

MEDLEMSFORUM

för
SPF SENIORERNA HÅBO

Välkomna

till SPF Seniorerna Håbo månadsmöte
torsdag 26 november klockan 13.30.

Program:

Anna "Ladybird" Nygren spelar och sjunger.



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

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan



Styrelsen har ordet!

Lave Arnell

I november 2002 flyttade jag från Bro till Bålsta, jag flyttade till en liten behändig lägenhet med en härlig balkong i ett lugnt och grönt område. Jag arbetade redan då som biståndsbedömare i Håbo kommun. Det tog ett tag för mig att vänja mig vid den lilla orten, även om Bro knappast kan sägas vara annat än en ännu mindre ort. Det var härligt att kunna cykla eller promenera till arbetet och i Bålsta centrum fanns allt jag behövde och jag trivdes mycket bra med arbetet.

Efter flytten började jag resa igen och fram till pensioneringen hann jag göra många resor, framför allt i Europa. Jag reste både ensam och med goda vänner. Ibland bussresor med militärhistoriskt innehåll. 2006 fyllde jag 60, far hade gått bort 2003, men mor levde fortfarande, hon gick bort 2009. Jag funderade redan på pensioneringen när jag fyllde 60 och hade övervägt att försöka arbeta ytterligare ett år efter 65-årsdagen. Så blev det också.

Den 31 maj 2012 var min sista arbetsdag, då var jag 66. Jag kan inte neka till att det var en härlig känsla att lämna passerkort, nyckel och mobiltelefon för sista gången. Inte heller orade jag mig särskilt mycket över den s.k. fritiden. Lata, långa morgnar har jag alltid tyckt om. Och att verkligen råda över tiden (så långt det nu är möjligt) var underbart.

Jag hade bestämt mig för att inte engagera mig i något under resten av 2012. Några resor blev det och som en höjdpunkt var jag och några goda vänner i Berlin och vi var med om miraklet i Berlin, dvs. när Sverige utjämnade ett underläge från 0-4 till 4-4. Jag pratar om fotboll. Sedan var det dags att hitta något att fylla dagarna med, barn och barnbarn bor inte på orten, så de kunde inte uppta mina dagar.

Jag visste att jag ville sjunga i kör. En bekant till mig hade tipsat om SPF:s kör Duro-Moll och det avgjorde saken, den 1 januari 2013 blev jag medlem i SPF Håbo och gick med och fick komma med i kören omgående. Det är ett härligt gäng som sjunger varje torsdag. Även om jag ibland är seg och trött så är jag mycket piggare och nästan upprymd efter våra sångövningar. Inte blir det sämre heller för att vi då och då sjunger för publik. Körsång är för mig verkligen friskvård.

Snart upptäckte jag vilket enastående programutbud som föreningen har. Jag har provat på en del, bl.a. läst deckare och följt en EU-cirkel och nu i höst följer jag en kurs i fransk konversation. C'est formidable! Någon PUB-kväll har det blivit och något enstaka månadsmöte likaså.

Någon gång hösten 2014 blev jag tillfrågad om jag kunde tänka mig att vara med i styrelsen, jag sa ja, och vid årsmötet 2015 blev jag invald. Sedan dess har jag varit med om ett antal styrelsemöten och det har gått upp för mig vilket stort arbete styrelsen gör för att få föreningen att fungera. Nu alldeles nyligen var det en storlagen fest i samband med att föreningen fyllde 30 år. Styrelsen är också beroende av alla kommittéer som står för och ordnar alla skojiga och trevliga förströelser som medlemmarna kan ta del av. Och inte visste jag att det var så kul att sälja lotter!

Vad gör jag annars? Jag läser en del, tittar på TV och lyssnar på radio. Och så träffar jag vänner. Barnbarnen då? Jo, jag försöker hålla kontakt med dem också. Snart åker jag till Luleå för att träffa äldsta dottern och hennes familj. Det är inte så dumt att vara morfar, barnbarnen är inte lika kritiska som barnen och det är givande att följa deras utveckling och ta del av deras intressen och synpunkter.

Nu har jag ordat färdigt, snart dags för nästa styrelsemöte.

Lave



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

26 november: Anna "Ladybird" Nygren
spelar och sjunger.

Underhållning på Pomona torsdagar klockan 14.00

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



Hur glada och lyckliga är inte pessimisterna att det inte finns någon glädje.

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

Utvandrarna på Dramaten

onsdagen 23 mars 2016 klockan 19.00

Vilhelm Mobergs episka drama *Utvandrarna* handlar om den första vågen av utvandrare från ett kargt Sverige till ett Amerika som lockar med rykten om frihet och rika jordar.

Följ med på en dramatisering av berättelsen om Kristina, Karl Oskar, Robert, Arvid och Ulrika. Stina Ekblad och Rolf Lassgård spelar Kristina och Karl Oskar i Mats Eks kritikerrosade regi.

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



Avresa med buss från Bålsta gamla järnvägsstation klockan 17.00 med stopp vid Busstationen och Kalmar Livs. Återkomst ca. klockan 23.30

Kostnad: 490 kronor per person (540 för icke medlem) inkluderar föreställning och bussresa.

Välkommen med anmälan tisdag 24 november klockan 9.00 (gäller även mail) – fredag 4 december till Gert Lidö, telefon 545 64, e-post: gert.lido@telia.com

Icke medlemmar får medfölja i mån av plats.

Bekräftelse om plats lämnas samma dag som anmälan. Reseinformation med inbetalningskort skickas efter anmälan.

*Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

SPF-vandring på Kungsholmen

I mitten av september reste en grupp SPFare till Stockholm för att gå en tur på Kungsholmen. Efter det traditionella kaffet, idag på café Le Chef invid Centralen, gick vi över bron till Kungsholmen. Där fick vi veta om Kungsholmens historia och att ön tidigare kallades Munklägret eftersom det var ett sommarviste för franciskanermunkarna från Gråbrödraklostret på Riddarholmen. Munkarna fördrevs dock av Gustav Vasa. Så småningom byggdes sommarnöjen av adeln och Karl XI bytte då ut namnet mot Kungsholmen. Då uppfördes också kyrkan, som fick namnet Ulrik Eleonora efter kungens hustru, som dog mycket ung.

Vi gick upp till kyrkan och vidare till Piperska muren. Kungsholmen hade nu blivit trädgårdarnas stadsdel och den vackraste trädgården var den Piperska, avlagd av greve Karl Piper i slutet av 1600-talet. Han dog i kriget i början av 1700-talet och hans hustru fortsatte att utveckla trädgården med bl.a. orangerier och placerade ut urnor och skulpturer. Hon byggde också en hög mur runt alltsammans, den s.k. Piperska muren.

Mitt emot Piperska trädgården ligger Stockholms Rådhus, en vacker byggnad som inspirerats av Vadstena slott. Bakom Rådhuset ligger Polishuset och däremellan en trevlig och lummig park. Vid Kungsholms strand besöker vi bostadsområdet Grubbero, en oas där husen ringar in den fina parken. Där finns också kvar St. Eriks kapell, som står kvar efter St. Eriks sjukhus revs.



