

# MEDLEMSFORUM

för  
SPF SENIORERNA HÅBO

## Välkomna

till SPF Seniorerna Håbo månadsmöte  
i Skeppet torsdag 27 oktober klockan 13.30.

Linda och Björn Rapp spelar, sjunger och aktiverar publiken.



*Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.*



Nästa pub-kväll inträffar torsdagen den  
20 oktober 18.30.  
Trubaduren Thomas Björklund spelar  
och sjunger egna visor.  
Entréavgift 20 kronor inkluderar  
ost- och korvbricka.

*Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.*



Foto: Björn Olsson



## Ordförande har ordet!

Yvonne Lindström

**I** dag är det söndag i slutet av september jag beslutar mig för att ta en stillsam promenad i det fantastiska vädret. En ljum dag med en sval vind sveper över omgivningarna där en fridfullhet och ett lugn finns. Jag går sakta igenom några villaområden där det inte råder söndagsfrid utan det är full aktivitet med någon form av arbete på hus eller i trädgård.

Jag stannar upp och lyssnar och ser och hör, vad jag tror är far och son som diskuterar hur man lättast skall gå tillväga med muren man just håller på att bygga. Vandrar vidare och en ensam herre går i trädgården och kantklipper. Han ser ut att tycka det är skönt att gå där och arbeta i sin ensamhet innesluten i två stora täta hörlurar. Två kvinnor står och pratar på var sin sida av staketet och av de prunkande trädgårdarna att döma diskuteras nog det kommande höstarbetet.

När jag studerar trädgårdarna kan jag konstatera att just nu är det en brokig samling av växtligheter. På en del ställen prunkar fortfarande fantastiska pelargoner och andra sommarblommor. På andra ställen har man beslutat att hösten är här och satt den traditionella ljungen som på något vis sätter stopp för sommaren och säger "Välkommen höst".

När jag går i dessa omgivningar som är "mina" omgivningar sedan över 40 år tillbaks känner jag en enorm trygghet och glädje inom mig. Jag är tacksam för att jag fått den stora förmånen att växa upp i den här delen av världen som trots allt är en liten fridfull plats på jorden. Att få bo och verka i en ort där man känner många och har en gemenskap.

En vindpust och strax kommer några gula löv singlarde..... men

Vindpustar och singlarde löv får ha sin tid medan arbetet i föreningen och styrelsen lever ett annat liv.

Vi har haft många uppdrag efter sommaruppehållet. Det brukar bli en hektisk tid för styrelsen och många kurser för våra kommittéansvariga. Inte minst nu när det är ett helt nytt datasystem på ingång. Vi har ju redan gått över till så kallad "Central Uppbörd" och det har inte varit så enkelt. Vi är tacksamma att det finns en mycket duktig och ambitiös medlemskommitté som gör ett jättejobb med medlemsregistret, vårt viktigaste verktyg.

Alla höstens kurser på Skeppet har startat och pusslandet av lokalfrågor har lösts för den här terminen.

Vi i styrelsen ser fram emot att träffa er under hösten på både månadsmöten och pubaftnar och andra aktiviteter som komma skall.

*Den mätta dagen, den är aldrig störst.*

*Den bästa dagen är en dag av törst.*

*Nog finns det mål och mening i vår färd  
– men det är vägen, som är mödan värd.*

*Det bästa målet är en nattlång rast,  
där elden tänds och bröden bryts i hast.*

*På ställen där man sover blott en gång,  
blir sömnen trygg och drömmen full av sång.*

*Bryt upp, bryt upp! Den nya dagen gryr  
Oändligt är vårt stora äventyr.*

**Karin Boye**

*Goa hälsningar*

*Yvonne*





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 2016

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  
Tommy Landegren, 0171-46 93 96  
Elke Merkel Ragnarsson, 070-661 74 60  
Viveca Alexander, 070-221 65 64

### Redaktionscirkel för Medlemsforum 2016

Barbro Larsson, 070-541 65 29  
Lars Hansson, 509 87  
Gunnar Schneider, 535 54  
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

27 oktober. Björn och Linda Rapp underhåller  
24 november. Duromoll med Bernt Gahn  
underhåller

### Underhållning på Pomona i matsalen torsdagar klockan 14.00.

27 oktober, Mona Rosell  
10 november, Björksta Trio  
25 november, julmarknad på fredagen  
8 december, Envisorna



### *SPF seniorerna trygghetsringning är tillgänglig för alla!*

Den som ansluter sig ska varje dag före klockan 10.30 ringa en telefonsvarare och meddela att hon/han är på benen.

Om detta inte gjorts när en SPF-are lyssnar av svararen, kontrolleras omedelbart om något inte står rätt till. Därför ska den anslutne uppge anhörig eller granne som skall kontaktas om hon/han inte har ringt och inte svarar i telefon. Dessutom får man uppge vem som har en nyckel till bostaden. Nyckeln kan också förvaras på SPF:s expedition om så önskas.

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 man så visar upp hundra vackra egenskaper bedöms man ändå alltid efter sina dåliga sidor.

## 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.

Varannan 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
- % Lydias friska fötter KB
- % 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



### Resa till Armémuseet Stockholm

tisdag 25 oktober

- 10.30 Avresa Bålsta (gamla järnvägsstationen, bussterminalen, Kalmar Livs).
- 11.30 Guidad visning med tema "Stormaktstiden".
- 13.30 Lunch i restaurangen.
- 14.30 Återresa Bålsta.
- 15.30 Ankomst Bålsta.

Pris: 300 kronor, ej medlem 350 kronor i mån av plats. Buss, guidning, lunch.  
Anmälan till Lennart Carlsson, 26 september klockan 09.00 (gäller även email),  
070-569 75 74, lennart5592@gmail.com

*Ett kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan*

## Välkomna att följa med till filmvisning på Anders Hansers biograf

tisdagen den 8 november då vi ska se Egypten och Rozita Auer

Vi kommer att se ett bildspel om Egypten med musik av Björn J:son-Lindh och dans av Rozita Auer. Därefter ser vi även ett bildspel om Rozita Auer som är Sveriges första magdانسös. Föreställningen tar ca 1,5 timme inklusive paus, då vi serveras 1 glas vitt vin alt. alkoholfri cider. Efter föreställningen äter vi lunch på Restaurang Wärdshuset Ulla Winblad.

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



Pris 490 kr inkluderar buss, lunch, filmföreläsning, 1 glas vin eller cider, medlem och 540 kronor för icke medlem i SPF Seniorerna Håbo.

Välkommen med anmälan från den 26 september kl. 9.00 (gäller även mail) till Lisbeth Nilsson, telefon 073-929 06 61, e-post: lisbeth.nilsson@Lnctv.com Sista anmälningsdag är den 6 oktober. Icke medlemmar får medfölja i mån av plats. Bokningsbekräftelse med betalningsanvisning skickas efter anmälan.

*Ett kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan*

## Trafikkunskap 2

På bilden kommer en cyklist cyklande. Det är hastighetsbegränsat till 30 km/tim. Vid övergångsstället har mittklacken gjorts bredare och körbanan har blivit kurvig. Vad är rätt om hur cyklisten kör?



A: Eftersom körbanan har gjorts fartdämpande får man cykla på gångbanan.

B: Man får cykla på gångbanan men inte mot trafiken.

C: Man får aldrig cykla på en gångbana.

D: Man får cykla på gångbanan men man måste hålla till höger.

Rätt svar på sidan 21.

---

## Aloe Vera – för hälsa och skönhet

Välkommen till en presentation av den historiska växten Aloe Vera och dess användning förr och nu.

Mari Stabarkovic håller presentationen och bjuder på smakprov av Aloe Vera för både invärtes och utvärtes bruk.

Torsdag 10 november klockan 14.30-16.00 på Skeppet. Välkomna!

*Kerstin Adestedt*



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.

