträffar torsdagen den 22 oktober 18.30.
Entréavgift 20 kronor inkluderar ost- och korvbricka.
Lite musik och hjärnkoll. (Nästa 19 november.)
Men framför allt en trevlig kväll med vänner.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan



Styrelsen har ordet!

Tommy Landegren

Den 4 augusti 1947 såg jag dagens ljus i Västerås där mina föräldrar bodde en tid på sin väg från Borlänge till Stockholm, så kom jag som 5 åring till Sollentuna där jag växte upp.

1970 träffade jag min fru Barbro, vi flyttade in i egen lägenhet i Rinkeby och vår dotter Nina föddes, fortsatte efter ett par år till Upplands Väsby där Maria föddes och dom har skänkt oss fyra barnbarn, 1980 kom vi till Bålsta och här planerar vi att stanna.

Min yrkesbana har följt en röd tråd (strömförande). Jag började som hissmontör men bytte till elektriker och efter några år av kvällsstudier och ett år på lärarhögskolan hamnade jag på Rudbecksskolan i Sollentuna, som lärare på elprogrammet i 24 år.

1993 köpte jag Erikssunds EL och fasade ut skolan under några år. Den verksamheten drev jag i 17 år och när det var dags att planera för pensioneringen så såldes den 2010. Jag är fortfarande med i verksamheten och jobbar tills vidare två dagar i veckan.

Fritiden har sedan tioårsåldern handlat om orientering för hela slanten. Först åkte jag till tävlingarna med min far, när sedan familjen kom med i bilden och jag fick min fru Barbro att prova tillsammans med mina båda flickor som blev aktiva så handlade det mycket om orientering. Tävling varje helg och för min del även nattorientering i veckan med höjdpunkter som tiomilakaveln i maj och O-ringens femdagars som en del av semestern.

När tävlandet avslutades så har det blivit skidåkning och ett antal Öppet spår, samtidigt började vi resa ut i världen och det blir minst ett par resor per år. Nästa resa är för första gången en kryssning från Barcelona, hoppas på lugnt väder då jag har väldigt lätt för sjösjuka. Orienteringen kom tillbaka i augusti i år när jag deltog och representerade SPF Håbo i förbundsmästerskapen i Falköping med två tävlingar, medeldistans och sprint.

När jag fyllt 65 så var det naturligt att gå med i SPF där redan flera av våra vänner är med. Frågan att arbeta i styrelsen kom tidigt och var en ny utmaning som jag tackade ja till, nästa steg att närvara vid programkommitténs möten som en länk till styrelsen ser jag fram emot. Släktforskning är en av föreningens alla aktiviteter där jag försöker hitta mina rötter.

Tommy

Hundraåring i SPF Seniorerna

Carl-David Östervall fyllde 100 år den 4 oktober och uppvaktades bl.a. av SPF Seniorernas ordförande.

Carl-David var med och startade föreningen för 30 år sedan och har varit en av stöttepelarna under många år.

Han var en av de drivande att starta trygghetsringningen, och tillsammans med hustrun Rigmor gjorde han stora insatser vid iordningställandet av den första egna lokalen i gamla stationshuset.

Han ledde under många år träslöjden i gamla Träffen, otaliga är de skärbräden och ljusstakar som lämnat hans flitiga händer.

Bowlingen var ett annat stort intresse där han fortfarande spelade efter fyllda 90 år.

Nu har krafterna sinat och Carl-David bor på Pomona sedan några år.



Barbro Larsson



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 2015

Yvonne Lindström, ordförande, 070-583 69 17
Bo Lundgren, vice ordförande 0171-594 12
Kent Magnusson, sekreterare, 0171-515 75
Lave Arnell, vice sekreterare, 073-352 41 15
Inger Smedberg, kassör, 070-649 67 40
Agneta Anderlund, vice kassör, 070-537 65 02
Göran Ohlsson, 0171-517 64
Tommy Landegren, 0171-46 93 96
Elke Merkel Ragnarsson, 070-661 74 60

Redaktionscirkel för Medlemsforum 2015

Barbro Larsson, 070-541 65 29
Lars Hansson, 509 87
Sverker Jonasson, 595 69
Ingrid Bruun, 506 83
Birgit Olofsson, 530 83
Agneta Lindbohm, 568 08
Yvonne Lindström, 070-583 69 17
Olle Atling, 515 80
Christin Jonsson, utdelning, 0171-516 30
christinjonsson@telia.com

Kommande månadsmöten

29 oktober: Staffan Wohrne berättar
om och visar bilder från
slott i Loiredalen.
26 november: Anna "Ladybird" Nygren
spelar och sjunger.

Underhållning på Pomona torsdagar klockan 14.00

22 oktober, Swing Society
5 november, Hör som Helst
19 november, Glade Glenn
3 december, Vestarna
17 december, Envisorna



SPF trygghetsringning

är tillgänglig för alla! Den startades för drygt 25 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 Lars Hallberg 0171-515 35 för mer information och / eller anmälan.

Byfilosofen



Om en diplomat säger *ja* betyder det *kanske*.
Om han säger *kanske* betyder det *nej*.
Om han säger *nej* är han ingen diplomat.

Rullstolspromenad

Vi är ett gäng SPF-are som ägnar var annan onsdag förmiddag till att vandra med inneboende på Pomona. Det är ofta den enda möjligheten för våra åldringar att komma ut en stund, och vi delar uppdraget med PRO.

Var annan onsdag (udda veckor) klockan 10.30 utgår sällskapet från Pomona och turen varar ca en timme. Det är inte särskilt ansträngande och belöningen är en kopp kaffe och en stunds trivsamt samvaro.

Ring Fernando Mena, 574 84 eller Gustav Körner, 592 95, 070-683 78 72, eller kom ner till Pomona på onsdag ojämn vecka kl. 10.30

Detta är våra sponsorer

Trogna annonsörer som stödjer SPF och vår tidning. Flera lämnar även rabatt (markerade med %) vid uppvisande av medlemskort. Vi uppmanar våra medlemmar att gynna sponsorerna!

- % Ademso
- A Small World
- % Bista Bil & Motor AB
- Bålsta Järnhandel
- Bålsta Färghandel Colorama
- 15% Bålsta Optik Klarsynt
- Bålsta Zoo
- % Fantasifloristen
- % Go fix:it Datorer & service
- Handelsbanken
- Helens Träning Hår & Hälsa
- Helins Bilcentrum
- Hjälpsam
- % Håbo Kontorsbutik
- 5% ICA Kvantum, onsdagar klockan 8-16 för 65+ pensionärer med ICA-kort. Gäller ej spel, tobak, lotter och post.
- % Klipphörnan
- % Konditori Solslätten
- % Lillsjöns Trädgård
- MK-däcket HB
- % Må bra fot och kroppsvård
- 10% NextData
- % NordSyd resor
- Olavis Kiropraktik AB
- Renast Biltvätt
- % SafeStore Förrådshotell
- Sehmans däck och service
- Sollanns LivsstilsCenter
- Sparbanken Enköping
- % Susan's Hårteam
- Söders Bok & Pappershandel AB
- TonerProffsen
- Vintage Room



Foto: Sverker Jonasson



Rese- information

Filmvisning på Anders Hansers biograf

torsdagen den 12 november då vi skall
se senaste filmen "Hanser han ser".

Det är ett bildspel med kända artister från olika filmer som han gjort under sina år som fotograf.

Föreställningen tar ca 1,5 timme inklusive paus, då vi serveras ett glas vitt vin alternativt alkoholfri cider.

Efter föreställningen äter vi lunch på Restaurang Foresta på Lidingö.

- 9.30 Avfärd med buss från g:a järnvägsstationen, stopp vid Bussterminalen & Kalmar Livs.
- 11.00 Föreställning på Hansers biograf, Kommendörsgatan 28
- 12.30 Föreställningen är slut
- 13.00 Lunch
- 15.30 Hemkomst

Pris 460 kronor inkluderar buss, lunch, filmföreläsning, ett glas vin eller cider.

510 kronor för ej medlem i SPF Seniorena Håbo.

Välkommen med anmälan från den 5 oktober klockan 9.00 (gäller även mail) till Lisbeth Nilsson, telefon 073-929 06 61, e-post: lisbeth.nilsson@lntv.com
Sista anmälningsdag är den 25 oktober.

Icke medlemmar får medfölja i mån av plats.
Bokningsbekräftelse med inbetalningskort skickas efter anmälan.

*Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Julkryssning till Mariehamn

tisdag 24 - onsdag 25 november

Välkomna att följa med M/S Birka i slutet av november och njuta av julbordet och Stockholms skärgård.

I priset ingår: Egen buss från busstationen Bålsta klockan 15.00, t/r Stadsgårdskajen, utsides A-hytt, julbuffé med dryck, Sjöfrukost samt Skepparlunch (kött eller fisk) inklusive lättöl/vatten i restaurang Four Seasons.

Återkomst Bålsta ca klockan 17.00.

Pris: 750 kronor/person (ej medlem SPF-Seniorerna Håbo 850 kronor).