Inte så långt därifrån på Alströmergatan finns en judisk begravningsplats, Aronsberg. Där ligger Aaron Isaac, den första juden, som fick bosätta sig i Sverige utan att konvertera till kristendomen. Detta var i slutet av 1700-talet.

När det var dags för lunch begav vi oss ner till Kungsholms Strand och Harö krog, en ombyggd präm som ägs av föreningen Nordens ljus med medlemmar av olika yrken.

Efter lunch gick promenaden vidare upp till Kronobergsparken och vidare längs Hantverkargatan och mot Centralen för hemfärd efter en härlig promenad i skönt höstväder.

Text: Eva Lidö,

foto: Kent Magnusson och Gert Lidö



Vandring efter SGB-skytarna i Bålsta

Gissa om vi blev häpna när vi kom till järnaffären för att påbörja vår vandring längs Enköpingsvägen och Stockholmsvägen till Kalmarsands badplats. Det fanns ingen skylt vid järnaffären, bara en stolpe!

Det visade sig vid senare efterforskning att skylten blivit saboterad och var borttagen av kommun för reparation.

Vi hjälptes åt att minnas vad som kan ha funnits i denna del av Bålsta för länge sedan.

I vilket fall har skylten sett ut som visas på fotot nedan, kan tjäna som facit för de som var med på vandringen.

Många var bra pålästa och visste mycket tack vare egna minnen och en del hade kanske lite hjälp av de frågor och bilder som visades på PUB-kvällen några dagar innan vandringen.

Mycket är på gång efter den sträcka vi vandrade och mest syns det kanske vid den så kallade glastomten.



Håbohus har satt upp en web-kamera på ett av husen vid Källvägen så man kan lätt följa byggnationen från sin dator.

Prova gärna länken nedan!

<http://www.habohus.se/CM/Templates/Article/general.aspx?cmguid=ecdf20bc-6938-47bf-84d6-748a745e8d34>

Vi noterade att mitt emot denna tomt sker också en hel del. Många träd för att inte säga alla har sågats ned för att ge plats för något nybygge. Tidigare såg man knappast huset från vägen.

Vi fortsatte vår vandring och diskuterade länge hur det såg ut på Mansängen innan hyreshusen och alla villorna byggdes där.

Dagens ultimata mål var en god lunch på Kalmarsands restaurang. Tror de flesta valde rårakor med fläsk och lingonsylt. Det smakade riktigt gott. Kom ihåg ditt SPF-medlemskort om du skall äta lunch där. Lite rabatt får man nämligen!

Vill du studera skytarna hemma i lugn och ro kan du gå in på SGBs hemsida

(gamlabalsta.se) och ladda ner en beskrivning av alla skytlar.

Kent Magnusson



Historik över elljusspåren i Bålsta

Det första elljusspåret anlades på 1960-talet. Utgångspunkten var tennisbanan vid Ullevivägen. Sträckningen gick via Fagerdal, Sågarbacken upp mot Bålstaåsen. Grusbrytningen och senare villabebyggelse gjorde att elljusspåret försvann.

Granåsen hade under tiden blivit ett omtyckt område för friluftsliv. Friluftsförbundet i Bålsta tog därför initiativet att undersöka möjligheten för ett nytt motionsspår på Granåsen. Medlemmar rekognoserade terrängen och föreslog den nuvarande sträckningen av spåret. Spåret byggdes och något senare anlades elbelysning. Under årens lopp har Bålsta Skidklubb utfört förbättringar utefter spåret. Spårlängden är 2 000 meter.

Friluftsförbundet har under 50 år haft Granåsen som ett verksamhetsområde för olika friluftaktiviteter. Kvarnkojan var under många år föreningens klubbstuga. Många Bålstabarn har här fått sin första kontakt med friluftsliv genom förbundets olika aktiviteter.

Under många år har det vilat ett hot om grusexploatering men 1977 räddades Granåsen från grusexploatering tack vare att Håbo kommun löste in det för 4 miljoner kronor. Granåsens stora popularitet för friluftsliv har i princip tvingat fram ett bevarande av Granåsen och 2007 blev den ett kommunalt naturreservat. Granåsen utnyttjas intensivt av skolor, föreningar och den breda allmänheten för olika friluftaktiviteter.

Vibyskogen

Bålsta samhälle expanderade kraftigt under 1960-70 talet. Funderingar uppkom att anlägga ett motionsspår i södra delen av Bålsta. Ett lämpligt område för detta var Vibyskogen, som ägdes av Håbo kommun. Bålsta skidklubb åtog sig att undersöka och rekognosera terrängen för att åstadkomma ett så varierat och långt motionsspår som möjligt. Detta var 1985. Skidklubben arbetade fram en kartskiss över den planerade sträckningen. Den godkändes av Håbo kommun. Målsättningen var att erhålla optimala spår till så låg kostnad som möjligt. Spårlängderna är 1 400 meter, 3 470 och 5 000 meter av varierande svårighetsgrad.

Träden som stod i vägen för spåren avverkades genom Skogssällskapets försorg. Markarbeten bekostades av Håbo kommun och arbetet utfördes av KSB i Bålsta.

Stolpresning och belysning installerades av Bro-Bålsta Elverk. Jag var engagerad under hela anläggningstiden av spåret.

Något senare har ett MTB spår och en freesby bana tillkommit. I Vibyskogen och på Granåsen har skolorna ofta tillämpningsövningar i orientering samt undervisning i det fria.

En intressant iakttagelse i sammanhanget är att många år senare där markarbeten hade utförts har ett antal orkidéer etablerat sig. Enligt en inventering från 2011 har 266 Jungfru Maria Nycklar och 25 Nattviol observerats. Tack vare markskador och störningar i samband med byggande av motionsspåren har en biologisk mångfald tillkommit.

Bålstaåsen är ett närbeläget och mycket omtyckt och frekventerat friluftsområde. Här saknas ett elljusspår, kanske att på sikt finns förutsättningar för det?

Motionsspåren betyder mycket för människors välbefinnande och livskvalitet.

Kostnaden för att anlägga och underhålla spåren är förhållandevis låga.

Joachim Tiefensee

Vandring i och runt Wiks slott

Bara 8 grader varmt men en strålande sol mötte oss när vi ankom till det spökomsprungna Wiks slott. Vi hade blivit lovad en kort visning av riddarsalen på 10–15 minuter men vår utomordentligt trevliga och kunniga guide Magnus Engman släppte ut oss först efter 1,5 timme.

Magnus mötte oss på trappan till slottet och berättade en hel del om utsidan och ett antal större händelser under århundradenas lopp. Gustav Vasa försökte under ett helt år (1521) att inta slottet. Till slut gav slottets väktare upp eftersom maten sinade och alla svalt.

Väl uppe i Riddarsalen fick vi lära oss mer om slottets historia men kanske framförallt om alla som har och kanske fortfarande spökar på slottet.

Historierna om gamla Fru Ramborg och Anna van der Grünau var spännande.

Därefter visade han oss runt i alla upptänkliga utrymmen, från hängtornen till fängelsehålan, längst ned i källaren, tre trappor under marknivå.