Följande vandring kvarstår:

1 november tar vi en längre vandring runt Bålsta och avslutar med lunch på Kalmarsands restaurang.

---

## Natur och kulturvandringar under hösten

Anmäl dig senast två dagar innan respektive vandringen till [kent\\_magnusson@msn.com](mailto:kent_magnusson@msn.com) eller 070-715 73 40.

Välkomna!



*Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.*

## IN MEMORIAM ULF WEINBERG

Höstterminens studiecirkel skulle just starta för säsongen. Vi såg fram emot att återigen få samlas på Skeppet, för att under Ulfs trygga ledning få några trevliga stunder med historia och litteratur – men så blev det inte.

Helt oväntat nådde oss budet att Ulf hade lämnat oss för alltid. Ofattbart kändes det som. Ulf var inte bara en inspirerande cirkelledare, han var också en mycket god vän. Han delade frikostigt med sig av sina gedigna kunskaper, och berättade även intressanta upplevelser från sitt yrkesliv.

Vi minns Ulf med tacksamhet för det arbete han lade ner för oss

– saken är mycket stor.

Han var en god förebild,

TACK, ULF!

*Karin Seger*



### Evenemang på Lastberget under hösten 2016

#### **After Work 28/10**

350 kr/person inklusive buss, mat och musikquiz

#### **Fars dag-weekend 12-13/11**

1 695 kr/person i dubbelrum

#### **Fars dag brunch 13/11**

205 kr/person, barn upp till 12 år, 15 kr/år

#### **Adventsbrunch 4/12 & 11/12**

295 kr/person, barn upp till 12 år, 15 kr/år

Läs mer på [www.lastberget.com](http://www.lastberget.com)  
Ring oss på 0171-41 77 00 eller skicka ett mail på [info@lastberget.com](mailto:info@lastberget.com)  
Varmt välkomna!

LASTBERGET   
MÄNNISKOR OCH MÖTEN

## SPF-vandring i Sigtuna

En härlig septemberdag begav sig 35 SPFare från Håbo till Sigtuna för att bese stadens soliga sida. Vi började vår vandring traditionellt med kaffe och dopp, denna dag på Strandvillans café, där vi kunde sitta ute i trädgården och njuta.

Sigtuna, som är Sveriges runstensrikaste stad, grundades på 980-talet av kung Erik Segersäll. Här fanns då inte någon bebyggelse och man kunde anlägga staden helt efter eget mönster. Man la ut långsmala tomter på båda sidor av en långgata, som gick, och går, parallellt med stranden. Här låg också Kungsgården där kungen bodde.

Kung Erik efterträddes av sonen Olof Eriksson, senare Skötkonung, som år 995 inrättade det första mynthuset i Sverige. Så småningom byggs ett antal stenkyrkor i staden och Sigtuna blir också det första biskopssätet. Sigtuna fortsätter att blomstra och här inrättas också kloster. Men i mitten av 1200-talet grundlägger Birger Jarl Stockholm, som blir huvudstad, och Sigtuna börjar förlora sitt värde. Efter Gustav Vasas reformation stängs klostren och då börjar en lång period av nedgång och förfall. Först i mitten av 1800-talet börjar en uppgång tack vare ingenjören Emil Edling, som bl.a. bygger en ångbåtsbrygga för att ta emot varor från Stockholm och Uppsala och turismen blir en affärsrörelse. Manfred Björkquist, senare ärkebiskop, inrättar ett centrum för unglyrkörrelsen. Sedan tillkommer också folkhögskola och internatskolor, och allt detta gör Sigtuna till en bildningsstad.

Vår vandring gick längs stranden, där vi först stötte på en nyanlagd labyrinth och en modern runsten, som anlagts för att locka stora och små till runstensjakt i staden. Mycket trevligt initiativ. Här fick vi också information om runstenarnas historia och om de stenar i Sigtuna som vi senare skulle träffa på. Efter strandpromenaden vände vi upp mot S:t Pers kyrkoruin. S:t Pers kyrka anses som Upplands första domkyrka och började byggas år 1100. Efter reformationen lämnades kyrkan att förfalla och efter en brand på 1600-talet har kyrkan stått som ruin.

På vägen upp mot Tingsberget och Klockbacken stannade vi vid en ovanlig runsten. Den är rest till minne av två kvinnor, systrarna Tora och Rodvi och är rest av deras bror. Detta är den enda runsten som en bror har rest över sina systrar.

På Tingsberget har man en härlig utsikt över Sigtunafjärden. Vid Tingsberget stod också klockstapeln, som byggdes i början av 1600-talet. Tyvärr brann den ner sommaren 2016. Vi fortsätter längs Prästgatan, som länge var en processionsgata och passerar S:t Lars ruin och kommer fram till S:t Olofs kyrkoruin. S:t Olofs kyrka var en vallfarts- och sockenkyrka och byggdes på 1100-talet. Den har fått sitt namn efter Olav den helige, kung i Norge, som ofta besökte Sigtuna. I ruinen finns en inmurad runsten. Stenen var minst hundra år när kyrkan byggdes och är till minne av Grimulv, en följeslagare på ett vikingatåg.

Invid S:t Olofs ruin ligger Mariakyrkan, som är Sigtunas äldsta bevarade byggnad. Den invides 15 augusti 1247 och började byggas av dominikanermunkar i början av 1230-talet. Tyvärr hade vi inte möjlighet att komma in i kyrkan just denna eftermiddag, men den är öppen dagtid och tillgänglig för alla.

Rådhuset, som ligger vackert vid torget, härstammar från 1740-talet. Det innehåller två rum, varav det ena var rådssalen och det andra tjänste- och sammanträdesrum. Tidigare var detta polisens vaktlokal med två finkor. Numera är det mycket populärt att gifta sig i detta vackra hus.

Efter intagen lunch på Sigtuna krog gick vi en promenad längs Långa gatan fram till den gamla telefonkiosken, som numera är en bokkiosk där man kan låna böcker. Väl värt ett besök.

Efter en trevlig dag återvände vi hemåt efter att några än en gång besökt Strandvillans café för att inta deras goda glass.

*Text: Eva Lidö*

*Foto: Kent Magnusson, Eva Lidö*





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](http://www.sehmansentreprenad.se)

**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

VÄLKOMMEN TILL FOTVÅRDSKLINIKEN

**DIN FOT**

Medicinsk fotvård 60 minuter, pris 380 kr.

**Pirjo Johansson**

Dipl. medicinsk fotvårdsterapeut

/Leg. sjuksköterska

Tankens väg 4. (Prästängen)

Telefon 070-651 72 55

[pirjojo@hotmail.com](mailto:pirjojo@hotmail.com)



**KLIPPHÖRNAN  
HERR & DAM**

Vänersborgsvägen 1, Bålsta

Telefon 0171-512 38



*Anki & Birgitta*

**Har du alla tjänster du behöver?**

Hos oss får du hjälp att komma igång med  
de självbetjäningstjänster du behöver för att  
sköta din ekonomi på egen hand.

Välkommen in så berättar vi mer.

Centrumstråket 7, Bålsta  
0171-537 70  
[handelsbanken.se/balsta](http://handelsbanken.se/balsta)

**Handelsbanken**

## Väldens största segelfartyg.

För 100 år sedan beställde Danmarks rikaste man, Hans Nils Andersen, ägare av Østasiatiska Kompaniet (ØK) i Köpenhamn, världens största segelfartyg.

Andersen föddes 1852 i ett fattigt arbetarhem i hamnstaden Nakskov på ön Lolland. Fadern var båtbyggare och visst hade han önskemål om att sonen skulle gå i hans fotspår, men att det skulle ta sig sådana proportioner hade nog ingen vågat tro.

Ynglingen gick dock hemma på kajen och drömde sig bort, han ville se vad som fanns bortom horisonten. Han längtade ut på de vidsträckta haven och vid 19 års ålder mönstrade han på barken "MARS", som nu skulle föra honom ut i den stora vida världen.