Välkomna med anmälan 22 september klockan 09.00 till den 20 oktober till Lennart Carlsson 070-569 75 74, epost: lennart5592@gmail.com

Gotland 31 maj - 3 juni 2016

31 maj på morgonen, avresa Bålsta med buss till Nynäshamn

31 maj 11.30-14.50, båt Nynäshamn - Visby

31 maj, guidad stadsrundtur i Visby ca 2,5 tim.

1 juni, guidad tur Norra Gotland med Fårö

2 juni, guidad tur Södra Gotland

3 juni guidad tur Östra Gotland

3 juni 16.45-20.00, båt Visby - Nynäshamn

3 juni, buss Nynäshamn, i Bålsta ca 22.00

Vi bor på Scandic Visby

3 st frukost, 3 st luncher, 2 middag varav en Gotländsk Afton

Reseledare på Gotland, Jan Luthman, känd Gotlandsprofil.

Pris 5350 kronor.

Intresseanmälan till Lennart Carlsson 070-569 75 74, lennart5592@gmail.com

Södra Samrådets möte den 15 september

Detta är SPF Seniorerna Samrådet Enköping-Heby-Håbo. Som framgår av namnet ingår: Enabygden, Fjärdhundrabbygden, Grillbyorten, Heby träffpunkt, Håbo, Trögd och Örsundet.

Dessa föreningars representanter är varje förenings ordförande och en ledamot. KPR (Kommunala Pensionärsrådet) ledamöter, LPR (Landstingets Pensionärsråd) ledamot.

Sammanträden skall hållas minst fyra gånger per år. Denna gång har mötet hållits i Håbo.

I samrådet har vi möjlighet att dryfta de olika föreningarnas arbeten i styrelser och i KPR. Vi har bland annat diskuterat "medlemssituationen". Det är signifikativt för väldigt många föreningar, och då talar vi inte bara om seniorföreningar, att medlemsantalen inte ökar, utan snarare minskar.

Vi kan konstatera att våra seniorer arbetar allt längre och tycker inte att de är redo att gå in i en seniorförening vid 65 års ålder. Vi kunde också konstatera att vi behöver förnya oss på olika sätt.

Vi tog upp Christina Rogestams (vår förbundsordförande) artikel om att regeringen avser att återinföra "Särskild löneskatt" för de som är 65 år och äldre. Detta innebär att det inte är självklart att anställa en 65+. Detta kan dessutom i förlängningen leda till lägre pensioner för alla.

En sak vi också diskuterade är den "Centrala Uppbörden" som kommer att sjösättas vid årsskiftet. Central uppbörd innebär att man på förbundet administrerar alla utskick för betalning av årsavgiften för medlemmarna samt alla inbetalningar från desamma.

Det kunde konstateras att det inte är alla föreningar som är med i detta. SPF Seniorerna Håbo har sagt ja till Central uppbörd och vi kommer att mycket noggrant följa hur det fortlöper.

Det är, i vårt södra samråd, de med ett mindre medlemsantal som inte är med, utan fortsätter på traditionellt sätt med uppbörder.

Vi var många representanter från KPR och problemen är i stort sett desamma i hela södra samrådet. Inte minst boendet. Alltför lite bygande av äldreboenden. Hemsjukvården, hemtjänsten och anhörigavlastningen var sådant vi också diskuterade.

Vi var rörande eniga om att en stor manifestation om seniorernas skatter skulle kunna vara på plats.

Dagen avslutades med lunch.

Yvonne Lindström

Fågelgåta

Vad kan det vara för sort?

- 1 Möta
- 2 Fågel i kaffet
- 3 Motionsförbund
- 4 Flygplan J37
- 5 Mun
- 6 Efter Vättern runt
- 7 Örfil
- 8 Fågel i näsa
- 9 Andraplacerad brudnäbb
- 10 Duktig skidåkare
- 11 E. Rydbergs Knut
- 12 Nybörjare
- 13 Agda
- 14 Serveras vita viner
- 15 Hitchcocks varumärke

Svar på sidan 12



Bild: Anna Westin

Vandringar under hösten

Dags att ta fram almanackan och boka in hösten vandringar.

Vi startar som vanligt vid Smultronställets närköp (gamla PIA närköp) klockan 09.30 och efter ett antal kilometer tar vi paus med kaffet från ryggsäcken. Vi avslutar våra vandringar vid startplatsen. Ibland tar vi bilen från parkeringen till starten av vandringen.

Notera genast följande datum:

27 oktober – Favorit i repris, skyltarna utefter Stockholms- Enköpingsvägen med lunch på Kalmarsands restaurang.

Mer information om dessa vandringar kommer du att hitta på SPFs hemsida och i Medlemsforum innan vandringarna genomförs.
kent_magnusson@msn.com

*Arrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Veteranbesök

En onsdag eftermiddag fick jag besök av en av våra veteraner i SPF Senioren, KG Lindgren. Han hade med sig ett vackert handskrivet välkomstbrev som han och hustrun Ingrid fick från sekreteraren vid sitt inträde i SPF Håbo i februari 1987.

På brevet var loggan bortklippt och KG berättade att den användes som förlaga till tryck på tröjor till bowlingklubbens medlemmar. Det fanns inga datorer där man kunde hämta hem material och framför allt – det fanns inget material att hämta hem.

Vi hade en trevlig eftermiddag där jag fick veta bl.a. om trygghetsringningen där man de första åren åkte fram till lokalen i gamla järnvägsstationen och lyssnade av vilka som ringt.

”I början på 1990-talet kom Alvar Zetterholm med i föreningen och han var tekniskt kunnig,” berättar KG, ”vi åkte till Elgiganten och inköpte utrustning som spelade in svaren och man kunde lyssna av det från sin hemtelefon. Vi ansökte till kommunen om bidrag och fick 3 000 kronor till utrustning och telefonavgifter.”

Barbro Larsson

Vandring runt Hackholmsund

En ljuvlig septembermorgon träffades ett stort antal SPFare vid Pia-närköp för att ta sig till Hackholmsund.

Joachim Tiefensee hade lovat att vi skulle få vandra runt området som nu ägs av en oljeshejk tillika ägare av Preem.

När vi anlände till stället fanns en stor grind och en vaktpost men vi fick tillträde. Joachim berättade att i köpehandlingen för Hackholmsund hade Stockholms landsting klokt nog skrivit in att allmänheten skall ha tillträde till området ifall de håller sig på vissa (ej utmärkta) stigar.

Naturligtvis hade Joachim Tiefensee mycket att berätta om stället och framförallt om skogsbruket som han har haft hand om i runt 20 år.

Hoppas nu att man kommer ihåg något av allt man fick sig till livs.

Efter att ha beskådat den gamla herrgården så väl som det nya palatset och en lustjakt som hette duga tog vi oss genom en fin skog upp mot den så kallade toppstugan.

Efter att ha ”klättrat” den sista biten upp till stugan berättade Joachim en del om shejkens liv och leverne och varför han över huvudtaget äger både företag och egendomar i Sverige.

Utsikten från Upplands-Bros högsta punkt utöver Mälaren var strålande. Vi kunde också se den ö Zlatan köpte för ett tag sedan.

Det medhavda kaffet med tilltugg smakade riktigt gott och solen värmde så skönt där vi satt i lä för vinden.

Tillbaka vid parkering konstaterades att vi avverkat en 6-7 kilometer i lugnt tempo med trevlig samvaro.

Kent Magnusson

PS

Tyvännär var det fotoförbud inom shejkens domäner, men åk gärna dit och titta!

DS

Sommarvandring till Lastberget

Äntligen har sommaren kommit till oss, nu i augusti, efter en inte alltför varm och skön juli-månad.

Alla kom tämligen lättklädda till Smultronställets närköp för att tillsammans vandra ut till Lastberget. Det var kanske en god konferenslunch som lockade?

Vi vandrade via Broby backar mot Skörby för att sedan gå igenom "storskogen" mot Lastberget. Vi fick veta att vägen genom skogen kom till på grund av att avloppet från kursgården ligger nedgrävd här och att vägen anlades ovanpå. Det tackar vi för idag.

Mitt ute i skogen gjordes ett litet stopp så att Elisabeth kunde berätta det mesta om den gamla gården Lastberget, sedermera blev det troligen ett torp. Elisabeth hade god nytta av den trevliga skrift som Joachim Tiefensee tog fram för omkring 10 år sedan.

Vi fick höra en hel del om de vedermödor skogstorparna hade under gamla tider och att utskeppningen av timret skedde från en av klipporna. Torpet revs 1944 och timret blev ved för att värma Stockholmarna.

Väl framme vid Lastberget tog vi oss ned till den fina bryggan för att beskåda Mälaren i det ljuvliga vädret och för att få en glimt av hur anläggningen ser ut från sjösidan. Några killar jobbade med värmeanläggningen till konferensanläggningen och de kunde berätta att man använde sjövärme så väl som bergvärme för att värma byggnaderna. Ganska framsynt eftersom invigningen av stället skedde redan 1984.