Det var extra spännande att få gå i de smala trapporna som finns i ytterväggarna på slottet. Man får inte vara speciellt tjock och inte alltför lång för att få plats.

Vi kallar dessa aktiviteter för natur och kulturvandringar så efter en god lunch i folkhögskolans matsal med tillhörande salladsbord och kaffe var det dags att besöka slottsparken.



Den så kallade Wikstigen är 3,2 km lång och går i princip i yttervarv runt parken.

Vi började vår vandring med att beskåda minnesstenen och lära känna Sveriges första Nobelpristagaren Svante Arrhenius som föddes 1859 på Wik.

Många trevliga rastplatser finns efter spåret och en hel del skyltar som berättar vad man kan se och uppleva i den omedelbara närheten.

Vi förundrades bland annat av det tuffa liv almarna levde med alla faror som hotade.

Naturparken förvaltas av Upplandsstiftelsen i samverkan med Kultur i länet.

Parken har renoverats med stöd av medel från bland annat Världsnaturfonden och är en del av nätverket Natura 2000.

Kent Magnusson

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

0171-50000

Cabaret

I skymningen, i tisdags den 27 oktober, drog två vita bussar genom Bålsta fullastade med medlemmar i SPF Seniorerna. Målet var Stadsteatern i Stockholm och musikalen Cabaret. Som vanligt styrdes arrangemanget av föreningens resekommitté och just denna kväll hade Gert och Lisbeth vakten.

Musikalen baseras på Christofer Isherwoods roman "Farväl till Berlin" från 1939. Handlingen är förlagd till slutet av 1920-talet till början av 30-talet. En period som börjar med hejdlöst nöjesliv och slutar med begynnande ekonomisk kris, och då kommer de bruna skjortorna fram i form av nazister. I centrum av pjäsen finns nattklubben KitKat Club. Musikalen hade premiär 1966 och den är skriven av Fred Ebb (text) och John Kander (musik). Många minns säkert den fantastiska filmen med Liza Minnelli som Sally Bowles.

Clifford Bradshaw, en ung amerikansk fattig författare, kommer till Berlin. Träffar Sally Bowles en engelsk sångerska som jobbar på KitKat. De bor på samma billiga pensionat och Clifford blir ohjälpligt kär i Sally. Tillsammans upplever de våldsamma orgier på nattklubben och blir en del av det blandade persongalleriet kring klubben och pensionatet. När det står klart att tiderna hårdnar i Berlin vill Clifford resa iväg med Sally men hon vägrar.



Det är ett stort skådespel med många personer på scenen. Skådespeleriet är utmärkt, och man slås framför allt av mycket bra sång. Pjäsen innehåller ju flera kända bra sånger. De burleska danserna som illustrerar det dekadenta livet på klubben är väl på gränsen till "alltför mycket", men det mesta är välgjort. Sara Dawn Finer spelar Sally Bowles och Robert Fux är konferencieren. Flera kända namn finns för övrigt i ensemblen som t.ex. Lill Lindfors, Johan Rabaeus och Filip Zandén.

Efter föreställningen var det bara att kliva ombord i bussen och i ett huj var man hemma i Bålsta igen. En kväll med riktig teater är aldrig fel, och en nöjd publik tackade reseledarna och chaufförerna med applåder.

Sverker Jonasson



Kommunstyrelsen beslutade i måndags att säga upp hyresavtalet för lokaler i Infrapark. Ärendet lades fram vid sittande möte, och dagen efter förtydligades att uppsägningen gäller enbart Skeppet, pensionärernas lokal. Men pensionärerna fick inget veta förrän på omvägar dagen efter.



Det råder ilska och bestörtning hos pensionärsföreningarna i Håbo. 2 500 medlemmar i SPF, PRO och Finska pensionärsföreningen delar på lokalerna i Skeppet där det sjuder av aktivitet för det mesta.

I måndags kom det upp ett extra ärende på kommunstyrelsen vid sittande bord, ett förslag att säga upp hyresavtalet med den privata fastighetsägaren för lokal på Kalmarvägen 3. Förutom Skeppet hyr kommunen lokaler åt Håbogymnasterna och Bålsta Dojo samt Bålsta Judo på Kalmarvägen 3.

– Vi säger upp Kalmarvägen 3 med möjlighet till omförhandling av avtalet. Gör vi inte det nu sitter vi fast i fem år till, sa Carina Lund (M) efter sammanträdet.

På frågan om vad som kommer att hända med verksamheterna i huset svarade hon att pensionärerna kommer att kunna ha sina verksamheter på Skeppsgårdens förskola, som står tom.

– Tekniska avdelningen har pratat med pensionärsföreningarna och de tycker att det är ett bra förslag. Det här ger oss handlingsfrihet, sa hon.

S ifrågasatte hela ärendet, och vägrade att delta i beslutet. De fick sällskap av MP.

– Jag kan inte ställa upp på det här, Skeppsgården kommer aldrig att fungera för deras verksamhet, det är en utdömd förskola, inte en samlingslokal, säger Agneta Hägglund (S).

Att pensionärsföreningarna skulle vara informerade och positiva förnekas av både Kjell Dufvenberg, ordförande i PRO och Yvonne Lindström, ordförande i SPF.

– Det är ett beslut som rör över 4 000 pensionärer, 25 procent av väljarna i kommunen, men vi fick inget veta, säger Kjell Dufvenberg.

– Vi har inte fått reda på något alls, bekräftar Yvonne Lindström.

De har senare fått veta att två personer i föreningarnas gemensamma gårdsråd, har varit involverade, men belagda med munkavle. Uppsägningen skulle hållas hemlig tills beslutet var fattat.

Dagen efter fick kommunstyrelsens ledamöter ett förtydligande om att uppsägningen endast gäller ett av tre hyresavtal som kommunen har med fastighetsägaren Carlshofs fastighetsholding AB, det som avser Skeppet. Frågan är om beslutet kan anses giltigt med tanke på att det inte framgick i beslutsunderlaget vilket avtal som avsågs, utan bara en adress, som gäller för hela huset.

– Jag ska begära att beslutet ogiltigförklaras, säger Agneta Hägglund.

Birgitta Liinamaa

0703-42 85 97

birgitta.liinamaa@eposten.se

Se sidan 21, månadsmötet!

Det blev inte så illa.

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 inklusive eventuellt bostadstillägg.

Hälsningar // Leif

Utdrag ur en sockenstämmas protokoll 1690

Den som på bröllop, barnsöl eller begravning befinns hava supit sig full skall varda fallen till 10 daler silvermynt böter som utan skonsmål av sexmannarna strax efter angivandet skola uttagas: Viljandes hela bröllopslaget för sin ej mindre heder än skyldighet befordra en sådan till sitt straff.

Tveta (S) K1:2 (Tveta socken troligen i Södermanland. Samma sockennamn finns i Jämtland och Småland).

Vår "Texttydargrupp" har läst och översatt direkt från protokollet enligt Catharina Josefsson som sänt in texten.

3^{tio} Den som på Bröllop, barnsöl eller begravning befinns hava supit sig full skall varda fallen till 10 daler silvermynt böter, som utan skonsmål av sexmannarna strax efter angivandet skola uttagas: Viljandes hela bröllopslaget för sin ej mindre heder än skyldighet befordra en sådan till sitt straff.