Fem år senare beträdde han marken för första gången i landet Siam (nuvarande Thailand), och i Bangkok startade han ganska snart företaget Andersen & Co. Han blev god vän med dåvarande kungen Rama V, som ville utveckla landet efter ett modernt västerländskt mönster och efterlyste därför en samarbetspartner och han fann att Hans Nils Andersen från Nakskov, var den rätta mannen för uppgiften.

Andersen började med att restaurera ett brandskadat hotell i Bangkok och snart stod det klart för återinvigning och då började också affärerna blomstra. Tio år senare reste han hem och startade ØK i Köpenhamn.

Efter bara femton år hade ØK växt till ett storrederi och seglade med sina fartyg i stort sett över hela världen. Det behövdes nu ytterligare ett skeppsvarv utöver det som redan fanns i Köpenhamn och valet föll helt naturligt på hans gamla hemstad Nakskov. Nu föddes även tankarna på att bygga ett Skolfartyg för utbildning av duktiga sjömän, men 1914 startade Första världskriget och satte stopp för hans planer. Först fyra år senare, då det åter var fred, återupptog han planerna, men hans medarbetare tyckte att det var ett våghalsigt projekt, att bygga ett så stort segelfartyg när ångbåtarnas tid var inne.

1920-talet var optimismens årtionde, börserna på Wall Street slog nya rekord nästan dagligen och han var inställd på att bygga ett im-

perium, ett "seglande självporträtt" som kunde visa vad hårt arbete kunde föra till och även tala om att han hade lyckats och snart var Danmarks rikaste man och dessutom danska Kungens rådgivare.

Andersen hade tjänat stora pengar på våghalsiga spekulationer under krigsåren och var dessutom känd för att vara hård i förhandlingar, och det även när han investerade i nya segelbåtsprojekt.

Han var dock som vanligt envis och orubblig, skolfartyget skulle bara byggas. Det skulle dessutom nu bli världens största segelfartyg och det skulle inte ha fyra master som alla andra fartyg, nej – detta skulle ha fem. Där utöver skulle skeppet slå alla andra fartyg på alla parametrar och "København" skulle bli dess namn.



Skolskeppets längd blev totalt 107 meter, bredden 15 och djupgåendet 9 meter. Det hade en segelyta på 4 646 m<sup>2</sup> och högsta masten var 60 meter och skeppet skulle klyva vågorna med en hastighet av 18 knop i timmen.

Det lades ner ett oerhört arbete på utformningen och detaljerna, men också på ytsmyckningen, här skulle det inte sparas på någonting. Detta skulle bli kronan på hans verk.

Han var ju trots allt 75 år och han hade hoppats på att skolskeppet skulle stå klart för avsegling till hans 76-års dag, den 10 september, men den dagen kom Kungen med följe ombord, tillsammans med andra prominenta gäster för att beundra hans vackra skepp. Men den 14 september 1928 skulle Skolfartyget äntligen

lämna kajen. Under pompa och ståt och med hundratals anhöriga på kajen som viftade med flaggor och näsdukar, gled nu det vackra skol-skeppet "København" sakta ut ur hamnen, på väg mot horisonten på sin jungfruresa – ända till Buenos Aires i Argentina.

Men först skulle de anlöpa en mindre hamn på Nordjylland för att lasta cement. Detta var absolut ingen nöjesresa och arbetsuppgifterna ombord var så snarlika som på vilket annat handelsfartyg som helst.

Utöver besättningen som bestod av 60 unga män och fartygsbefäl, fanns också ett stort antal levande höns, änder och också en del grisar som alla ingick i skeppets proviant. Det fanns också en skeppshund och ett antal katter som efter bästa förmåga skulle hålla möss och råttor stången.

Efter nästan två månader till havs siktade de äntligen fyren den 6 december, den som skulle visa dem vägen in till Buenos Aires hamn. Det hade varit en bra resa, befäl och övrig besättning gav fartyget högsta betyg i sjöduglighet. Kapten ombord, var känd under öknamnet "Tyfon-Ferdinand", eftersom han var livrädd för hårt väder, han undvek stormar så vitt möjligt och det hade inte varit något oväder under denna resa.

Det var många brev som väntade här på besättningen, från föräldrar, fästmän och hustrur hemma i hemlandet. Och eftersom det lackade mot jul var det också dags att tänka på julskin-kan, som fortfarande gick runt på fyra ben nere i lastutrymmet, helt ovetande om sitt öde. Men under seglatsen hade besättningen dock gått och blivit goda vänner med grisarna och gett dem godsaker, de hade till och med gett dem gulliga smeknamn, så det var inte alldeles enkelt att fatta beslutet – att de nu skulle slaktas.

Därför hölls det en omröstning ombord, huruvida det skulle bli någon "Fläskstek med spröd svål" på julaftonsmenyn eller inte, – det röstades för att grisarna skulle få leva vidare till nästkommande jul.

Lasten med cement var lossad och även ballasten på flera 100 ton med sand fanns på plats i lastutrymmena och besättningen hade nu möjlighet att vila upp sig några dagar medan de samtidigt kunde göra olika utflykter och se den annorlunda naturen.

De skulle dock vidare den 14 december, därför var de flesta sysselsatta med att skriva brev och sända en julhälsning till sina nära och kära i hemlandet, innan det kastades loss.

En besättningsman skulle dock bli lämnad kvar på sjukstugan i staden. Han ansågs vara allt för sjuk för att klara av att följa med på nästa etapp, som skulle bli hela 8 500 sjömil innan de var i Melbourne i södra Australien.

Under resan hit till Argentina hade matrosen haft lunginflammation och legat med hög feber på ibland över 40. Någon dag före insjuknandet hade han dock berättat för sin kamrat, att han haft en fruktansvärd mardröm, där skolskeppet "København" hade gått till botten med man och allt.

Detta hade kamraten idag skrivit i brevet till sina anhöriga, men samtidigt också gett sin tvivlande syn på saken, att nya skeppet skulle förlisa, nej – det fanns absolut ingen möjlighet. Däremot gick snacket ombord, att matrosen troligen hade hållit termometern i lågan på stearinljuset för att höja tempen med några grader extra.

Efter att ha seglat i en vecka och passerat Afrikas sydspets, var de nu i den södra Atlanten som hette "The Roaring 40" som var allmänt känd för sitt hårda väder.

Den 21 december var telegrafisten på skolskeppet i radiokontakt med ett norskt ångfartyg och han hade då meddelat att det var mycket hårt väder. Även den 22 hade de kontakt och det hade nu meddelats att det var mycket höga vågor och att flera besättningsmän hade spolats överbord och att de även hade sett flera isberg.

Senare kom ytterligare ett meddelande om förskjutning i ballasten och att det var brand ombord.

Nästa dag försökte norska fartyget få radiokontakt med "København", dock utan att lyckas.

Man tror att en missionär Linsay på klippön Tristan da Cunha, kan ha varit den sista som såg fartyget, och enligt honom skulle skeppet då ha varit i svår sjönöd.

Eftersom ingen hade hört av eller sett till skolskeppet "København" på flera månader, meddelade rederiet den 27 mars 1929, att fartyget hade förlist någonstans i södra Atlanten.

Detta var ett stort nederlag för Andersen som han aldrig riktigt skulle komma över. Ändå satte han igång att bygga ett nytt skolskepp, dock mycket mindre, en tremastat fullriggare, 65 meter lång och 10 meter bred, med en segelyta på 1200 m<sup>2</sup> och det byggdes på Nakskov Skeppsvarv. Skeppet döptes till "Danmark" och sjösattes 1933 och fungerar som skolfartyg än idag. Det gör varje år två resor, en sommartur i de nordiska farvattnen och ytterligare en under vinterhalvåret till de södra Europeiska farvattnen och deltar då i de stora kappseglingarna för fartyg.