En mycket välsmakande lunch med kaffe och kaka intogs av 24 stycken pensionärer med en fantastisk utsikt över omgivningarna.

I samband med kaffet berättade Linda Nordin, möteskoordinator på Lastberget, en hel del om tillkomsten och användningen av anläggningen. Projekteringen av stället började redan 1980 men invigningen genomfördes inte förrän 1984. En av anledningarna till den långa tiden mellan tanke och färdigställande var ett berguvspar som häckade där platsen för bygget

var tänkt från början, mycket nära där torpet en gång låg.

Vi gick därefter runt i nästan hela byggnaden och fick veta att man är välkommen även om man bara vill använda den fina spa-anläggningen. Den gamla nostalgihörnan har fått lämna plats till något som kallas "Draget" där de unga konferensgästerna roar sig, sa Linda.

Mätta och belåtna påbörjade vi vår vandring tillbaka men vi upptäckte en staty utanför entrén som upprörde ett antal av damerna.

Statyn föreställer tre "Kurskamrater" varav endast en är kvinna. Var det så på 80-talet, undrade de.



Väl komna till Smultronstället kunde vi konstatera att höstens första vandring var genomförd och att vi hade avverkat nästan 12 km men med lunchen inräknad hade vi hållit på i 5,5 timmar.

Kent Magnusson

Abedissans bön

En okänd abedissa i England lär ha formulerat bönen på 1700-talet:

”Gud du vet bättre än jag själv att jag åldras.

Hindra mig från att bli pratsjuk och rädda mig från vanföreställningen att jag måste yttra mig om allting och vid alla tillfällen.

Befria mig från lusten att blanda mig i alla människors angelägenheter. Bevara mig från mångordighet och ge mig vingar att snabbt nå fram till det väsentliga.

Skänk mig nåden att med takt och tålmod lyssna till andras bekymmer, men försegla mina läppar om mina egna krämpor. De blir ju fler och fler och min lust att tala om dem blir allt starkare. Skänk mig den underbara insikten att det någon gång kan vara möjligt att jag har fel. Gör mig lagom saktmodig ty jag vill inte bli ett helgon. Sådana kan vara påfrestande att umgås med, men en sur gammal kvinna är djävulens mästerverk.

Gör mig hjälpsam men inte beskäftig och omtänksam men inte despotisk.

När man har en så enorm livsvisdom som jag, tycker man att det är skada att den inte kommer alla till godo, men du vet, o Herre, att jag gärna vill ha några vänner kvar till slutet.”

Seniordansen på Skeppet

I våras lades Skeppet upp på land inför sommaren men nu var det dags att sjösätta henne igen.

Den 14 september började seniordansen efter sommarens uppehåll och 20-talet Bålstapensionärer kom för att med Monica och Björn Källbergs hjälp försöka få igen konditionen. En sommar med alltför lite sol som gjort att vi suttit inne mycket. I sommarstugor och på altaner har vi trängt ihop oss med grillmiddagar och vin.

Som vanligt var det mest damer men Björn delade gladeligen ut blåa band till dem som inte villigt men ändå tog emot dem.

Han och Monica hade varit på polska-kurs i helgen och försökte lära oss de första stegen. Mycket kämpa blev det och riktigt roligt hade vi. Känner jag dem rätt ger de inte upp i första taget, det blir säkert lite polska-steg även nästa måndag.

Lite gammal skåpmat t.ex. en smygvals blev det också, sådant som vi kan ganska bra även om någon ibland går åt fel håll och orsakar kaos.

Men fler får plats på dansgolvet, vi klämmer villigt ihop oss. Framför allt män behövs så Björn kan spara på sina blåa band.

Agneta Lindbohm

Här kommer länkar och info om Glastomtens lägenheter och hyror.

Håbohus avser att teckning av lägenheterna ska ske från januari 2016. Därför är det viktigt att vi redan nu uppmärksammas på:

Hur man anmäler sig till bostadskön och hur man ligger till i bostadskön

<http://www.habohus.se>

Tittar igenom lämplig bostad och en ev. kommande bostadsanpassning (dusch, badkar, kök, m.m.) och hyressättningen

<http://www.habohus.se/CM/Templates/Article/general.aspx?cmguid=04e9d78d-2073-4cf4-bdoc-629320805ded>

Bostadstillägg för pensionärer: En enkel tumregel är att man kan ha rätt till bostadstillägg om man har kvar 13000kr per månad efter skatt.

<https://secure.pensionsmyndigheten.se/BTP.html>

<https://secure.pensionsmyndigheten.se/BeraknaBostadstillagg.html>

Håbohus kommer att inkomstpröva intresserade så därför är det viktigt att ha koll på alla inkomster inkl ev bostadstillägg.

Hälsningar // Leif

Jubileum – SPF Seniorerna Håbo 30 år

Efter omfattande förberedelser firade SPF Seniorerna Håbo 30-års jubileum med en ståtlig fest på medlemslokalen Skeppet i Bålsta lördagen den 26 september. Cirka 130 medlemmar och inbjudna gäster hade nöjet att umgås, äta, dricka och dansa under några timmar.

En gala av denna kaliber måste ju noggrant förberedas, och föreningens ordförande Yvonne Lindström har, tillsammans med festkommittén, genomfört ett stort arbete och resultatet blev en riktig dunderfest.

Gästerna samlades för en välkomstdrink och allmänt mingel innan kvällens toastmaster Bengt Jansson kallade till bords. I de stora salarna var borden vackert dukade med bl.a. fantastiska blomsteruppsättningar signerade Birgit Olofsson.

Först visades ett bildspel sammansatt av Bo Hansson. På ca 10 minuter gavs en elegant exposé över föreningens verksamhet under 30 år. Innan deltagarna fick lov att börja äta gick Bengt igenom lokalens utrymningsplan, och så kunde Yvonne hälsa välkomna och hon hoppades att alla skulle trivas och ha det bra under kvällen samt utbringade hon en skål för SPF Seniorerna Håbo.

Under tiden mellan förrätt och huvudrätt informerades de närvarande om vad som pågår i föreningen. Denna har numera över 1000 medlemmar och en enastående funktionärsstab på ca 175 personer som har att se till att Håbos pensionärer får "Inflytande, valfrihet och livskvalitet".

Kalmarsands restaurang hade komponera menynt och lagat god mat i eget kök, Carpaccio Milanese och timjanskryddad fläskfilé eller Mälargösfilé. Goda viner, lättöl och vatten serverades därtill. Mc Olssons orkester, dvs. Martin Olsson med dragspel och Ingela Ryd med nyckelharpa började spela redan under "mingelstunden" och fortsatte även sedan sällskapet satt sig till bords. I programmet fanns text till trevliga allsångsvisor och mest uppmärksamhet fick väl Karins pensionärsvisa med text av vår tidigare ordförande Karin Seger.

Vid kaffe med kaka kom talen. Föreningens tidigare ordförande Yngve Färnström vände sig direkt till kvällen värdinna och tackade för ett förnämligt arrangemang och en god måltid och avslutade med att utbringa en skål för Yvonne. Även kommunstyrelsens ordförande, Carina Lund, tackade för en trevlig kväll och berättade att hon också var medlem i föreningen. Därefter följde korta gratulationstal av Margareta Parkstam, distriktsstyrelsen, Stig Andersson från Grillby, Eva Gustavsson från Örsundet, Jenny Gavelin från Studieförbundet Vuxenskolan, gårdsrådets ordförande Ann-Christin Borneteg och ytterligare en tidigare ordförande, Per-Eric Josefsson, Peje.

Så drog Mc Olsson igång dansmusiken och baren öppnades. Det tog inte lång stund innan dansgolvet var fyllt, och det är ju kul att få dansa till vår ungdoms kända låtar. Festen kom nu riktigt igång och man anade att de allra flesta hade roligt till fram på småtimmarna då återställning av lokalen utfördes av ett gäng särskilt utvalda medlemmar.

Sverker Jonasson





Mingelstunden med Martin Olsson, dragspel och Ingela Ryd med nyckelharpa

Dansens virvlar



Hur får jag in appen i mobilen?

Det finns inga dumma frågor.

Vad är Mobilt BankID?



Elin Johansson-Aminder
Tel. 0171-654 25

Fråga oss så hjälper vi dig att komma igång med banken i mobilen. Välkommen in!

Hur hittar jag mitt lösenord?

Sparbanken i Enköping



Bålstakontoret - Stockholmsvägen 85
www.sparbankenenkoping.se



KlarSynt.

Hos oss får du alltid 15% rabatt

Gäller ej för redan prisnedsatta produkter, paketprisprodukter och synundersökning.

Hos oss betalar du och din familj endast 295 kr/månad

Du får ett livslångt köputrymme på 15 000 kr och så länge du har en skuld dras 295 kr/månad via autogiro. Inga räntor och uppläggningsavgifter tillkommer. Av månadsbeloppet utgår en kontoavgift på 14 kr.

Bålsta Optik.