Höst i Krägga

Enligt almanackan höst 23 oktober men inte om man går ut och känner, 14 plusgrader, vindstilla i eftermiddag på Krägga Strandväg. Ett och annat orangefärgat löv faller trots allt men så njutbart ändå; det känns nästan som vår, hittade t.o.m. tussilago vid väggkanten. Det är väl "den vår den svage kallar höst" enligt Karlfeldt. Kanske har kylan och hösten kommit när Du läser detta men ingen kan veta när.



Tillbaka till verkligheten. De blommor som skall vinterförvaras är nerklippta och undanställda, de får plats vilket kan vara svårt förstå innan. En regel är, om temperaturen är 10 grader där de står bör de få vatten ung 10 ggr på en säsong, vilken för det mesta är ungefär 6 månader. Bara litet vatten först för att öka på något när ljuset återvänder i februari - mars.

Du som bor i lägenhet har inte de här bekymren, men en del växter kan med litet hjälp klara sig på en inglasad balkong. Ställ upp på något underlag och använd både trasmattor och bubbelplast som Du sveper om dem.

Vad gör man nu då trädgårdsarbetet inte längre tar upp all ens tid? Läser, skriver, lyssnar på radio eller är med i SPF:s olika aktiviteter?

Alla har sin idè om vad tiden skall användas till. Bodil Jönsson sin, Stefan Einhorn sin om "konsten att vara god" Hans Rosling att mänskligheten inte per automatik måste delas upp i fattiga och rika och att det går att avhjälpa. Kofi Annan arbetar intensivt med fredsarbete, men blir inte alltid eller sällan bönhörd. Han har rätt, krig och konflikter vållar mycket skada.

Religion, maktspele, olja och gas är också en del av stötestenarna.

När det nu finns så många duktiga personer som har lösningarna undrar jag varför vi har den största flyktingkatastrofen i "modern tid"?

Ingen har väl undgått den, med 60 000 000 på flykt? Vi kan inte greppa vidden, än mindre förstå våldet som kan möta de utsatta i mottagarländerna. Hur har det blivit så? Människan föds inte ond. Har de mest extrema vuxit upp i en "kall" miljö, där vuxna inte förstått hantera barnen?

Kan det vara för litet diskussion om för och nackdelar med invandring? Det finns uppgifter som talar för att det är så, folk som inte vågar öppna munnen om de inte har samma uppfattning som majoriteten, de blir kallade rasister då. Visst finns rasister också i Sverige! Men politiker och makthavare borde inte sopa frågor som oroliga ställer under mattan och tro att allt obehagligt och främlingsfientligt försvinner om man inte ens vill "ta i dem med tång". Det ägnas mycket tid i samhället åt kriminella och för sjuka. Här hos rasister finns tydliga bevis på sjukdom men här skall de bara gömmas undan och "hatas" till de försvinner av sig självt. Nu är det dags ändra taktik för det går inte att "låtsas bort 20 % av befolkningen".

Nu blir det tvära kast. Om Du ser bakåt i tiden och frågar om det var bättre förr får Du nog varierande svar. Jag svarar ibland och syftar då på en konsert med Ella Fitzgerald på TV den 24 oktober. Alla kunde höra vad hon sjöng om och att hon hördes så bra trots stor orkester. Var ljudet bättre på 60-70 talet?

Nej säkert inte men producenten lät sångaren-artisten få utrymme och vara i centrum. Så är det sällan numera när musiken så gott som alltid tar överhand och man varken hör text eller budskap. Jag och många med mig har svårt med modern sättning och det beror inte på hörselproblem eller fel inställning på TV beträffande ljudvolym eller liknande. I så fall skulle jag inte ha hört Ella Fitzgerald heller, vi har inte ändrat något beträffande volymen.

Kan någon som kan ljud svara hur det kommer sig?

Hösthälsningar Birgit Olofsson

Höst i Stockholm

Så har hösten försiktigt smugit sig in över Huvudstaden och dess omgivningar och därmed är SPF Seniorernas resesäsong igång. Den 8 oktober for 38 medlemmar iväg mot Stockholm för en intressant tur till Stora Synagogan och Hallwylska museet. Reseledare från resekommittén var Elke Merkel Ragnarsson med assistans av Gert Lidö. Chaufför var Mats som elegant förde bussen i city som vore den en småbil.

Synagogan ligger vid Wahrendorffsgatan, ett stenkast från Kungsträdgården. Sedan männen i sällskapet försetts med huvudbonad, kippa, så gav guiden Eva en kort genomgång om huset och judedomen. Det finns ca 20 000 judar i Sverige varav 10 000 är bosatta i Stockholm. De första flyttade in i mitten av 1700-talet under Gustav III regeringstid. Judarna var och är nu väl integrerade i samhället, men kunde inte komma ifråga som ämbetsmän i statsadministrationen förrän 1870 då judereglementet avskaffades. Dock kunde inte judar bli sjuksköterska eller lärare förrän in på 1950-talet.



Synagogan ritades av Fredrik Wilhelm Schölander och den är en magnifik byggnad som faktiskt är känd över hela världen. Den stod klar 1870. Ursprungligen fick män och kvinnor inte sitta tillsammans under gudstjänsten, och kvinnorna var därför hänvisade till läktar-

na. Sedan 2007 är det dock blandad sittning i Stockholm. Det finns en orgel i huset men den användes sparsamt. Ingen jude får spela under sabbaten (fredag kväll till lördag kväll). Ordet synagoga betyder egentligen mötesplats och byggnaden är ingen helgedom som t.ex. kyrkor eller moskéer. En judisk gudstjänst kan hållas var som helst bara det finns 10 vuxna män närvarande. Judarnas heliga skrift är "Toran", och den motsvaras av de fem moseböckerna i bibelns Gamla Testamente. Den är skriven på hebreiska och läses vid gudstjänsten på samma språk av lekmän. Från "dیمان" studerar man Toran under ledning av Rabbinen. Denne är ingen präst utan betraktas som lärare, men han är även församlingens domare. Rullarna med Toran förvaras i synagogan i en ark – kista – men i Stockholm är arken ett skåp. Sedan Eva svarat på ett antal frågor så var det tid för resenärerna från Håbo att ta farväl och tacka för en mycket intressant lektion om den judiska församlingen i Stockholm.

Runt hörnet vid Kungsträdgårdsgatan väntade bussen och snart landade alla på Skeppsholmen och Moderna Museet där en god lunch serverades. Som bestämt hämtade Mats sällskapet och efter en kort bussresa kom alla till dagens andra destination, Hallwylska museet på Hamngatan. Resenärerna delades upp i två grupper med var sin guide och fick en riktig upplevelse i ett sekelskiftespalat. Byggnadens arkitekt var Isac Gustav Clason och den stod färdig 1898. Ekonomin till att bygga huset och inköp av inredning och alla samlingarna kommer från Wilhelmina Hallwyls (1844-1930) far, Wilhelm H Kempe, en av Sveriges rikaste män, som grundat Ljusne – Woxna AB. Wilhelmina och hennes make, Walther von Hallwyl (1834-1921), var båda i 50-års åldern när projektet startades. Salongerna är överdådigt dekorerade. Som exempel kan nämnas en steinwayflygel som finns i musikrummet. Det svarta instrumentet passade inte in i den stilig inredningen varför man lät bygga ett nytt fodral som kostade dubbelt så mycket som det ursprungliga pianot.