Hans Nils Andersen avled 1937 vid en ålder av 85 år och var då en av landets rikaste män. Han var intill sin död en högt aktad man och redan 1919 blev han adlad av kung Christian X med Elefantordern, som är den absolut finaste utmärkelsen man kan erhålla i Danmark.

Arne Due



*Ingen krans och ingen blomma  
Smycka skall en sjömans grav  
Endast vågor gå och komma  
Skeppet vaggas ut i kvav.*

Hur får jag in appen i mobilen?

Det finns inga dumma frågor.

Vad är Mobilt BankID?

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

Hur hittar jag mitt lösenord?

Ein Johansson-Aminder  
Tel. 0171-854 25

**Sparbanken i Enköping**

Bålstakontoret - Stockholmsvägen 85  
[www.sparbankenenkoping.se](http://www.sparbankenenkoping.se)

## 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 nu kommer Bibbi Baahts fortsättning på hennes resa 1950.



På kvällen bjöd han oss alla på en mycket känd restaurang uppe i bergen där vi bland annat åt hummer. Han hade även en villa nere i Valparaiso med 17 tjänare. Farbror Inge, som var förste styrman ombord, berättade långt senare att de hade fått reda på att han var storsmugglare av narkotika och hade använt sig av Atomena för sina resor till USA. Men vad visste vi om narkotika – Nada.

Vi lämnade Valparaiso den 11 november och gick söder ut mot San Vicente, vidare till Talcahuano och San Antonio och Concepcion. Därefter gick vi tillbaka till Valparaiso dit kom vi den 17:e och låg drygt ett dygn. Min leksakshund, som jag fick av mäklaren i New-York, gav jag bort till Kaisers barn som kom ombord och besökte sin pappa.

Nästan rakt ut i Stilla havet utanför Valparaiso ligger Robinson Kruse ön och längre ut ligger Påskön. Detta satte min fantasi i rörelse eftersom jag läst boken om Robinson Kruse. Jag stod på bryggan och tittade ut över det skummande havet, tankar och skrämmande fantasier fick fritt spelrum. Pappa berättade om Påskön.

Vi vände norrut och gick åter igen till Tocopilla där vi låg i sex dygn. Pappa hade köpt en liten jolle till mig, som jag döpte till Chicco, den var av mahogny och helt underbar.

Här i Tocopilla fanns det tid att hiva ner jollen och ro, farbror Ingemar (telegrafisten) var



**I** Medlemsform nummer 4 berättade jag om min mamma, min syster och mitt mötte med pappa i NewYork och vår resa ner genom Panama-kanalen. Pappa var sjökapten på m/s Atomena. Det var i september 1950 och jag var 13 år. Vi hade inte träffat vår pappa på 15 månader.

Viña del Mar.

Chile är världens längsta och smalaste land med en landremsa på 430 mil. Vi lämnade Antofagasta i Chile den åttonde november. M/s Atomena hade nu kurs mot Valparaiso som är hamnstad till Santiago. Efter två dagar till sjöss anlände vi dit på förmiddagen. När pappa var färdig med alla dokument som skulle skrivas under, blev vi hämtade av en man som tidigare varit med som passagerare ombord. Han var mångmiljonär och hade många kor och hästar på en hacienda uppe i Viña del Mar. ("Havets vingård")

Vi blev bjudna på lunch och fick plocka apelsiner från träden. I dag låter inte detta ett dugg spännande, men jag kan försäkra att 1950 var det en sensation. "Pappa kan du inte fråga om vi kan få ett glas mjölk till lunch." Pappa ställde frågan. Vår värd såg lite frågande ut, men tillkallade en betjänt som fick i uppdrag att ordna detta till kaptenens underliga döttrar.

Efter en stund kom en betjänt med en kanna spena-varm mjölk till de unga damerna. De hade väl aldrig hört talas om någon som drack mjölk förutom små barn. Marianne och jag kände oss lite fåniga. Vi tittade på mjölken och såg bestörta ut men tackade nej. Mamma påpekade att när hon var ung drack de alltid mjölk direkt från korna!

med mig och vi prövade fiskelyckan. En av dagarna tog Pappa kontakt med en fiskare som kom med sin båt som var fylld med fiskegarn. Vi skulle ut till några klippor för att titta på sjölejonen. Marianne och jag låg på fiskegarnen och höll oss fast i garnen för dyningarna var djupa. Sjölejonen var väldiga, stora och skrämmande och brölade på oss med full styrka när vi kom närmare. Det var otäckt och vi återvände snart till tryggheten ombord på Atomena.

Kanske var det här som mamma upptäckte en stor varböld på sitt bröst. Pappa tillkallade en läkare. En stor, tjock, orakad läkare i svart kostym kom ombord. Han tog fram skalpellen och skar, sen var det inget mer med det.

Vi åkte ut för att bada i en stor "cementpool" som låg på klipporna alldeles vid havet. Det var ett kargt och klippigt landskap och vågorna slog in över polen. När vi var där kom en skolklass med flickor i vår ålder, som tittade storögt på oss, alla ville bli fotograferade med Marianne och mig.



Men jag var väldigt blyg och ville inte komma för nära. Jag var rädd för att få löss, konstigt – kanske ni tycker! Men den proceduren som jag fick gå igenom hos mormor på Liden, när mamma upptäckte att jag hade fått löss, den var svår att glömma. När jag gick i första klass, hade fröken skickat med oss lappar hem, där det

stod att alla barn skulle avlusas. Mamma fnös och var förnärmad men mormor sa; "Bibbi har löss." Efter timmar med tvättning i ättika och luskam sa mormor till slut att nu fick det vara nog. Säkert var jag röd i hela hårbotten, och mamma kunde skriva på pappret till fröken att; "Birgitta har inga huvudlöss." Den lusen finns inte som hade överlevt den proceduren.

Vi låg på redde och därför var det ständigt småbåtar som låg runt om oss och ville sälja allt från palmhattar till fisk och frukt. Uppe i byn fanns det en liten katolsk kyrka som var utsmyckad med guld och silver och hade trånga små biktbåsar. Jungfru Maria och flera andra helgon var vackert målade i klara färger, hela denna lilla kyrka glänste och glimmade. Visst var de katolska kyrkorna mycket vackrare än de svenska kyrkorna, åtminstone om man tänker på all den världsliga glansen som fanns där. Alla som kom dit in skänkte en slant, trots sin fattigdom, till den katolska kyrkans fortsatta rikedom. Jag var upprörd och hade tusen frågor till mamma och pappa.

Om det fanns en skandinavisk sjömanspräst i de hamnarna vi besökte kom han ombord. Han kom med böcker och tog tillbaka de lästa böckerna och pratade med sjöfolket ombord. Mamma hade nog stort utbyte av dessa stunder. Mamma var djupt troende, hon hade fått en vacker bibel av mormor och morfar när vi lämnade Sverige. Denna bibel läste hon jämt i.

Jag älskade mitt målarskrin, som jag fått av mormor och morfar, när vi lämnade Sverige. Jag satt igång att skissa lite grann på ett landskap med Aterna som bakgrund. Det skulle bli en relativt stor tavla, som jag målade på baksidan av ett sjökort. Mina ambitioner var stora, men det var ingenting mot vad (maskinchefen) farbror Tores var, när han skådade mitt färdiga verk. Han frågade mig om han fick bättra på den lite grann, jag stod frågande, men han sa att han hade målat en hel del. När han kom tillbaka, med vad som från början var mitt konstverk, hade han gjort det till sitt. Det var en fin målning, men jag var refuserad till ingenting. Min signatur hade han målat över och nu stod där istället TOBI, dessutom var varenda färgtub nästan slut. Jag tog aldrig mer i det skrinet. Jag var kränkt, fruktansvärt ledsen.