Centrumstråket 11, Bålsta, Tel 0171-561 09

Öppettider:

Måndag - Fredag: 10-18 • Lördag: 10-14 • Söndag: Stängt

MEDTAG ANNONSEN TILL BUTIKEN FÖR ERHÅLLANDE AV OVANSTÄNDE ERBJUDANDEN

Svaren på Fågelgåta

- | | | | |
|---|-----------|----|--------------------------|
| 1 | Råka | 10 | Svan |
| 2 | Gök | 11 | Bofink |
| 3 | Korp | 12 | Gröngöling |
| 4 | Vigg | 13 | Höna |
| 5 | Trut | 14 | Svala |
| 6 | Rödstjärt | 15 | Fasan |
| 7 | Orre | | |
| 8 | Kråka | | <i>Kerstin Björklund</i> |
| 9 | Tärna | | |

Susan's Hårteam

Måndag - onsdag - torsdag 10.00-18.00
Tisdag - fredag 10.00-14.00
Lördag 10.00-13.00

Pensionärsrabatt vardagar 10.00 - 13.00
Gäller klippning & permanent.

Centrumstråket Bålsta
0171-500 00

Konsertkarusellen 2015 - 2016

Under flera år har ett antal konserter arrangerats i Bålsta av Musik i Uppland och kommunerna i länet. I Bålsta tar man hjälp av lokala föreningar för att genomföra arrangemanget.

Onsdag 18/11, kl. 19.00. "Jord". Världsmusik från Tornedalen. Lokal: Caf et Fridegård.

Fredag 22/1, kl. 14.00. Linn kvintetten. Fem bl ckbl sare spelar äldre svensk musik. Lokal: Kyrkcentrum.

Torsdag 18/2, kl. 19.00. Trio X tillsammans med Jonas Knutsson och Jeanette K hn. Jeanette  r allsidig operasångare, Jonas spelar saxofon och Trio X spelar allt på bas, trummor och piano. Lokal: Frideg rdsscenen.

Tisdag 15/3, kl. 19.00. "Kung Lir". Fyra musikanter spelar svensk folkmusik. Lokal: Caf et Fridegård.

Onsdag 13/4, kl. 19.00. "SuperProffsEliten". Vokalgrupp med fem röster; bl.a. br derna Rongedal. Denna konsert arrangeras av SPF Seniorerna tillsammans med Envisorna. Lokal: Frideg rdsscenen.



Vi söker webbredaktörer till vår hemsida

Vi är idag två webbredaktörer som nu jobbat ganska många  r med vår hemsida och tycker det är dags att hitta en ny besättning inför framtiden.

Tidpunkten  r särdeles lämplig därför att förbundet beslutat att byta till en modernare plattform för de centrala och lokala hemsidorna. Utbildning på den nya plattformen kommer att starta under hösten.

Du som är intresserad ska veta att det inte handlar om att helt abrupt ta över hela ansvaret för vår hemsida. Vi gamlingar kommer att under överskådlig tid finnas kvar för att dela med oss av våra erfarenheter.

Ta kontakt med: Bo Hansson, 070-6401780
boesha4006@gmail.com
eller: Nils Runberg, 076-1679204
nils@runberg

Konstcirkel

Studiecirkeln i konsthistoria pågår nu. Det är ett utmärkt tillfälle att lära sig mer om bildkonsten genom alla tider. Vi tittar inte bara på bilder utan försöker sätta oss in i konstnärens liv i den epok han/hon arbetar i och verkens uppbyggnad och komposition. Cirkelns ledare, Olof Bendz,  r bildlärare och konstnär. Olof håller föreläsningar och deltagarna deltar även aktivt i verksamheten; bland annat genom grupparbete.

Våra möten äger rum på Skeppet/Klipper på fredagar klockan 14.00 – 16.00.

Vi har haft möten den 18/9 och den 2/10. Nästa möte  r den 30/10 och så blir det en extra sammankomst den 13/11.

Cirkeln har dessutom beslutat att besöka Prins Eugens Waldemarsudde den 20 november med avresa från pendeltågstationen kl. 09.54. På museet pågår då en utställning som heter "Symbolism och dekadens". Utställningen beskriver betydelsen av symbolismen inom konst och litteratur i Sverige vid sekelskiftet 1900. Flera verk visas av den tidens stora konstnärer.

V l m tt! Sverker.

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

SPF Seniorerna i Centrum

I september, varje år från och med 2008 har SPF visat upp sig i Bålsta Centrum. Det började med att förbundet önskade en landsomfattande manifestation där alla Sveriges SPF-föreningar skulle framträda offentligt under vecka 37. Förbundet stod då för diverse informationsmaterial. Efter ytterligare ett år tappade förbundet intresset men Håboföreningen har fortsatt med att söka kontakt med allmänheten en dag i september varje år.

Onsdagen den 23 september hade marknadskommittén, under Olle Arling, satt upp en monter just innanför övre entrén i Bålsta Centrum. Det var ju ett strategiskt val ty där passerar en stor del av Håbos seniorer på väg till ICAs rabattdag. I montern kunde intresserade få all viktig information om SPF Seniorerna samt såldes det mängder av lotter. De flesta tyvärr nitlotter.

Sverker Jonasson





Årets julkort 2015

Lions Club Bålsta

Det 18:e i följd sedan starten 1998

Vi erbjuder nu årets Julkortsletter med nytt motiv skapat av Lasse Åberg. Korten skickas som en jul- och nyårshälsning, men är också lottsedlar som ger mottagarna fina vinstchanser.



Motiv skapat av
Lasse Åberg

Hare i vinterdräkt

Korten kostar 20 kr/st inklusive kuvert. Om du beställer minst 10 ex får du leverans i brevlådan runt 1:a advent och automatisk vinstbevakning vid dragningen den 11 januari 2016. Du kan beställa redan nu via e-post: julkort@balsta.lions.se



Vi vill också påminna om vår traditionella julmarknad i Bålsta Centrum.
Den äger rum lördag-söndag 2:a advent, 5-6 december. Välkomna!



Vi hoppas att du vill stödja vår ideella verksamhet, där hela nettot oavkortat går till lokala, nationella och internationella hjälpinsatser.

All klubbadministration betalas av medlemsavgifter



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 och post.
Dra ditt ICA-kort i kassan för att erhålla rabatten.

Varmt välkommen
önskar Krister med personal

ICA KVANTUM
Bålsta Centrum
Din färskvarubutik

Öppet 7 - 22 • www.kvantumbalsta.se • 0171 - 414 880



www.facebook.com/ickvantumbalsta



Olavis Kiropraktik

Medlem i KFS

Olavi Pääkkö, leg. kiropraktor
Stockholmsvägen 111 (Scalahuset)
746 32 Bålsta
Telefon 0171-569 69 Fax 0171-584 50

KLIPPHÖRNAN
HERR & DAM

Vänersborgsvägen 1, Bålsta
Telefon 0171-512 38



Anki & Birgitta



**SEHMANS DÄCK
OCH SERVICE**

Nu i centrala lokaler med butik Sjövägen 4.
(Bakom Smådjursveterinärerna)

**40-45% RABATT
VID KÖP AV 4 DÄCK**

& 2 stycken WIPERS torkarblad ingår.

Montering

Balansering

Reparation

Däckhotell
fr. 650:-
Inkl. skifte, tvätt av
däck & förvaring.

Öppet måndag - torsdag 10-18.
Ring och boka för andra tider!

0736-26 17 54

www.sehmansentreprenad.se



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

colorama
BÅLSTA FÄRGHANDEL

Stockholmsvägen 85 Bålsta. Telefon 0171-500 33
Öppettider: Måndag - fredag 9.00 - 18.00,
lördag - söndag 10.00 - 14.00
Välkomna önskar Jill, Harry & David.
balsta@colorama.se • www.colorama.se

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!

GoFix:it
Datorer & Service

**Kom med din dator
för gratis rådgivning
och snabbkontroll!**

DROP-IN

Må, To 6:30-18
Ti, On 9-17
Fredag 9-15
Lördag 11-14

Nya, kraftfulla datorer till lågpris!

0171-667720

Mjöd. 6, Draget

**10% rabatt på tjänster vid
uppvisande av SPF-kort!**

ADEMISO AB CATERING

Matlåda (husmanskost)
hemkört & klart!

SPF:are 10 % rabatt.

Vi hjälper er med bufféer
(kalla & varma), smörgåstårter,
pajer, sallader med mera.

Beställ broschyr!

ADEMISO AB Catering
Industrivägen 18, 746 40 Bålsta
Telefonnummer: 0171-558 48
Mail: info@ademso.se
Hemsida: www.ademso.se



Bista Bil & Motor AB
Helgövägen 1 Telefon: 0171-57000

Allbilverkstad
Däck service
SAAB-Parts
Reservdelar
Anslutna till MECA
M CA

10% rabatt på arbete vid
uppvisande av SPF-medlemskort.