Wilhelmina reste mycket och gjorde enorma inköp av antikviteter och konst. Samtidigt förde hon noggranna anteckningar över alla

prylar som inskaffades. Dessa finns nu redovisade i en inventarieförteckning som omfattar 78 volymer. Besökarna fick tillfälle att besöka garaget med en elegant Daimler-Mercedes från 1915. Även köket med en maffig vedeldad Bolinderspis besöktes.

Så var det bara att ta adjö av guiderna och kliva på bussen för hemfärd till Bålsta. Deltagarna har verkligen fått se och lära ovanliga saker och som alltid har resan fungerat perfekt. Vi tackar resekommittén!

Sverker Jonasson



Hallwylska museet

Julegröt på Skeppet! Traditionen fortsätter!



11 december klockan 12.00 dukar Gårdsrådet upp med glögg, julgröt, skinksmörgås, lättöl och kaffe. Tärnor och pepparkaksgubbar förväntas göra arbetsbesök hos oss. Anmälan senast 6 december till Göran Ohlsson, Goeran.Ohlsson@Telia.com (51764) eller Jan-Ola Romlin, Jan.Ola.Romlin@lnctv.com (50638). Avgiften 90 kronor betalas in till Gårdsrådets bankgiro 731-3984 senast 2015-12-07. **Anmälan är bindande.**

*Välkommen med vänner och bekanta önskar
Gårdsrådet!*

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 OVANSTÅENDE ERBJUDANDEN**



**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

hjälpsam

- för en enklare vardag

Vi har julklapparna som behövs!



Warmies

Värmande gosedjur
för alla åldrar!

199:-



Köksredskap

Burköpnnare

69:-



Vinklad osthyvel

99:-



doro

Telefoner från Doro

Julöppet mellan 10-18 onsdagen den 16/12!

Massor av fina erbjudanden!

Vi buder på glögg och julgottis!

Välkommen till vår butik!

HJÄLPSAM

Öppet mån-tors kl. 10-16

0171-17 04 00

Sjövägen 3, 746 31 Bålsta | www.hjalpsam.se

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: Cafét Fridegård.

Fredag 22/1, kl. 14.00. Linnékvintetten. Fem blåckblåsare spelar äldre svensk musik. Lokal: Kyrkcentrum.

Torsdag 18/2, kl. 19.00. Trio X tillsammans med Jonas Knutsson och Jeanette Köhn. Jeanette är allsidig operasångare, Jonas spelar saxofon och Trio X spelar allt på bas, trummor och piano. Lokal: Fridegårdsscenen.

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

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



Vi söker webbredaktörer till vår hemsida

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

Tidpunkten är 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

Vi söker redigerare till Medlemsforum

Vi är i trängande behov av ytterligare en person som kan redigera och sammanställa material så att det blir en trevlig tidning.

Som det är nu med endast en som kan detta är redaktionscirkeln väldigt sårbar – det blir ingen tidning om vår nuvarande redigerare av någon anledning inte kan fullgöra sitt åtagande.

Vi önskar också få fler som kan göra referat från olika aktiviteter, såsom möten och sammankomster, studiecirklar m.m.

Eller, givetvis, egna ideer med texter.

Ta kontakt med: Barbr Larsson, 0171-50749
barbro50749@gmail.com

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 Hanseman av Bibbi Baath.



lappar och tvål samt ett extra skötförkläde. Alla som befann sig på avdelningarna hade munskydd. Tvättning, byte av tygblöjor och matning skulle ske på precis samma sätt och

Gud nåde oss om vi tog fel tvättlapp. När vi hade gjort förberedelserna för skötseln tog vi upp barnet, satt oss på stolarna och ordnade förklädet så att det låg sträckt som ett skötbord. Då tvättningen var klar, tog vi vällingflaskan som stod på värmning på bordet och la barnet på sidan med ansiktet från oss, eftersom babyn inte fick ha någon ögonkontakt med den som matade. Flaskan skulle hållas med en hand och underarmen ligga runt babyn, allt för att inte barnet skulle ramla ner. Den andra handen skulle vila på barnets huvud. Efter matningen och rapningen var det bara att lägga ner det lilla barnet. Det var inget gullande eller småjollrande där inte.

Varför hade de inga mobiler att titta på där de låg i sina sängar? De hade ju inget färglätt att titta på! Allt var vitt, salarna, spjålsängarna, sängkläderna. Ja, allt var vitt. Vi elever och personal var klädda i vita förkläden över den blå klänningarna och de vita munskydden. Underligt att ingen förstod hur lite inspirerande detta var för de små.

Jag reagerade starkt, för babysar var inget främmande för mig. De hade alltid funnits runt mig. Min lillasyster, som är 16 år yngre än jag, hade jag ensam haft hand om när mamma var och hälsade på pappa. Pappa var sjökaptan och på den tiden gick han mellan Sydamerika och europeiska hamnar. Jag hade också passat små kusiner i alla åldrar. Syster Sara sade visserligen att det syntes att jag var van, men det vore ju bra om jag lärde mig hur det skulle gå till "professionellt. Är det inte därför fröken Truedson är här?"

Efter någon månad fick jag också hand om en liten nyfödd flicka som jag namngav till Gabriella. Spädbarnen låg i en sal för sig och jag hörde aldrig att de grät.



Hanseman

Hanseman mitt hjärta, vad fick du för liv?

Den andra januari 1960 satt jag på tåget upp till Stockholm för att börja min utbildning till barnsköterska. Jag skrev i min dagbok att jag var spänd och nervös.

Det var ett internat och jag fick rum nummer 13 som jag delade med en annan flicka. Vidare skriver jag: "Flickorna verkar trevliga men Gud i himmel jag känner mig som i ett kloster, vilken institution!" Upptagningshemmet bestod av två avdelningar. Varje avdelning hade sin chef, en barnsjuksköterska samt utbildade barnsköterskor. Tråkigt nog hamnade jag hos den äldre sjuksköterskan som genast fick agg till mig, då jag redan från början ifrågasatte en hel del.

Barnen, som vi skötte, var från några dagar gamla upp till ett år. Var det barn vars mödrar av olika anledningar inte just då kunde ta hand om dem, eller barn som skulle adopteras bort? Här fanns också ett hem för ensamstående kvinnor med spädbarn. Var det barn till dessa ogifta mammor som vi lärde oss yrket på? Ja, frågetecknen var många och jag gjorde mig omöjlig med mina frågor.

Efter några dagar blev vi nybörjare tilldelade var sitt barn att ha huvudansvar för. Min lott föll på en liten pojke som var tre månader. Han kallades för Hans men det var inte hans officiella namn. Vid varje barnsäng stod en stol, ett litet bord med tvättfat, handdukar, tvätt-

Viktigast på detta barnavårdshem var inte barnens behov av närhet utan ordning och reda. I linneförådet låg allt vad barnen behövde travade på millimetern och i vinkelräta rader.