Jag återgick till att måla relingarna men först måste jag knacka bort rosten. Pelikanerna satt i fören och glodde på mig, de såg lömska ut, tyckte jag. När jag tröttnat på att måla, putsade jag mässingen på bryggan eller också fick jag stå vid rodret med farbror Inge på betryggande avstånd. Någon kväll då och då, spelade vi Canasta men det var inte ofta.

Chile sträcker sig mellan Anderna och Stilla havet. Det är världens längsta och smalaste land med en landremsa på 430 mil och har alla sorters klimat.

Efter Tocopilla gick vi norrut mot en liten by som heter Paita i Peru. Vi hade tre och ett halvt dygn till sjöss i lugn sjö och gick i 14 knop. En liten by skriver jag, men idag är det en två-miljoners stad och har Perus femte största hamn. När jag i dag går in och goglar på alla dessa hamnar vi lastade och lossade last på i Sydamerika så har de vuxit till stora städer med många hundratusen invånare. Till Paita kom vi den 29 november vid tvåtiden och lämnade på kvällen nästa dag. Efter middagen fick Marianne och jag gå i land med farbror Tore och farbror Inge. På en telegrafstolpe var det en annons om en film som skulle visas. Vi letade oss dit och efter att ha löst biljetter satt vi på träbänkar med stjärnhimmel som tak och presenningar som väggar. Det var magiskt och trolskt i den ljumma natten. Strax började filmen – de visade Zorros märke.

Sen den dagen var jag såld på Zorro-filmer, jag var hänförd. Ja, det fanns inte ord för hur bra jag tyckte att den var. På hemvägen passerade vi en piazza och där fick vi alla vara med om någonting som slog filmen med hästlängder. Vi kom mitt i en pågående, riktig serenad. Nedanför ett hus stod en ung pojke som hade sin gitarrspelande vän med sig. Pojken som friade sjöng så smäktande vackert alltmedan han tittade upp mot det stängda fönstret, som förblev stängt. Men plötsligt drogs gardinen försiktigt åt sidan och en ung vacker kvinna skymtades. Men ingenting mer hände, jag ville aldrig gå därifrån. Det var så romantiskt, varför ville hon inte kasta ner en ros som ett tecken på att hon sa ja till hans frieri? Paita – den staden glömmer jag aldrig!

Trots alla nya platser och människor jag fick se och träffa, alla omvälvande intryck jag fick, så längtade jag enormt efter Lilian, Birgitta och Anita, mina kusiner på Liden (en handelsträdgård utanför Lidköping). Det var ensamt för en trettonåring med spring i benen, ingen att "leka med", ingen att fnissa och dela hemligheter med. Ja, jag längtade till Liden, att springa ut och in i pappas hytt, upp på bryggan, ner igen, ut på däck som i en enda upprepande cirkel var håglöst. Det låter otacksamt men jag var ju van att ha alla kusiner runt mig. Mammans och Mariannes utrymme ombord var ju lika begränsat, men mammans ännu mindre för hon kunde ju inte springa runt som jag gjorde.

Marianne hade sin förälskelse ombord och mamma hade ju pappa. Hade bara mamma och pappa vetat vem det var hade de slängt honom överbord. Men jag visste! Varför hade vi inga skolböcker med på resan, det var många som frågat mig efteråt. Förmodligen tyckte mamma och pappa att vi skulle lära av livets skola. Visserligen fick jag litet a i geografi när jag kom tillbaka till skolan för turligt nog läste vi om Sydamerika.

Denna resa bjöd oss på ett varierande väder, allt från hög sjö, dyningar, tät dimma och lätt sjö, kom vi så till Buenaventura i Colombia. Den tredje december på förmiddagen låg vi vid kaj och gick ut redan samma kväll. Hela familjen blev hämtad av en mäklare för att handla och se på staden. Det regnade och det var jätteskönt, Buenaventura är en av de regnräkaste städerna i världen. Mamma köpte krokodilskor och vi fick krokodilsandaler.

Nästa hamn var Cristobal i Panama, men först måste vi slussas upp till Panamakanalen. Här upprepades samma rutiner som på nerresan fast tvärtom. När vi kom till Lake Gatun var det samma som förra gången, allt som gick att tvätta bars ut på däck där såpa och skurborstar fick hjälpa till att få allt rent. Om ni inte visste det, så är sjöfolk mycket renliga av sig. I Lake Gatun låg vi i sju timmar och väntade på att det skulle bli vår tur att slussas ner. Det var lika varmt nu som på nerresan.

Vi kom till Cristobal den sjätte december och gick redan samma dag. Nästa hamn var



Wilmington i North Carolina USA dit kom vi den 11 och gick därifrån den 14.

Mamma kom med en överraskning, min Lucia krona plockades fram och elektrikern ombord hade gjort batteridrivna ljus i den! Lucianattlinnet var struket likaså det röda sidenbandet. När jag gått Lucia för alla som fanns midskepps fick jag gå akteröver till manskapet. Om man var Lucia så skred man fram och det gjorde jag med stor värdighet.

Men som jag skred fram där över däck uppstod tumult, alla som höll på att lossa lasten gjorde korstecken och en del lämnade fartyget. Vi var i södern och vad skulle de tro, när det kommer en vitklädd flicka med rött band om midjan och ljus i håret!

Den 16 december var vi så tillbaka i New York igen.

*Bibbi Baath*



## Rapport från bowlarnas resa till Mariehamn

Torsdagen den 22 september kl. 06.45 startade vår resa till Grisslehamn i två bilar, för att hinna med 10-färjan till våra bowlingvänner i Mariehamn för höstens bortamatch.

På utsatt tid kl. 13 (lokal tid) anlände vi till Eckerö och begav oss därifrån direkt till bowlinghallen i Mariehamn. Där möttes vi av våra glada bowlingvänner och efter de sedvanliga välkomstkramarna, var det dags för ombyte.

Vår fåtaliga men viktiga hejarklack intog sina platser och vi 8 spelare laddade för de kommande matcherna.

Trots bra stöd från "de våra på läktaren" så blev det storförlust med 803 poäng denna gång men Leif Örn hade mönstrat ett riktigt bra lag denna dag.

Efter ombyte till civila kläder samlades vi i cafeterian för utdelning av priser till respektive lags bästa dam och bäste herre.

Doris Nordberg och Bert Lundberg, MPF's bästa spelare, fick mottaga varsin flaska vin för sina insatser.

Våra bästa spelare var Ann-Mari Lyhagen och Leif Carlsson, som av Leif Örn fick mottaga skraplotter.

Vandringspriset får övervintra i Mariehamn. Jag tackade för bra arrangemang och hoppades kunna komma med 16 spelare till matchen hösten 2017. Vårens möte i Bowlroom kommer att spelas 29 april.

Under kaffet informerade jag om att det sedan var dags för lite hjärngymna.

Tre lag med vardera 3 deltagare fick "sittandes" ta sig igenom 3 tipspromenader med 10 frågor vardera plus en utslagsfråga.

Under tiden jag rättade svaren fick lagen ett antal klurigheter att lösa.

Bl.a.: Vad kallar samekvinnan sin massagestav?

Det visade sig att de 3 lagen vunnit var sin tipsrunda.

Alla kunde därmed kalla sig för vinnare.

Svar på klurigheten ovan: Fusklapp.

*Hans Renner*

## Politikerutfrågningen

Vi hade i god tid före den 8 september skickat ut inbjudan till våra politiska partier i kommunen för en politikerutfrågning denna kväll. Det var SPF Seniorerna som tillsammans med PRO ordnat kvällen på Skeppet.

Det var många medlemmar som kom för att lyssna och ställa frågor till våra politiker.

Moderator för kvällen var Gun-Britt Renefalk med hjälp av Ann-Christin Borneteg och Susanne Hultgren-Edholm som sekreterare.

Den fråga som kom att ta längst tid var boendefrågan vilket föll sig naturligt med tanke på den situation vi befinner oss i här i Håbo när det gäller äldreboende.