Medlemmar i SPF Håbo har ALLTID RABATT:

300 kr på samtliga flerdagsresor

JULMARKNADSRESOR

Lübeck 3 d fre 27/11, 4/12
3d. 2.890 inkl. bussresa, båtresa
TT-line Trelleborg-Travemündet/r,
plats i 2-bädds insideshytt, två
frukost, två middag, shopping

Göteborg Jul på Liseberg
lö 28/11 2d. 1.890 inkl. buss-
resa, hotell, en frukost, entré Jul
på Liseberg, rundtur Göteborg

JUL i KRAKOW
Flyg Arlanda-Krakow t/r
Julkrubborna i Krakow
fre 4/12 5d. 5.590 inkl flyg från
Arlanda, hotell, frukost

Hamburg Bremen 4 d
to 26/11 4d. 3.890 inkl.
bussresa, hotell, tre frukost, tre
middag, julmarknad i Hamburg,
Bremen, Lübeck, shopping

Köpenhamn fre 27/11
3d. 2.690 inkl. bussresa, hotell,
två frukost, entré julmarknad Tivoli

JUL i PRAG
Flyg Arlanda-Prag t/r
Gamla stans julmarknad
bryggeribesök stadsrundtur
fre 4/12 4d. 4.990 inkl flyg från
Arlanda, hotell, frukost

Härliga resor i JANUARI

Kyssning DUBAI 10/1 11d.
med Royal Caribbean 16.900

ANDALUSIEN 28/1 8d. 5.990
flygresor, 7 nätter, frukost och mid-
dag. Utflykter Gibraltar, Sevilla

Bokn./uppl.: 0171-356 63
må-fre 10.00-12.00 och 13.00-17.30
epost: info@nordsydresor.se

NORD SYD RESOR
NORD SYD FLYG OCH BUSS AB

50 kr på teaterresor

Björn Skifs Göta Lejon 2016	ti 12/1	ti 15/3	945
Ladykillers Oscars	to 19/11		795
Jersey Boys China	to 12/11		995
Inkl.: bussresa, teaterbiljett-parkett, busskaffe, smörgås			
Hjalmars Drömrevy, Örebro	lö 5/12		1.095
Inkl.: bussresa, middag, teaterbiljett-parkett, busskaffe, smörgås.			

Aktuella resor våren 2016

24/3	7d	PÅSK i Prag och Berlin
25/3	6d	PÅSK i Goslar Harz - ånglokståg Brocken
19/4	7d	HOLLAND Blomsterkarnevalen
21/4	6d	HOLLAND Blomsterkarnevalen
20/4	9d	Wien Budapest Bratislava Prag
1/5	6d	Två öar BORNHOLM och RÜGEN
6/5	6d	Flyg t/r Vår i Sorrento Amalfi Capri Rom
12/5	12d	England och IRLAND - den gröna ön
13/4	5d	ISLAND - den mytomspunna ön
21/5	8d	Bodensjön MAINAU Alsace

ALLTID påstigning BÅLSTA Enköping
www.nordsydresor.se

Läs om resor/boka på:

Skrivarcirkeln

Våren 2015 startade Gunnel Ferm en grupp för oss som vill berätta för våra barn och barnbarn om vår uppväxt, eller kanske tidigare generationers liv och leverne. Vi presenterar några av våra alster i Medlemsforum och fortsätter här med berättelsen om Marjo Henrikssons barndom på 40-talet.



I oljelampans gulaktiga sken 1947

Vi bodde på landet i byn Koitti i Hartola (Gustav Adolfs), en socken i östra Tavastland. Det fanns några hus utefter vägen, men folk rörde sig inte speciellt mycket ute. Det fanns ju inget att köpa i den närliggande affären heller efter kriget. Förmodligen hade man pengar men de var i så fall inte mycket till nytta. Inte pratade de vuxna om pengar heller. Mamma kunde någon gång få köpa tyger och annat "under disk", för hon hade varit postfröken och affärsbiträde där innan vårt hus byggdes och innan vi fanns.



Anni Henriksson med ettåriga Marjo

Mamma var döpt till Anna men hon kallade sig för Anni för hon tyckte att det lät snällare. Från vinden hade hon hämtat innanfönster, vilka alltid sattes på i september och togs av i maj. September var en viktig månad, för då började skolan, potatisen skulle tas upp, grönsaker skördas och bär och svamp plockas. Skolorna stängde för en vecka för s.k. "potatislov". Barnen var en viktig arbetskraft i familjerna. Utan skulle Finland inte kunna återhämta sig efter krigets härjningar. Det gällde att hjälpa till med allt. Till skolköket skulle varje elev lämna några liter lingon på hösten. Lingongröt fanns på skolmatsedeln rätt ofta i folkskolan.

Recept:

Koka vatten, vispa in grovt rågmjöl, låt koka upp och sjuda ca 50 minuter.

Lägg till socker och en nypa salt.

Stöt ihop lingon med socker och blanda i, koka 10 minuter. Vispa eventuellt.

Färdigt. Avnjut med mjölk.

Att ta sig till utedasset var ett äventyr varje gång. Den argsinta tuppen på gården verkade ha koll på de tio hönorna. Den trodde förmodligen att vi barn tillhörde den skaran också. Den kände att vi var rädda och flaxade med vingarna för att visa vem som var herre i huset. Den finska spetsunden Peni uppförde sig likadant och försökte hålla oss barn i tukt. Tänk om pappa ändå hade varit hemma! Men det var han ju inte och ingen visste när han skulle komma från krigssjukhuset. Dessutom bodde en illerfamilj under uthuset, som rymde bastun, vedlidret och utedasset. Illrarna är riktiga vilddjur, liknar katter men är smalare och "rinner" hastigt iväg. De har starka tänder och dödar sitt byte, fast jag nog visste att de egentligen jagade smådjur. De var skygga och gömde sig oftast för oss men vi var vettskrämda av att veta att de bodde där!

Peni bet mig i foten i 1,5 års ålder, har mina föräldrar berättat. Foten svullnade och det blev blodförgiftning. Mamma stoppade en lastbil på landsvägen och vi for till sjukhuset. När jag opererades utan bedövning, fick hon hålla i mig för att läkaren inte skulle få del av mina sparkar. Och som jag skrek! Peni förstod säkert ingenting, men efter den här händelsen har jag varit hundrädd. Efteråt fortsatte den att jaga oss. Jag undvek hunden och vistades inne när den var ute. Kom den in, gick jag ut. Hunden bestämde över mig.

Grannarna hälsade på varandra ibland för att låna socker eller mjöl. Råkade man ha äkta kaffe eller socker istället för surrogatkaffe och sackarin, bjöd man på det men jag lärde mig snabbt hur ritualen går till:

"Ja, Hilda, varsågod och ta en kopp till. Det finns lite mer i kannan." "Nejdå, inte ska jag ta mera, tack så mycket." Ögonspelet avslöjade dock vad Hilda önskade. Barn var inte dumma på den tiden heller. Man förväntades helt enkelt att tacka nej hur gärna man än ville ha

mer. Det var viktigt att visa den väluppfostrade sidan. Jag tog till mig detta beteende och fick med tårar i ögonen backa en gång när damen på telegrafan bjöd på karameller. De var så ovanligt goda, sa hon.

På vintern tittade vi ut genom de dubbla fönstren. Man såg knappast något för isblommorna som bildats på glasrutorna. Isblommorna var så sirliga och vackra. Att titta på dem satte fantasin i rörelse. Vi tre flickor i åldern tre till sex år år tittade ut och väntade på att något skulle hända. Men det hände absolut ingenting.



Systrarna 1946: Mirja 1, Marjo 3,5 och Maila 5 år 1947

Vi fick hjälpa vår mor ibland. Hon försörjde familjen. Barnbidrag började betalas ut i Finland först 1948, varför alla fick hitta på sitt eget sätt att försörja sig och sina familjer. Hon var en otroligt skicklig hemsömmerska och hade fina damer som kunder. De kom tillbaka upprepade gånger med sina tyger. Vid måttagning eller provning hade hon knappålar i munnen och måttband om halsen. Behövde hon ta in eller släppa lite någonstans, fanns verktygen nära till hands. Måtten: midja, höft, armlängd, kjol – skrev hon upp i en speciell bok. Böckerna blev många under åren. Mamma sydde även alla kläder för oss i familjen. Eftersom hennes symaskin inte hade zick-zack-sömn fick vi flickor redan tidigt lära oss att med nål och tråd ”kasta över” sömmarna på avigsidan. I hennes vävstol föddes även dukar, gardiner och handdukar till familjens behov. På sommaren odlade hon tomater, gurka, morötter och ärter. Och potatis, förstås. Det var det viktigaste. Jag minns att vi satt på små, låga pallar när vi arbetade i oljelam-

pans sken. Mamma satt på sin egen pall högre upp framför symaskinen och trampade på den. Rak i ryggen satt hon och nynnade på tidstypiska, vemodiga melodier som ”Livet i löpgraven”. Jag lärde melodierna och texterna utantill och kan dem fortfarande.