Vi var schemalagda på många olika uppgifter som nattvak, linneföråd och barnmatskök. Att koka välling i koppargrytor var ingen sinekur. Det var att röra oavbrutet. Flög tankarna iväg, så vips var vällingen vidbränd och det kan jag berätta var inte roligt.

När Hanseman var sex månader fick han inte längre matas med nappflaska utan nu skulle han lära sig att dricka ur en liten mjuk plastmugg. Från flaskan, som stod på värmning, skulle man hålla vällingen i muggen och forma den efter den lilla munnen. Det gjorde ju att det blev uppehåll i matningen hela tiden. De flesta barn skriker i högan sky om inte maten kommer fort nog, men det var mycket sällan man hörde något barn gråta.

De större barnen fick komma upp till "lekrummet" och ligga i hagen. Det var ju mitt i vintern och det var mycket kallt både ute som inne. Det var så kallt på golven och där skulle barnen ligga på bara en flanellfilt. De hade ju bara kortärmade koltar på sig, bara ben och dessutom tygblöjor. Koltarna kanade upp för magen när de kasade runt och de kräktes hela tiden.



tydligt också för hon hade ett värmeelement i fötterna. Redan samma kväll stod ett värmelement i vårt rum. Plötsligt tyckte jag rektorn var väldigt sympatisk!

Väckarklockan stod på halv sex på morgonen och då fick vi gå ner och dricka riktigt gjord nyponsoppa och två skorpor. Det elever som hade nattvak fick koka nyponsoppan, innan de gick av sitt pass. För övrigt minns jag bara vita dukar, vita servetter, vitt porslin, vit potatis, vit fisk och vit sås. Inte en persiljekvist så långt ögat kunde nå, men det måste ju ha varit något mer?

I matsalen inväntade vi elever stående vid våra platser, sedan kom barnsköterskorna och därefter de två sjuksköterskorna. Ingen pratade, det var dödstyst, när till sist rektorn inträdde. Hon ställde sig vid sin plats vid bordet, inspekterade oss, knäppte sina händer och bad bordsbönen. Sen satte hon sig och med en handrörelse sa hon varsågod, varpå vi andra fick sätta oss.

Vi hade fått våra betyg och det var sista dagen på skolan. Det var med tunga steg och med gråten i halsen jag gick in till min lille Hanseman. Jag lyfte upp honom, tog honom i min famn och gick bort till fönstret och ställde mig bakom gardinen. Där drog jag ner mitt munskydd och pussade honom i hela hans lilla förundrade ansikte. Mitt hjärta grät, dörren öppnades och där stod syster Sara. Förtrollningen var bruten.

Den 12 augusti fyllde Hanseman ett år och jag skrev ett brev till honom. Jag visste att han var kvar på barnhemmet men jag skrev det anonymt.

Jag skrev:

"Mitt lilla födelsedagsbarn! Dadda har inget annat att ge dig på din ett-års dag än extra tankar. Mitt hjärta har du redan fått. Min lille pojke jag hoppas och tror att du skall få växa upp till en fin pojke och att du skall få känna samma trygghet och värme som Dadda har fått växa upp i. Å, Hanseman om jag hade möjlighet att få ge dig det samma. Slutar så med tankar och kramar din Dadda."

Bibbi Baath



Vårt rum gränsade till duschrummet. Där skulle fönstren öppnas på vid gavel på kvällarna för att vädra ut fukten efter oss. Undra på att det var kallt i vårt rum. Jag

frös, ja som jag frös! Min ständiga ledvärk blev inte bättre av att ligga vägg i vägg med duschrummet. Till slut tog jag mod till mig och gick ner till rektorn för att klaga min nöd. Hon frös

Höstvandring på Söder

Höstens sista vandring gick på Söder och började vid Slussen, där vi fick veta att det funnits flera olika slussar före den nuvarande, som nu skall rivas. Katarina-hissen från 1935 är stängd för renovering. Detta innebar att vi måste gå upp till Mosebacke via Klevgränd.

Väl uppe på Katarinahissens gångbro har man en härlig utsikt över Stockholm och vattnet. Strax kommer vi upp till Mosebacke torg, som fått sitt namn efter mjölnaren Moses Israelsson, som ägde en kvarn här på 1600-talet. Vid torget ligger den vackra byggnaden Södra teatern från 1860-talet och som gett plats åt många revyer med bl.a. Sickan Carlsson och Thor Modéen. Numera har teatern en internationell profil och är en del av Riksteatern.

Till Mosebacke Etablissement, en populär pub i teaterhuset, hör också en sommarter-rass dit man kommer genom den vackra Mosebackeportalen eller Den lilla triumfbågen från 1885. Här invigdes den första litterära skylten i Stockholm med citat ur August Strindbergs Röda rummet.

På Mäster Mikael's gata en bit från Mosebacke bodde på 1600-talet stadens bödel, mäster Mikael. Det var inte något välansett yrke och han råkade själv en gång i slagsmål och dödade en person och blev därefter avrättad.

Strax innan vi svängde in på Fjällgatan passerade vi Stadsgårdshissen, inte längre i bruk, med en övervåning, som nu rymmer en mycket liten grönmålad konstnärsateljé. Den innehades länge av trubaduren och konstnären Carl Anton.



Fjällgatan rymmer många intressant byggnader. Här ligger den lilla teatern "Dur och Moll" från 1793. Där får det plats 23 åhörare och där spelas pjäser med förankring till Söders historia. Det är oftast utsålt till föreställningarna.

Vid gatan bodde också Anna Lindhagen, som införde kolonialträdgårdsrörelsen i Sverige och hon var också ledamot i Stadsfullmäktige 1911 - 1923.



Lunchen intogs på Erstaterrassen och ligger på Ersta diakonis område. Efter lunchen besöktes den fina åttakantiga Ersta kyrka. Vi fick också möjlighet att genom ett fönster studera hur oblaterna stansas ut i oblatverkstaden på området. Det är inte tillåtet att komma in i verkstaden, men genom fönstret visas verksamheten upp.

Efter en promenad upp för Sista Styverns trappor till Stigbergsgatan, där tidigare en galge stod, kom till vi till Kronprisessan Märta's kyrka, den Norska kyrkan. Där välkomnades vi in och fick en föreläsning om kyrkan och dess tillkomst av den nyss tillträdde husmodern. Ett mycket trevligt besök.

Nästa kyrkbesök, men bara utanför och på kyrkogården, var vid Katarina Kyrka från 1695. Den har varit utsatt för ett flertal bränder, den sista är 1990. Då försvann kupolen och alla inredning. Utanför kyrkan har man bevarat kyrkklockan som skadades vid branden. Efter insamlingar och bidrag kunde man så småningom börja återuppbyggnaden, som tog fem år.

Vi avslutade vår promenad vid Medborgarplatsen, efter att ha passerat Stockholms moské och Björns trädgård.