Första frågan gällde vad våra politiska partier uppfyllt efter löften om bostäder inför förra valet. Vi kunde ju klart konstatera att inte ett enda av de bostadslöften vi fick inför valet 2014 har besannats.

Man skyller på långa planprocesser samt omorganisationer och personalomsättningar och om vi skall jämföra med något kan det konstateras att den s.k. "Glastomten" har tagit åtta år från planering till färdigställande.

Det som också försenar det hela är den politiska oenighet som råder om var det ska byggas och om det skall vara i kommunal regi eller privata byggare.

Det senaste vi fått ta del av är byggandet av särskilt boende vid Kyrkcentrum. Detta blev dock återremitterat av oppositionen bland annat för att KPR och KHR skulle få möjlighet att yttra sig i ärendet.

Någon i publiken menade att man skulle sluta käfta med varandra och istället se till att byggandet påbörjades. Bättre samarbete efterlystes.

Förslag om bygge på Åsen har analyserats en del i KPR (Kommunala Pensionärsrådet), KHR (Kommunala handikapprådet) och i AHF (Anhörigföreningen). Samtliga var emot att bygga ett särskilt boende för att det skulle komma att ligga för långt från centrum av de faciliteter som behövs. Däremot kan vi mycket väl tänka oss ett korttidsboende på Åsen, men dessvärre kan inte heller detta verkställas.

Färdtjänsten blev nästa diskussionsämne. Där kunde vi konstatera att Håbo kommun har bra färdtjänstregler. Däremot är vi inte överens om Vård- och omsorgsnämndens beslut att medverka i en utredning om en gemensam sambandscentral. Vi har tillsammans med Kommunala handikapprådet lämnat in en skrivelse om detta.

Fallskador och många trycksår diskuterades också. Flera politiker framhöll att högre bemanning av personal är ett effektivt sätt att minska dessa skador.

Frågor som handlade om, LOV (Lagen om valfrihet), hur behåller vi personalen inom vården, brottsligheten i samhället, och en redogörelse av Torborg om hennes "shopper" som vandaliserats var frågor som kom upp under kvällen.

I stort sett blev det en bra kväll och det var väldigt roligt att så många av våra politiker kom, alla partier var representerade utom Vänsterpartiet.

Gun-Britt Renefalk tackade därefter våra förtroendevalda samt publiken för att de ville ställa upp vid kvällens politikerutfrågning.

*Yvonne Lindström*

### Medicinsk fotvård

*Lydias friska fötter KB*

Välkommen att boka tid för en skön och avkopplande fotvård hos mig

**LYDIA LINDH**

Dipl. Medicinsk fotvårdsterapeut

**070- 528 6996**

Jag finns på Olavis Kiropraktik  
Stockholmsvägen 109 D  
(Scalahuset, Bålsta)  
Reducerat pris för ungdomar  
och pensionärer.  
Öppet enligt överenskommelse.  
Jag gör även hembesök.



# Olavis Kiropraktik

Medlem i KFS

Olavi Pääkkö, leg. kiropraktor  
Stockholmsvägen 111 (Scalahuset)  
746 32 Bålsta

Telefon 0171-569 69 Fax 0171-584 50

## Museum utan tak

Vadå, ett museum utan tak – finns det – undrade någon.

I Kungsängen finns ett vägmuseum där 4 vägar från olika tidsepoker kan studeras från i princip ett och samma ställe. Hela 29 SPFare var intresserade att lära mer om 1600, 1800, och 1900-talens vägar och även motorvägen.

Stället kallas i folkmun för Dalkarlsbacken och har gjorts så sedan ett dalaregemente byggde den första vägen 1665.

Vägen användes under i stort sätt 200 år innan backen ansågs alltför brant och nästa väg blev klar 1856. Denna väg överlevde bara till 1930-talet då ett nödhjälpsarbete skapade den väg vi alla har använt tills motorvägen blev klar över Ryss-graven 1971.

När vi gick på vägen från 1600-talet förundrades vi över det arbete som hade gjorts med muren för att minska lutningen på 1800-talsvägen. Väl uppe på krönet kunde vi njuta av utsikten mot Kungsängen.



Efter Dalkarlsbacken har alla vägar, förutom motorvägen haft samma sträckning mot Stäkets sund.

Efter att vi fått höra allt om de fyra vägarna valde vi att vandra på Upplands-Bro-leden i stället för att gå efter landsvägen.

Under vandringen i Stäketskogen såg vi ett antal av de så kallade de Geer-moränerna och förundrades över istidens framfart i naturen.

Vi anslöt till 1600- och 1800-talsvägarna vid grindstugan nära nerfarten till Almare-Stäket. Vägen har det vackra namnet Ärkebiskopsvägen.

För att komma ända fram till Stäkets sund passerade vi en tämligen ny bro på gamla brofästen, anlagd av ING 1 1981.

Innan det äntligen blev det dags för det efterlängttade kaffet med dopp fick vi höra varför vägen hit har fått det namn den har. Det har nämligen legat en försvarsanläggning här och det omtalas att den brändes första gången 1187 och ärkebiskopen Johannes som då befann sig här bragdes om livet. Sten Sture d.y. lät riva hela borgen 1518 efter att ha besegrat Kristian tyrann och ärkebiskop Trolle här två år innan Stockholms blodbad.

För att inte vandra precis samma väg tillbaka till bilarna ställdes kosan mot Almare-Stäket och på vägen dit gjordes en kort avstickare till Monumentholmen för att studera det stora monument som Gustaf Fredrik Åkerhielm har rest över sin maka Helena Charlotta af Ugglas.

Någon förundrades över hur Åkerhielm hade mage att påstå följande om sin maka: "Ädlare människa än hon har jorden icke burit."





Vi tog oss tillbaka till vägen via vissa hinder som vi lätt övervann och fortsatte till gården Almare-Stäket som har en lång och intressant historia.

Redan på 1580-talet lär den första byggnaden ha uppförts här och delar av den finns fortfarande kvar någonstans i mitten av nuvarande hus. Här bodde bland annat Eva Ekeblad, den första kvinna som redan 1748 blev invald i Kungliga vetenskapsakademien. Nästa gång en kvinna blev invald i akademien var på 1970-talet.

Efter att ha rundat Almare-Stäkets gård hälsade vi på alla hästar som finns här och tittade på hästpoloanläggningen.

Vid det fina magasinet bredvid poloplanen, som har internationella mått, intogs lite eftermiddagskaffe innan vi vandrade den sista biten mot bilarna vid Dalkarlsbacken.

Gert Lidös GPS påstod att vi hade vandrat 8,5 km under denna fina sensommardag den 6 september.

*Elisabeth Andersson och Kent Magnusson*



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

## MåBra

fot & kroppsvård i Bålsta

Behöver du sköta om dina fötter?  
 Vi har **medicinsk fotvård**  
 och gör även **hembesök**.

Vi hälsar vår nya  
 fotvårdsterapeut välkommen.  
**Kerstin 070-2246967**

**Eleonora 070-4125836**  
 Tar emot emot **remisser**  
 för **diabetiker**.

**Välkommen att boka tid:**  
**0171-551 25**  
 Mansängsstigen 11,  
 746 32 Bålsta.  
 (Polishuslängan)

## GoFix:it

Mjöd. 6, Bålsta  
 0171-667720  
 Datorer & Service [www.gofixit.se](http://www.gofixit.se)

NYHET!  
 RUT-avdrag!

Datorhjälp hos dig.  
 Vi sköter allt, du betalar hälften!

Ex. Bålsta tätort, körning + 1 tim = 500:-



Drop-in m gratis snabbkontroll!

500:- vid löst problem

Tom 17/9	Från o m 19/9
mån-fre 9 - 12	mån - fre 9-14
lördag 11-14	lördag 11-14

SPF-rabatt!  
 10% på tjänster  
 butik/verkstad

Ring 8-17 för bokning annan tid!