Ibland hörde vi zigenarnas hästkärra fullpackad med barn passera. Kärran knarrade och lät när den körde på vägen, som var ojämn av trädens rötter. Den var säkert gammal och försedd med hjul av trä men trots allt fullastad. Familjen hade sin hemvist längst bort i skogen. Dit vågade vi inte gå. En gång hade zigenar-Ida, den äldsta damen med en stor, svart sammetskjol med många fickor, varnat oss. ”Tittar ni på oss, får ni vårtor i ögonen.” Vi sneglade bara på dem försiktigt från ögonvrån. Vem ville ha vårtor i ögonen? Till mina tidiga minnen hör även att vår brunn frös till under de extremt kalla vintrarna efter kriget. Till köket hämtades en balja med snö, som fick tina upp och bli vatten.

Fantasin hade inga gränser trots avsaknad av leksaker. Trasdockan Maija var vår enda leksak. På somrarna hittade vi på en mängd lekar. En närliggande skog med höga, majestätiska granar bjöd på en mystisk, dunkel lekplats. Där samlade vi grankottar som blev kossor, försåg dem med ben och lekte sjukhus. Kossorna, som var patienter, fick ligga på den mjuka mossan, där vi också låg. Till sist tillfrisknade kossorna. Blålera som vi grävde fram med skedar fick bli figurer och torka i solen. Vi lekte även affär eller ordnade kaffekalas med spruckna kaffekoppar. På vintern åkte vi kana på en bit papp.



Toivo Henriksson på krigssjukhuset försöker lyfta vänster arm

Äntligen skolan!

Mamma hade lärt oss att läsa, räkna och skriva i 5-årsåldern. Vi hade ju inte så mycket annat att göra heller, tyckte hon. Hon insåg att våra möjligheter på landet skulle vara obefintliga utan kunskaper i tidig ålder. Min syster Maila fick börja skolan 1947 och jag 1949. Vi hade tre kilometers väg genom skogen till Riihiniemi-byskolan. Där satt alla klasserna i samma klassrum tillsammans förutom småskolan, klass 1 och 2. Fortsättningsklassen, klass 7, hade sina lektioner efter våra, då ett klassrum blev ledigt. Betyg fick vi från första början två gånger per år. Sämst var fyra (icke godkänt) och bäst 10 (svårt att nå förutom i uppförande). Föräldrarna fick skriva under i betygsboken. Skolan började alltid den 1 september och slutade den 31 maj. På lördagar slutade skolan tidigare, klockan 13.

Skolvägen var 3 km men det behövdes en timme att gå. Maila gick tillsammans med grannens jämnåriga Mirja innan jag började. Vi väntade in barnen som bodde längs vägen och kom till skolan samtidigt. Pojkarna gömde sig och skrämde oss flickor på hemvägen. Vi var inte vana vid pojkarnas busiga lekar. Mamma fick komma och ta pojkarna i örat. De fick be om ursäkt och det hjälpte. När vintern nalkades, behövde vi varma vinterskor. Då hämtade mamma från vinden något som såg ut som en gammal, brun överrock. Den förvandlades till "vinterskor" till oss. Snörning och filtsulor fick de och vi klarade oss även denna gång. Det viktigaste i skolan var att kunna sitta still. Man skulle räcka upp handen om man kunde svara på lärarinnans frågor. Det var inte tillåtet att prata på lektionerna. Enkelt uttryckt skulle barn bara svara när de blev tillfrågade. På rasterna spelade vi boll, hoppade rep och tävlade i höjd- och längdhoppning på skolgården. Jag minns att det alltid var en tävling på gång både i skolan och även hemma syskonen emellan. Vem hoppar högst, springer snabbast, doppar sig i sjön tidigast på våren?

Min tidigaste skolgång, 1949-50 i Hartola, har inte lämnat mycket minnen. Antagligen hände inte mycket under det året. Min vänsterhänthet var ett minne blott. Mamma hade envist tränat mig på att använda högerhanden.

Hon hade alltid motat bort min vänsterhand och pekat på högerhanden som jag skulle använda istället. Kulspetspennan var inte uppfunnen ännu. Att skriva med blyerts skulle gå an, men hur skulle det se ut om vänsterhanden suddade bort de med bläck nyskrivna raderna som inte torkat ännu! På varje pulpet av trä fanns sittplats, pulpetlåda och lock för två elever. På varje pulpetlock fanns ett bläckhorn i sin fördjupning. Ett metallstift sattes på ett pennskaft och doppades i bläcket. När stiftet blev spretigt, gav läraren ett nytt.

Flytten

En augustimorgon 1950 lyste solen klarare än förut. Gräsets gröna färg var intensivare än någonsin tidigare. Tuppen var mera argsint än förut. Hela vårt bohag var packat i lådor och låg ute på gården. Idag skulle hela livet förändras. Jag visste bara inte på vilket sätt. Vi väntade att grannen skulle komma och meddela att pappa skulle komma till telefon, eftersom vi inte hade en egen.

Pappa fick sitt samtal och snart kom en lastbil för att hämta vårt flyttlass. Vi "stora flickor" fick sitta på flaket medan mamma, pappa och Mirja satt inne hos chauffören. Färden gick till Mikkeli (St. Michel), i Savolax län, dit det var cirka nio mil. Vi hade sålt huset till ingenjörsfamiljen Valasmo från Helsingfors, som under två somrar hyrt en del av huset som sommarvärdar och kände nu att de ville köpa det. Det var en barnfamilj med tre flickor. Tuppen, hunden och illrarna, ja, allt, blev kvar och det var med blandade känslor.

Vi närmade oss Mikkeli, som också ligger i södra Finland ganska rakt österut från Hartola på ett avstånd av 9 mil. Vid avfarten till Rantakylä (Strandbyn), cirka 0,5 mil söder om staden, svängde lastbilen in på en gata som hette Kauppatie (Affärsgatan). Bakom en affär i gathörnet låg ett litet, vitrappat hus med två våningar. Här skulle vi bo. I huset fanns en del möbler, pastellgröna, hemska möbler. Vi bar in våra egna möbler i huset också. Allting kändes fel, så väldigt fel. Hade jag blivit tillfrågad, skulle jag aldrig kunna bo här, eftersom varje möbel var på fel ställe. Inte alls som det hade varit förut. Allting var fel.

Nästa morgon började skolan, och jag skulle gå i andra klass. Mamma följde Maila och mig till skolan, som fanns i den vackra f.d. herrgården Sokkala. Det var bara två kilometer längs en ekallé – väldigt sällsynt på våra breddgrader – och vägen gick ganska rakt, minns jag. Jag skulle gå ensam hem, eftersom Maila, som redan gick i



Marjo 1953

fjärde klass, skulle sluta senare. Men var bodde vi egentligen? Jag strövade på vägarna kors och tvärs och visste inte riktigt vilket hus som vi flyttat till dagen innan. Till sist knackade jag på dörren till ett hus med gråten i halset och bad om hjälp. Fru Laine visste att en familj med tre flickor hade flyttat in på nästa gata. Deras dotter Seija fick följa med mig hem. Vi blev kompisar och har bevarat vänskapen i alla år. Min lärare hette Hilja Pulkki och var en äldre dam. I de högre klasserna undervisade Agnes och hennes man Tauno Häkli. Paret bodde även i herrgården. Tauno var mörkhårig och snygg som Clark Cable och målade tavlor på fritiden. De ansågs vara mycket bra lärare. Här gick jag tvåan, trean och fyran. Betygen skevs i samma betygsbok som jag fått i Hartola.

En morgon i februari 1951 såg mamma väldigt annorlunda, upphetsad ut. Kinderna brann röda och jag trodde förstås att hon drömt om något speciellt. Vid hemkomsten låg hon i sängen med ett litet barn vid sidan. Jag hade fått en bror! Hon hade inte sagt något om det i förväg. Pojken fick heta Jukka (Joakim). Barnmorskan hade kommit direkt efter att Maila och jag hade gått till skolan. Pappa satt och ritade med lillasystern Mirja medan mamma födde i rummet bredvid.

Pappa fortsatte med sitt jobb som skogsmästare på Viiala Oy körandes sin himmelsblå motorcykel Douglas. Jag minns att han stoppade sina stövlar fulla med tidningspapper, vilket enligt honom var varmare än alla möjliga ullsockor. Ryggen tog stryk trots fårskinnspäls. Jag minns den skarpa lukten av liniment, som ständigt svävade i luften. Ibland bad han oss

barn att trampa på sin rygg med våra små fötter för att få lindring i sin smärta. Någon gång provade pappa på ”koppning” också. Koppargumman gjorde små kryss i pappas rygg i bastun, varefter hon sög upp blodet – det dåliga blodet – med kohorn och spottade sedan bort det. Det var inte direkt barntillåtet att se på, men vi hittade på ett bra gömställe och blev vittnen till den märkliga proceduren. Mamma fortsatte som hemsömmerska. Vi barn lekte och idrottade på gatan med andra barn och när de olympiska spelen skulle hållas i Helsingfors 1952, tränade vi längd- och höjdhopp samt sprang 60 meter för att jämföra våra rekord med riktiga idrottsmän och -kvinnor. Populära leksaker var även styltorna, som pappa tillverkat för oss.