Test: Eva Lidö, foto: Kent Magnusson

Månadsmöte i oktober

Sista torsdagen i oktober månad samlades Sgo-talet medlemmar i SPF Seniorerna i Håbo till det vanliga månadsmötet på Skeppet i Bålsta. Som vanligt blev alla besökare mottagna av vänliga värdar och det är alltid trivsamt stämning i lokalen.

Hans Finnman från programkommittén öppnade mötet och berättade om programmet innan ordförande Yvonne Lindström övertog mikrofonen och hälsade alla välkomna. Hon vände sig särskilt till tre nya medlemmar samt en gäst från SPF Seniorerna i Hudiksvall, Hans Vandér. Han har släkt i Bålsta och blev nyfiken på Håboföreningen sedan han läst Medlemsforum.

Yvonne berättade att kommunstyrelsen vid senaste mötet sagt upp hyresavtalet för Skeppet, vilket skulle innebära att pensionärsorganisationerna skulle vara tvungna att lämna lokalerna i juli nästa år. Kommunen hade då en nerlagd förskola att erbjuda som ersättning. Den politiska oppositionen hade motsatt sig uppsägningen. Tidigare idag har emellertid Yvonne tillsammans med PROs ordförande Kell Dufvenberg haft ett sammanträde med KS ordförande, Carina Lugn och därvid fått garantier att SPF Seniorerna, PRO och Bålsta Finska Förening får nyttja lokalerna ytterligare i fem år framöver.

Lokalerna är viktiga för föreningarnas verksamhet och Yvonne citerade Olle Atlings undersökning från 2013. Under detta år registrerade Gårdsrådet 23 099 besök i lokalerna under ca 10 månader. Bortsett från sommarmånaderna pågår det verksamhet oavbrutet måndag till fredag.

Så kom kaffe och bullar på borden innan det var tid för Staffan Wörne att hålla det annonserade föredraget om Slott i Loiredalen. Staffan inledde med en kärleksförklaring till Frankrike. Ett land med hög teknisk nivå i sina industrier, enormt kulturutbud och världens bästa mat. Resan började i St-Malo känd för sin borg och hamn och fortsatte ner mot södra delen av Bretagne till Carnac med sina enorma skeppsättningar.

Här finns kilometerlånga rader av resta stenar som antas vara uppställda ca 2000 f.Kr. Ett besök i staden St-Nazaire på det hotell där Jacques Tati spelade in filmen Semestersabotören. På en bild fick man se den gänglige Tati som skulptur. St-Nazaire var för övrigt en av tyskarnas stora ubåtsbaser under kriget, och den mastiga bunkern över ubåtshamnen står fortfarande kvar. Resan fortsatte upp genom Loiredalen med besök på ett antal fantastiska slott. Flera var nästan som hämtade från en Disneyfilm. De kände konstnären och universalsnillet Leonardo da Vinci (1452 - 1519) kom i slutet av sin levnad till slottet Amboise där han nu ligger begravd i slottskyrkan.

Staffan berättade även om den märklige brevbäraren Ferdinand Cheval (1836-1924). Hans posttur sträckte sig över tre mil och en dag tog han upp en sten. Han fortsatte med att ta en sten varje dag och av dessa byggde han ett slott. Det tog ca 30-35 år så hade han färdigställt en byggnad som han kallade Palais Idéal. Han byggde även sitt eget mausoleum där han nu ligger begravd.

Som ett exempel på modern avancerad arkitektur visade Staffan slutligen bilder på järnvägsstationen vid Lyons flygplats. På avstånd ser den ut som en fågel som lyfter med två frihängande vingar. Slutligen visade Staffan bilder på den enastående vackra bron Tarn. Staffan avtackades med applåder varefter Per-Eric Josefsson, Peje, äntrade scenen. Peje som ingår i valberedningarna för både distriktsstyrelsen och förbundsstyrelsen berättade om processen att ta fram ledamöter. Arbetet med att nominera kandidater till förbundsstyrelsen att väljas vid kongressen 2017 är naturligtvis viktigt.

Så återstod bara dragningen av det obligatoriska lotteriet innan deltagarna kunde gå hem, medan några få stannade kvar och återställde lokalerna. Vi tackar detta gäng!

Sverker Jonasson

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!

Lydias friska fötter

Lydia Lindh, diplomerad medicinsk
fotvårdsterapeut.

Jag finns på

MåBra

Fot och Kroppsvård



Välkommen att boka tid hos mig!

0171-551 25, 070-528 69 96
Mansängsstigen 11, Bålsta.
(Polishuslängan)



Reducerat pris för ungdomar
och pensionärer.

Jag har **lördagsöppet** en
gång i månaden.

Jag gör även hembesök.

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

Aktuella resor 2016

24/3	7d	6790	PÅSK i Prag och Berlin
25/3	6d	6350	PÅSK i Goslar Harz - ånglokståg Brocken
13/4	5d	7990	ISLAND - den mytomspunna ön
19/4	7d	7690	HOLLAND Blomsterkarnevalen
21/4	6d	6990	HOLLAND Blomsterkarnevalen
20/4	9d	8890	Wien Budapest Bratislava Prag
01/5	6d	6890	Två öar BORNHOLM och RÜGEN
06/5	6d	8990	Flyg t/r Vår i Sorrento Amalfi Capri Rom
12/5	12d	12930	England och IRLAND - den gröna ön
05/5	4d	4990	GOTLAND Visby
15/5	8d	11750	KryssNORSKAFJORDARmedRoyalCaribbean
21/5	8d	7990	Bodensjön MAINAU Alsace
22/6	8d	8950	Midsommar Lappland Narvik Lofoten
23/6	4d	4490	Midsommar i Jämtland
02/7	8d	8950	NORDKAP Midnattssol Tromsö Narvik
07/7	6d	7690	Inlandsbanan GULDRIKET Höga kusten

50 kr på teaterresor

Teaterresor nästa säsong 2016

Björn Skifs Göta Lejon	ti 15/3	945
Jerry Williams	to 3/3 & to 17/3	895
"Man måste få lira" Scalateatern Stockholm		
Inkl.: bussresa, teaterbiljett-parkett, busskaffe, smörgås		

Kombination FLYG - BUSS
ansl. Arlanda utresa el hemkomst

GARDASJÖN Venedig
Berninaexpressen
lö 10/9 8d 9.990

Schweiz Alsace Colmar
Rüdesheim
sö 18/9 8d 10.640

KROATIEN Istrien Porec
fre 4/9 9d 9.990

ITALIEN FRANKRIKE
Toscana Rivieran Provence
lö 10/9 10d 11.990



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

ALLTID påstigning BÅLSTA Enköping

Läs om resor/boka på: www.nordsydresor.se

Rapport från Upplands DM 2015

I våras fick Bo Danielsson en förfrågan från ansvarig på Distriktet om vi även detta år kunde arrangera DM i bowling, det skulle bli fjärde året i rad i så fall.

Vi tackade ja och Bo bestämde speldatum till den 21 okt oktober i vår bowlinghall Bowlroom och efter ett idogt arbete med utskick av inbjudan brevlades plus personligt besök i bowlinghallarna i Enköping o Uppsala lyckades Bo få ihop 36 startande. I sista stund fick vi fyra återbud från SPF Heby.