## Rätt svar trafikskola 2

Det är C som gäller. Gångbanan är precis som det låter, reserverad för gående. Alltså inga fordon. Cykel är ett fordon. Om du är osäker i en viss trafiksituation och inte vill cykla så får du leda cykeln på gångbanan.

## SPF Seniorerna Håbo

RABATT: 300 kr på alla flerdagsresor

### JULMARKNADSRESOR

#### Hamburg Lübeck Goslar

to 24/11 4d. 3.890 inkl. bussresa, hotell, tre frukost, tre middagar  
julmarknad i Hamburg, Lübeck och Goslar, shopping

#### Lübeck 3 d

fre 25/11 3d. 2.890 inkl. bussresa, två övernattningsnätter på Lübecker Hof, två frukost, shopping

#### Köpenhamn Jul på TIVOLI

fre 25/11 3d. 2.890 inkl. bussresa, hotell, två frukost, julmarknad Tivoli

#### Jokkmokks marknad

to 2/2 6d. 8.890  
inkl bussresa, hotell, frukost, middag, Icehotel Jukkasjärvi, Esrange, LKAB visningsgruva

#### Storslagna ISLAND

ons 5/4 5d. 8.890  
inkl flyg t/r, hotell, transfer, Blå lagunen, Gyllene cirkeln, stadsrundtur Reykjavik

#### Bremen Stade Rostock

to 1/12 4d. 3.890 inkl. bussresa, hotell, tre frukost, tre middagar, julmarknad i Rostock, Bremen och svenskstaden Stade, shopping

#### Göteborg Jul på Liseberg

lö 3/12 2d. 1.890 inkl. bussresa, hotell, en frukost, entré Jul på Liseberg, rundtur Göteborg

#### Reseträff Nord Syd AB

Stena Göteborg-Kiel 22/1 3d. 2.890 inkl. bussresa, plats 2-b hytt insides två luncher, två frukostar, två middagar, shopping Cittimarkt

#### Påsk i London Flyg t/r

to 13/4 5d. 6.590 inkl hotell, flyg, transfer, stadsrundtur

#### HOLLAND

#### Blomsterkarneval

ti 18/4 7d 7.690  
to 20/4 6d 6.790

**NORD SYD RESOR**  
NORD SYD FLYG OCH BUSS AB

Tfn 08-2471 00, 0171-35663  
må-fre 10.00-12.00 & 13.00-17.30  
e-post: info@nordsyoresor.se

Läs mera på [www.nordsyoresor.se](http://www.nordsyoresor.se)

## 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](mailto:info@ademso.se)  
Hemsida: [www.ademso.se](http://www.ademso.se)

**BBM**   
I BÅLSTA

**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.

# *En oförglömlig konsertkväll med Willemark, Trio X, Väsen & NBB*

Alla tillsammans eller i olika konstellationer. Här möts fantastiska musiker och musik från olika traditioner sammanflätas. En oförglömlig konsertkväll utlovas!

*Fridegårdscenen  
onsdagen den 16 november kl. 19*



**Lena Willemark** har kommit att bli en centralgestalt inom den svenska folkmusiken och en banbrytande genreöverskridande sångerska.

**Trio X**, improvisationstrion från Musik i Uppland, rör sig ständigt mellan och i olika musikgenrer, Lennart Simonsson, Joakim Ekberg och Per V Johansson.

**Väsen**, Upplands folkmusikgrupp som ständigt blir inbjudna till internationella musikfestivaler runtom i världen, Olof Johansson, Roger Tallroth, Mikael Marin och André Ferrari.

**Norrbotten Big Band** har sin hemvist i Norrbottensmusiken men turnerar också mycket i övriga Sverige, har varit grammisnominerade och är ett fartfyllt storband.

---

## **Arrangörer**

Kören Envisorna, SPF Håbo och Håbo kommun i samarbete med Musik i Uppland.

## **Biljettinformation**

Agneta Anderlund 070-537 65 02, Bo Lundgren 070-544 84 26

## **PS**

Biljetter kommer att säljas av spelhörnan i Centrum.

Annons kommer i Bålsta Bladet ca två veckor före konserten.

## Lövstabruk

Den 27 september, i strålande höstväder, genomfördes SPF Seniorerna Håbo resan till Lövstabruk i Norduppland, med Gert Lidö och Staffan Wohrne som reseledare. Lövsta ingår i den samling järnbruk i Uppland som kallas Vallonbruk och genererade enorma förmögenheter, samt hade stor betydelse för Sveriges ekonomi. Storhetstiden för gruv- och järnhanteringen i området började på 1600-talet och tog i stort sätt slut före andra världskriget, även om gruvorna i Dannemora producerade fram tills för några år sedan.

### Vallonbruken

Redan dagen före resan höll Staffan föredrag om Vallonbruken och släkten De Geer som var knuten till Lövsta. Det fanns ett 20-tal bruk i Uppland norr om Uppsala baserade på den högvärdiga malm som finns i området. När Sverige blev tvingat att betala Danmark för att återfå Älvsborgs fästning (Älvsborgs lösen) 1612, skrapade man fram alla möjliga ekonomiska resurser. Bland annat smalt man ner kungafamiljens silverservis, samt var man tvingad att låna pengar på den öppna marknaden. Bankirerna De Geer och De Besche från Amsterdam hjälpte Sverige och de fick arrendera Finnspång. Louis de Geer (1587 - 1652) insåg möjligheten att förbättra järntillverkningen och importerade arbetskraft från Vallonien i Belgien. Vallonsmidet var effektivare än tidigare metoder och Sverige blev snart kvalitetsmässigt världsledande på smidbart stångjärn. Ca 2 500 valloner invandrade under åren 1615 - 1655.

Detta var en tid då industrialiseringen av landet började. Staffan redogjorde för den tidiga utvecklingen av gruvdriften. Tillmakning, där berget eldas sprött så att det lätt kan brytas var den vanligaste metoden att få loss malmen innan krut kom till användning så småningom. Genom utökad gruvdrift och stålproduktion uppfanns nu många nya maskiner för uppföring av malm, ventilation, vattenpumpning, stångjärnshammare m.m. Vår kände uppfinnare Christopher Polhammar (1661 - 1751), senare adlad med namnet Polhem, deltog i utvecklingen med många nya tekniska lösningar.

### Lövstabruk

Den nästan nya vita bussen lastades i Bålsta med 50 passagerare och chauffören Tomas informerade om gällande säkerhetsregler samt föreslog att turen skulle gå via Tierp och Skärplinge till Lövsta och återresa via Österbybruk. Staffan hälsade alla välkomna ombord och berättade om dagens program. Resan gick genom vackert landskap där höstfärgerna så smått börjat framträda.

Nästan överkligt, mitt i storskogen, rullar bussen genom grindarna till ett noggrant konstruerat och välbevarat samhälle. Den slottsliknande herrgården är huvudbyggnad i en vacker park som restaurerades på 1970-talet. Kyrka, kontor, butik och arbetarbostäder ligger längs bruksgatan samt finns det stora ekonomibyggnader tätt utanför området. Verksamheten vid bruket upphörde 1926 och masugn och smedja revs 1932. Det anses att den kvarvarande delen av bruket är Sveriges bäst bevarade 1700-tals miljö. Lövsta anses ha varit världens största järnbruk under 1700- och början av 1800-talen. De färdiga produkterna från bruket kördes ut till Ångskär och senare Öregrund för utskeppning till bl.a. England.