Åren gick och Maila började i flicklyséet i Mikkeli 1951 när jag gick i trean i folkskolan. Hon cyklade för det mesta men åkte buss ibland och det hände att hon gick de fem kilometrarna till skolan i Mikkeli emellanåt. Efter de fyra folkskoleklasserna sökte jag också till samma läroverk och kom in för att börja på hösten 1953. Det var olika lärare i alla ämnen. Vi fick även lära oss svenska. Det var så kul. Som lärare hade vi den ”förtjusande” Rauni Virtanen, som filade på sina naglar på lektionerna. Alla fick bra betyg. Jag hade aldrig väntat mig att svenska skulle vara likt finska, vilket var nu bekräftat. Att läsa grammatik, böja verb och substantiv var som gjort för mig. I tvåan i flicklyséet skulle vi läsa tyska!

Sommaren 1953 blev vi riktiga stadsbor. Vi hade köpt en tomt i Mikkeli, ca 1,5 km norr om centrum, och på den skulle vi bygga ett tvåfamiljshus. Villkoren för att få statliga, billiga lån var att vi skulle ha minst fyra barn, pappan



Kalliokatu (Bergsgatan) 4, byggt 1953

skulle varit vid fronten och vi skulle upplåta övervåningen till en annan familj. Bostadsbristen var skriande hög. Vi uppfyllde alla kriterierna för att bygga och började gräva. Douglas, vår motorcykel, lastades med pappa som körde, mormor, Mirja och någon enstaka plankor som fick följa med i ekipaget. Maila och jag cyklade till bygget. Mamma åkte buss med lillebror Jukka. Jag minns att vi grävde grunden med spadar och forslade bort sanden med hinkar. När mörkret föll, åkte vi tillbaka till hemmet i Rantakylä.

Huset stod någorlunda färdigt till hösten. Det hade tre våningar: I källarvåningen fanns garage, pannrum med ved, vedlider, vedbastu och omklädningsrum samt två matkällare. I entréplanet ett stort kök, ett stort rum och två mindre, toalett, hall och glasveranda. Vi hade elektrisk ljus, rinnande, kallt vatten från egen brunn till att börja med. I köket fanns en vedspis för matlagning. Inget kylskåp fanns, utan maten förvarades i källartrappan, där det var svalt. Känsligare matvaror hängde i rep i brunnen och vid behov hissades de upp och ner. Övervåningen bestod av ett stort kök, en toalett, ett stort rum, balkong och vindsutrymmen. En egen trappa och en egen ytterdörr ledde till tomten. Samtidigt hade övervåningen kontakt med källartrappan för att hyresgästerna skulle kunna gå till bastun utan att behöva gå ut. Huset byggdes av en byggmästare och en medhjälpare. Pappa arbetade också med bygget. Han hade gott om tid, för han hade fått sluta på Viiala Oy efter att ha gett löften till skogsägarna som bolaget inte stod bakom.

Maila och jag gick till läroverket 1,5 km med smörgåsar och mjölk som matsäck. Mirja började i klass ett i den närliggande Urpola folk-

skola. Mamma och pappa köpte en liten kolonialvaruaffär i stan för att "träna". Senare skulle de ha två större affärslokaler. Jag gick ofta dit efter skolan och minns speciellt säcken på golvet med välsmakande jordnötter. Nu när både mamma och pappa arbetade i affären, bodde mormor hos oss och tog hand om lillebror Jukka. Hon hade också lånat pengar till oss och fick ett eget rum i huset. Under sommarlovet skulle varje elev samla in 30 växter, pressa dem och sätta fast dem sedan på vita pappersark. På en speciell etikett skulle skrivas bl.a. växtens vetenskapliga namn, datum och växtplats. Maila och jag hade våra "växtpress" på garagegolvet.

Under skoltiden var livet enkelt och bekymmerslöst. Auktoriteterna var många. Det var bäst att lyda.

Marjo Henriksson



Mikkeli (St. Michel) är belägen 22 mil nordöst från Helsinki (Helsingfors)

Hartola (Gustav Afolfs) ligger 9 mil sydväst om Mikkeli, m.a.o. 4 mil norr om Lahti (Lahtis) på väg mot Jyväskylä, men syns inte på kartan.

Rapport från KPR (Kommunala Pensionsrådet)

Vi har nu haft höstens första KPR-möte. Vi är många ledamöter i detta råd. Vi är 2 st från SPF, 2 st från PRO, 1 från Bålsta finska förening, 1 från anhörigföreningen, kommunstyrelsens ordförande samt vård- och omsorgs-nämndens ordförande. 6 st ersättare samt denna gång 6 st tjänstemän.

Som framgår av ovanstående är vi en stor skara vid dessa möten.

Vi fick dessutom information av bl.a. kansli-
chefen och tf. kommundirektören.

Socialchefen informerade om att hemtjänsten och demensteamet har flyttat in i lokalerna i A-huset, vilket ger personalen möjlighet till tvätt, dusch och omklädningsrum.

Vi har ju tidigare hävdat att A-huset skulle vara till för korttidsplatser vilket då avfärdades med att det inte fanns något behov.

Fråga ställs om hur man definierar behovet av korttidsplatser och om man inte bör kunna förutse dessa på förhand för bättre planering. Socialchefen informerar om att kommunen i sina beräkningar tar hänsyn till att antalet blir allt fler, men också att beläggningen varierar från vecka till vecka och att det därför är svårt att förutse behovet.

Vi pratade om korttidsboende vad beträffar avlösning på helger, exempelvis en helg (48 timmar) var åttonde vecka, då detta bättre skulle avlasta de anhöriga, samt att pensionsrådet önskar att frågan tas upp i nämnd och utreds.

Ledamöterna i KPR skall ha en utbildningsdag i november.

Vi informerades också om: Tekniska hjälpmedel, Biståndsbedömd dagverksamhet, Skeppets lokaler och Kalmarviken.

Detta är en sammanfattning av höstens första KPR-möte.

Yvonne Lindström

Nya datacirklar

Måndag 8.30 - 11.00. Fotografering och bildredigering. 11.00 - 13.00 Fotografering utomhus.

Beroende av väder och vilket "tema" vi valt utnyttjar vi tiden olika. Det går att komma och delta vilken dag i terminen man vill. Förkunskaper är bra men inget behov. Systemkamera är bra, med mobiltelefon funkar det. Egen Laptop är bra men inte nödvändig.

Tisdag 8.30 - 11.00. Datoranvändning och övrig IT-utrustning som mobiltelefon och Padda. Oberoende operativsystem, Windows - Linux - Mac. "Bekväm Säker IT". Du bör ha använt tangentbord och mus. I övrigt har du troligen problem med sådant som andra har, och vi tittar på det tillsammans och finner ett sätt som "alltid är lätt att komma ihåg". Du är välkommen när du vill i terminen. Det finns inget slut eller början, ämnet fylls hela tiden på med något.

Ledare Hans Linde telefon 0171-51131 alternativt 073-7581515.

PS

Det finns platser kvar i vår konstcirkel där deltagarna själva målar.

Förutom att måla förs givande samtal om konst och utövande av målning.

Gruppen träffas på Mannsängstorg tisdagar 13.00 - 15.30

Kontakta Margareta Rudberg på telefon 0171-562 08.

De flesta cirklarna helt utan avgifter för deltagarna.

Studiecirklar:	Dag och tid:	Anmälan:
Teatergrupp Är du intresserad kontakta Kerstin Adestedt 0171-579 79 eller 070-346 08 90. Alternativt kerstin.adedstedt@gmail.com	Vill du vara med och spela teater?	
Koll på läkemedel/användning Roza Babec	Lämpliga/olämpliga läkemedel. Start 8/9 t.o.m. 17/11. Tisdagar udda veckor 10.00-12.00	018-38 64 78
Passion för livet Roza Babec	Bästa möjliga liv hela livet. Start 1/9 t.o.m. 10/11. Tisdagar jämna veckor 10.00-12.00	018-38 64 78
Plocka rätt svamp Kristia Winroth	Vi lär oss mer om våra svampar Start 24/8 10.00. Följande bestäms av gruppen.	072-312 00 80
Målning Margareta Rudberg	En konstgrupp som träffas och målar. Start 29/9 t.o.m. 2/12, tisdagar 13.00-15.30. Lokal Mansängstorg.	0171-562 08
Fransk konversation Staffan Wöhrne	Start 30/9 t.o.m. 9/12. Jämna veckor 9.00-11.00 Håll språket levande. Ej nybörjargrupp.	070-287 22 50 0171-577 90
Konstcirkel Olof Bentz/Sverker Jonasson	Fredag 18/9, 2/10, 16/10, 30/10 kl. 14.00-16.00 Olof, bildlärare & konstnär leder oss.	0171-595 69
Disgen Gert Lidö	En grundkurs i släktforskningsprogrammet. Onsdagar 23 september t.o.m. 16 december Kl. 9.00-11.30.	0171-545 64
Vinkunskap Göran Ohlsson	Gemensamt förnyar vi vår kunskap om viner. Återkommer till våren. goeran.ohlsson@telia.com. Materialkostnad.	0171-517 64 070-349 19 17
EU, studiecirkel i 7 delar Håkan Welin	Tisdagar 13.00-15.00. Start 15 september t.o.m. 27 oktober.	0171-44 86 35 070-469 93 44
Må bra i knopp och kropp Gun-Britt Renefalk	Samtal om livet. Start 1 september t.o.m. 8 december. Tisdagar jämna veckor kl. 10.00-12.00	0171-56 11 7
Litteratur "Vi läser deckare" Gunnel Ferm	7 september t.o.m. 17 november. Tisdagar udda veckor 13.00-15.00	0730-46 47 21 076-791 55 70
Skrivarcirkel Gunnel Ferm	Start 15/9 t.o.m. 24/11 kl. 13.00-15.00 Tisdagar jämna veckor.	0730-46 47 21 076-791 55 70
Tyda gamla texter, fortsättning Inger Kölestam	3 september t.o.m. 26 november. Torsdagar jämna veckor 8.30-11.00	0171-595 63
Vi hjälps åt att tyda gamla texter, t.ex. kyrkböcker. Cirkeln mycket lämplig för alla släktforskare.		