Glädjande att det ändå kom 16 spelare från andra SPF-föreningar. En klass för herrar och en för damer, medaljer till de tre bästa i varje klass.

Åldershandicap i båda klasserna: Är du född 1950 eller senare o poäng per serie, är du född 1949 i poäng/serie osv. Äldste deltagaren var "vår Kalle Wallin" med 28 poäng/serie i handicap.

Strax före klockan 9 hälsade Bo spelarna i Omgång 1 välkomna och önskade dem lycka till. Efter det att omgång 1 färdigspelats och Jimmie oljat de 6 banorna var det dags för omgång 2.

Maria från Bowlroom försåg oss denna dag med goda smörgåsar, frallor och kanelbullar och hon fick även rycka in och med hjälp av telefonassistentens fixa till problemen på bana 5 under omgång 3.

Efter det att omgång 3 avslutats var det bara att sammanställa resultatet för de båda klasserna och påbörja prisceremonin.

Bo delade förutom de sedvanliga medaljerna även ut en "flaska att fira med" till de tre pristagarna.

Damklassen: Elsie Gelin SPF Örsundet, Ann Mari Lyhagen SPF Håbo på 2:a plats och bronsmedaljören Carola Ramstedt SPF Håbo.

SPF Håbo belade de tre främsta platserna i herreklassen: 1. Roland Svensson, 2. Ronny Svensson, 3. Roland Arvidsson.

Stort grattis till alla pristagarna!

Bo avslutade denna intensiva och trevliga dag med att tacka Maria och Jimmie från Bowlroom för bra service, spelarna för sitt deltagande och besökarna för att de tagit sig tid att komma till hallen och heja på och efter vad de sett, kanske anmäla sig till nästa års SPF DM.

Hans



PUB- aftnarna



Den 22 oktober var det så dags för ytterligare en av de populära PUB-aftnarna i Skeppet.

Nära 70-talet medlemmar samlades kring borden som arrangerats i en trivsamt ö-formation för att underlätta kontakterna mellan alla gäster.

Efter att ha betalat entréavgiften på 20 kronor kunde var och en hämta sin bricka med välsmakande tillbehör i form av ost, korv, skinka, kex och frukt. Till detta kunde man i baren köpa lämplig dryck, rött och vitt vin samt öl av varierande styrka och smak.

Till stillsam bakgrundsmusik steg sorlet när man vid borden, och mellan dessa, fick tillfälle att höra och berätta det senaste som hänt. Många blev närmare bekanta med personer man tidigare inte känt så bra och några återknöt bekantskaper som på grund av skilda bostadsorter upphörde för 10-tals år sedan.

Kent med kvinnlig medhjälpare är ju känd som Mr & Ms Hjärnkoll med sina kluriga frågesporter. Den kvinnliga halvan utgjordes denna kväll av Elisabeth, som tillsammans med Kent skapat en variant av den traditionella frågesporten. Den här kvällen visade de en rad bilder på byggnader från en svunnen tid i Bålsta med omnejd och det gällde för oss andra att identifiera byggnaderna och gärna berätta några personliga minnen från dessa. Det visade sig att många, ibland med hjälp med ledtrådar, kunde en hel del om sin hembygds historia och vi andra fick nya insikter om den trakt vi lever i.

Efter denna "Hemmakoll" fortsatte den gemyntliga samvaron runt borden tills man, en efter en, valde att tacka för sig och gav sig hemåt i den mörka kvällen. Några med vinster från kvällens lotteri...

Det är uppenbart att dessa PUB-aftnar fyller en viktig funktion i föreningens strävan att ge medlemmarna möjlighet till social gemenskap.

Bo Hansson

De flesta cirklarna helt utan avgifter för deltagarna.

Studiecirklar:	Dag och tid:	Anmälan:
Fotografering och bildredigering	Måndagar 8.30 - 11.00. Ledare Hans Linde.	0171-511 31
Datoranvändning & övrig utrustning	Tisdagar 8.30 - 11.00.	073-758 15 15
Det finns inget slut eller början, ämnet fylls hela tiden på med något.		
Teatergrupp	Vill du vara med och spela teater?	
Är du intresserad kontakta Kerstin Adestedt	0171-579 79 eller 070-346 08 90.	
Alternativt kerstin.adedstedt@gmail.com		
Koll på läkemedel/användning	Lämpliga/olämpliga läkemedel. Start 8/9 t.o.m. 17/11.	
Roza Babec	Tisdagar udda veckor 10.00-12.00	018-38 64 78
Passion för livet	Bästa möjliga liv hela livet. Start 1/9 t.o.m. 10/11.	
Roza Babec	Tisdagar jämna veckor 10.00-12.00	018-38 64 78
Plocka rätt svamp	Vi lär oss mer om våra svampar	
Kristia Winroth	Start 24/8 10.00. Följande bestäms av gruppen.	072-312 00 80
Målning	En konstgrupp som träffas och målar.	
Margareta Rudberg	Start 29/9 t.o.m. 2/12, tisdagar 13.00-15.30.	0171-562 08
	Lokal Mansängstorg.	
Fransk konversation	Start 30/9 t.o.m. 9/12. Jämna veckor 9.00-11.00	070-287 22 50
Staffan Wöhrne	Håll språket levande. Ej nybörjargrupp.	0171-577 90
Konstcirkel	Fredag 18/9, 2/10, 16/10, 30/10 kl. 14.00-16.00	
Olof Bentz/Sverker Jonasson	Olof, bildlärare & konstnär leder oss.	0171-595 69
Disgen	En grundkurs i släktforskningsprogrammet.	
Gert Lidö	Onsdagar 23 september t.o.m. 16 december	0171-545 64
	Kl. 9.00-11.30.	
Vinkunskap	Gemensamt förnyar vi vår kunskap om viner.	
Göran Ohlsson	Återkommer till våren.	0171-517 64
	goeran.ohlsson@telia.com. Materialkostnad.	070-349 19 17
EU, studiecirkel i 7 delar	Tisdagar 13.00-15.00.	0171-44 86 35
Håkan Welin	Start 15 september t.o.m. 27 oktober.	070-469 93 44
Må bra i knopp och kropp	Samtal om livet. Start 1 september t.o.m. 8 december.	
Gun-Britt Renefalk	Tisdagar jämna veckor kl. 10.00-12.00	0171-56 11 7
Litteratur "Vi läser deckare"	7 september t.o.m. 17 november.	0730-46 47 21
Gunnel Ferm	Tisdagar udda veckor 13.00-15.00	076-791 55 70
Skrivarcirkel	Start 15/9 t.o.m. 24/11 kl.13.00-15.00	0730-46 47 21
Gunnel Ferm	Tisdagar jämna veckor.	076-791 55 70
Lämplig för släktforskare som önskar skriva ner lite historia om personer i släkten, samt för dig som skriver eller önskar komma igång med fritt skrivande. gunnel.ferm@gmail.com		
Tyda gamla texter, fortsättning	3 september t.o.m. 26 november.	
Inger Kölestam	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

*Decembumret av Medlemsforum utkommer vecka 51 – manus **senast den 1 december.***

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