Studiecirklar:

Snacka om nyheter
Else Coster

Sånggruppen Duromoll
Hans Svennberg

Historia
Ulf Weinberg

Litteratur
Ulf Weinberg

Engelska
Brian Turner

Redaktionscirkeln
Barbro Larsson

Släktforskning nybörjare/fortsättning
Catharina Josefsson
Inger Kölestam

Nybörjare/fortsättning:

Släktforskning grupp 1
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 2
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 3
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 4
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 5
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 6
Sven-Erik Svensson

Data för noveller
Olle Atling

Trafikkunskap 65+
Bengt Olof Olsson

Våra fordon, gamla som nya
Bengt Olof Olsson. bolov.ol@telia.com

Knyppling
Ella Andersson

Hantverk
Svea Sahlén

Busk- & trädbeskrifning
Robin Welch

Män i köket "på egen hand"
Bo Lundgren

Föreningskunskap
Håkan Jonsson

Geocaching
Ingemar Persson

Lär dig spela gitarr
Bo Lundgren

Sociala medier
Lennart Carlsson

Dag och tid:

31 augusti t.o.m. 7 december.
Måndagar kl. 14.00-16.00. Jämna veckor.

Start 10 september.
Torsdagar 10.00-12.00

8 september t.o.m. 1 december.
Tisdagar ojämbna veckor kl. 10.00-12.00

9 september t.o.m. 2 december.
Onsdagar ojämbna veckor kl. 10.00-12.15

1 oktober t.o.m. 3 december.
Torsdagar kl. 10.00-12.00.

Start 22 juli. Åbyvägen 28.
Onsdagar jämna veckor kl. 10.00-12.15

10 september t.o.m. 3 december.
Torsdagar ojämbna veckor 8.30-11.00.

28 augusti t.o.m. 4 december.
Fredagar ojämbna veckor 8.30-11.00.

4 september t.o.m. 11 december.
Fredagar jämna veckor 8.30-11.00

28 augusti t.o.m. 4 december.
Fredagar ojämbna veckor 11.30-14.00.

4 september t.o.m. 11 december.
Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.

28 augusti t.o.m. 4 december.
Fredagar ojämbna veckor 14.30-17.00.

4 september t.o.m. 11 december.
Fredagar jämna veckor 14.30-17.00.

10 september t.o.m. 3 december.
Torsdagar kl. 14.30-17.00.

Återkommer till våren.

Vad vi har haft & kanske har kvar i garaget.
Kl. 14.00-16.00. 7/9, 5/10, 2/11, 30/11.

18 september t.o.m. 4 december.
Fredagar 9.00-12.00. Materielkostnad.

25 september t.o.m. 4 december.
Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.

Start 15 september. Anmäl intresse.

9/9, 30/9, 21/10, 11/11, 2/12
Onsdagar kl. 17.00 - 21.00.

Vid intresse!
Anmälan till hc.jonsson@telia.com

Återkommer till våren.
Anmälan 017156549@telia.com

Start 7 september t.o.m. 14 december.
Måndagar 12.00 - 14.00

Återkommer till våren.

Anmälan:

0171-543 56

072-352 58 26

0171-592 84

0171-592 84

0171-557 61
070-574 12 24

0171-507 49

0171-548 80
0171-595 63

070-733 24 89

070-733 24 89

070-733 24 89

070-733 24 89

070-733 24 89

070-733 24 89

0171-515 80

0171-510 61

0171-510 61

0171-593 86

0171-542 19

070-728 79 13

0171-594 12

0171-516 30

0171-565 49

0171-594 12

0171-548 59
070-569 75 74

Fysiska aktiviteter:	Dag och tid:	Anmälan:
Rullstolspromenader Fernando Mena Gustav Körner	Pomona onsdagar ojämn veckor kl. 10.30.	0171-574 84 0171-592 95
Qi gong på Skeppet Solveig Fredriksson kontaktperson	Start 15 september t.o.m 17 november. Tisdagar kl. 16.30 - 17.30. Avgift 450 kr för 10 gånger	0171-507 43
Seniordans på Skeppet Monica & Björn Källberg	Start 14 september t.o.m. 23 november. Måndagar 10.00 - 12.00.	0171-544 18
Vattengymnastik Birgitta Pettersson	Onsdagar: Långa personer 17.30-18.05, korta 18.10-18.45 Kostnad: 50 kronor/tillfälle.	0171-500 32
Stavgång vid Granåsen Solveig Fredriksson	Start 9 september. Onsdagar 9.00 - 10.30	0171-507 43
Bowling, 100 kr/gång. 10-kort 80 kr/gång, 20-kort 75 kr/gång Hans Rennér	Start 18/8 - 15/12, tisdagar. Grp 1, 9.40-10.55. Grp 2, 11.00-12.15. Grp 3, 12.20-13.35. Grp 4, 13.40-14.55.	0171-590 10
Bowling nybörjare Hans Renner	Anmäl intresse.	0171-590 10
Boule Medborgarhuset utomhus Ulla Carlsson	Start 5 maj - 15 september. Tisdagar klockan 10.00.	0171-46 71 06
Boule Skokloster Bygdegården Christer Ridderstråle	Tisdagar året om. Klockan 10.00 - 12.00.	018-38 60 62
Bangolf Maud Jägerfjäll	Kontakta Maud för närmare information.	0171-507 05
Shuffleboard Skeppet Britt-Marie Pettersson	Start 1 september t.o.m. 8 december. Tisdagar 18.00 - 20.00.	0171-46 77 56
Bordtennis Ulla Carlsson	Start 23 september t.o.m. 16 december. Onsdagar 09.00 - 10.30.	0171-46 71 06
Tennis Staffan Wohnr	Intresserad? Kontakta Staffan.	0171-577 90
Golf Brian Turner Leif Lindberg	Start 28 april. Tisdagar kl. 09.00. Avgift: Rangebollar, spel enl. gällande avgift. Sofielunds golfklubb.	0171-557 61 0171-507 74
Senior-Yoga Svea Sahlén	Start 24 september t.o.m. 3 december. Skeppet torsdagar klockan 08.30 - 10.00.	0171-542 19
Övrig verksamhet:	Dag och tid:	Anmälan:
Bridge Staffan Wohnr	Start 19 augusti t.o.m. 16 december. Onsdagar kl. 13.00 - 17.00.	0171-577 90
Övningsbridge Göran Ohlsson	Start 24 augusti t.o.m. 21 december. Måndagar kl. 14.00 - 17.00.	070-349 19 17 0171-571 64
Träslöjd på f.d. Träffen Olle Atling	Start 16 september t.o.m. 25 november. Onsdag 15.00-17.00. Ring gärna dagen före om intresse finns.	070-731 29 91
Bingo på Club Myran Anders Boström i samarbete med PRO	Start 19 augusti t.o.m. 2 december, kl. 10.00 - 13.00. Föreningarnas Hus.	0171-549 62
Vävning Ulla Gabrielsson	Start 28 augusti t.o.m. 10 december. 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 070-497 58 56 eller Gunilla Kjerrström 0171-565 96,
e-post medlemsregistret.spfhabo@bktv.nu

*Novemblemumret av Medlemsforum utkommer vecka 47 – manus **senast den 2 november.***

till Lars Hansson, Granelundsvägen 4, 746 34 Bålsta

Telefon 0171-509 87 Mobiltelefon 070-453 61 24

E-post: medlemsforum.spfhabo@bktv.nu

Tidningen sätts i Berling 12/14.4, rubriker i Optima 19.

SPF-Håbo hemsida: www.spfpension.se/habo

SPF-Uppsala distrikts hemsida: www.spfpension.se/uppsaladistriktet

SPF-Förbundet hemsida: www.spf.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: Yvonne Lindström, 070-583 69 17, yvonne@ylk.se