Efter en kopp kaffe delades deltagarna upp i två grupper för guidning i herrgården. Guiden Susanne berättade att Louis de Geer köpte Lövsta 1643 och då tog järnhanteringen fart på allvar. Valloner kom på plats och bruket moderniserades. Under de så kallade rysshärjningarna brändes bruket ner och ödelades den 27 juli 1719. Charles de Geer (1660 - 1730) lät bygga upp bruket igen och herrgården stod klar på 1740-talet. Vid Charles död blev egendomen fideikommiss och existerade som sådan fram till 1986. Det fantastiska köket med sin Bolinderspis och kokkäril i blankputsad koppar visades liksom de vackra salongerna i senbarock. Matsalen som ritats av Jean Eric Rehn är ett enastående vackert rum med fönster på tre sidor. Biblioteket har moderniserats vid sekelskiftet 18/19-talet med hel ekpanel. Man hade faktiskt elström från tidigt 1900-tal.

Susanne berättade att bruket hade för tiden drägliga sociala förhållanden. Här fanns skola, sjukvård, viss äldrevård och vettiga bostäder för brukets arbetare. Arbetet för smederna var

dock extremt hårt med fyratimmarsskift följt av fyra timmars vila i en följd från söndag eftermiddag till lördag em. En smedbostad från 1720-talet visades och sett med den tidens ögon var den säkert mycket bra.

Sedan järnhanteringen lades ner är skogen och lantbruket kvar i De Geers ägo, medan Fastighetsverket äger herrgården och parken sedan 1997.

Guiderna lämnade besökarna och en god lunch serverades i "brukskassörens bostad". Därefter besöktes kyrkan från 1727. Den har ett luftigt, nästan kvadratisk kyrkorum med en av världens förnämsta barockorglar, byggd av Johan Niclas Cahman 1728. Organisten Daniel Watkins spelade några vackra stycken av J.S. Bach, Vivaldi och Lubeck, varefter han visade orgeln. Vacker musik och mycket intressant att se det pampiga instrumentet.

Därmed var besöket i Lövstabruk slut och det var tid att sitta upp i bussen efter ett mycket intressant besök arrangerat av föreningens resekommitté. Staffan summerade besöket och tackade för visat intresse och Gert tackade Tomas för god styrning samt talade om kommande resor. På nära utsatt tid landade sällskapet i Bålsta.

*Sverker Jonasson*



*Klockstapeln och orgeln*





Studiecirklar:	Dag och tid:	Anmälan:
<b>Bekvämlig säker IT</b> Dator – padda – mobil. Vi bekantar oss med nytt och gammalt. Hans Linde	24/8. Onsdagar 11.30-17.00.	0171-511 31 073-758 15 15
<b>Låt inte lura dig</b> Denna cirkel behandlar brott mot äldre, materialet är framtaget av SPF, PRO & brottsförebyggande rådet. Stig Sandgren ledare Anmälan görs till Kerstin Adestedt kerstin.adedstedt@gmail.com	8/9, 13/10, 27/10 klockan 14.00-16.30	070-346 08 90
<b>Plocka rätt svamp</b> Kristia Winroth	Vi lär oss mer om våra svampar. Anmäl intresse. Vädret bestämmer startdatum.	072-312 00 80
<b>Fransk konversation</b> Staffan Wohnre	Start 5/10 t.o.m. 30/11. Jämna veckor 9.00-11.00 Håll språket levande. Ej nybörjargrupp.	070-287 22 50 0171-577 90
<b>Konstcirkel</b> Olof Bentz/Sverker Jonasson	Fredag 16/9, 30/9, 14/10, 24/10, 11/11 kl. 14.00-16.00 Olof, bildlärare & konstnär leder oss.	0171-595 69
<b>Disgen</b> Gert Lidö	Fördjupningskurs i släktforskningsprogrammet. Start under hösten, tid fås av Gert	0171-545 64
<b>Må bra i knopp och kropp, (Ej nyanmälningar.)</b> Samtal om livet. Start 7/9 - 29/11. Gun-Britt Renefalk	Tisdagar jämna veckor kl. 9.30-12.00	0171-56 11 7
<b>Skrivarcirkel</b> Gunnel Ferm	Start 20/9 t.o.m. 29/11 klockan 13.00-15.00 Tisdagar jämna veckor.	0730-46 47 21 076-791 55 70
<b>Tyda gamla texter, fortsättning (Ej nyanmälan.)</b> 2 september t.o.m. 17 november. Inger Kölestam Catharina Josefsson	Torsdagar jämna veckor 8.30-11.00	0171-595 63 0171-548 80
Vi hjälps åt att tyda gamla texter, t.ex. kyrkböcker. Cirkeln mycket lämplig för alla släktforskare.		
<b>Religionskunskap (favorit i repris)</b> Vad är utsprunget till det vi tror på? Hur har det förändrats? Hur påverkar religionerna vårt samhälle? Gunnel Ferm gunnel.ferm@gmail.com	Start 27/9 – 6/12, tisdagar udda veckor klockan 13.00-15.00	0730-46 47 21
<b>Våra fåglar</b> Tillsammans får vi lite mer kunskap om våra fåglar. T.ex. vandring vid Hjälstaviken för att se fågellivet där på hösten. Vilka fåglar stannar hos under vintern, hur överlever de? Vart flyttar våra fåglar under vintern? Cirkeln följs upp under våren med nya träffar för att då ta emot våra fåglar. Arne Lindqvist	Start 13/9, 27/9, 18/10, 8/11 klockan 14.30-16.30.	0708-72 07 65

<b>Studiecirklar:</b>	<b>Dag och tid:</b>	<b>Anmälan:</b>
<b>Snacka om nyheter</b> Else Coster	5 september t.o.m. 28 november. Måndagar kl. 14.00-16.00. Jämna veckor.	0171-543 56
<b>Sånggruppen Duromoll</b> Lave Arnell	Start 18 augusti t.o.m. 8 december. Torsdagar.	073-352 4115
<b>Läsecirkel</b> Vi läser roliga och lättlästa böcker, för att sen träffas och prata runt böckerna. Irene Lundbäck	15/9, 6/10, 27/10, 17/11, 8/12 klockan 13.00-15.00.	070-640 3097
<b>Historia</b>	13 september t.o.m. 6 december. Tisdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.00	
<b>Litteratur</b>	14 september t.o.m. 7 december. Onsdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.00	
<b>Engelska</b> Brian Turner	6 oktober t.o.m. 8 december. Torsdagar kl. 10.00-12.00.	0171-557 61 070-574 12 24
<b>Redaktionscirkeln</b> Barbro Larsson	Start 27/7 t.o.m. 16/11. Plommonvägen 10. Onsdagar jämna veckor kl. 10.00-12.00	0171-507 49
<b>Släktforskning nybörjare/fortsättning</b> Catharina Josefsson Inger Kölestam	15 september t.o.m. 24 november. Torsdagar ojämna veckor 8.30-11.00.	0171-548 80 0171-595 63
<b>Nybörjare/fortsättning:</b>		
<b>Släktforskning grupp 1</b> Sven-Erik Svensson	2 september t.o.m. 9 december. Fredagar ojämna veckor 8.30-11.00.	070-733 24 89
<b>Släktforskning grupp 2</b> Sven-Erik Svensson	26 augusti t.o.m. 2 december. Fredagar jämna veckor 8.30-11.00	070-733 24 89
<b>Släktforskning grupp 3</b> Sven-Erik Svensson	2 september t.o.m. 9 december. Fredagar ojämna veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
<b>Släktforskning grupp 4</b> Sven-Erik Svensson	26 augusti t.o.m. 2 december. Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
<b>Släktforskning grupp 5</b> Sven-Erik Svensson	2 september t.o.m. 9 december. Fredagar ojämna veckor 14.30-17.00.	070-733 24 89
<b>Släktforskning grupp 6</b> Sven-Erik Svensson	26 augusti t.o.m. 2 december. Fredagar jämna veckor 14.30-17.00.	070-733 24 89
<b>Data för noveller</b> Olle Atling	15 september t.o.m. 1 december. Torsdagar kl. 14.30-17.00.	0171-515 80
<b>Våra fordon, gamla som nya</b> Bengt Olof Olsson. bolov.ol@telia.com	Vad vi har haft & kanske har kvar i garaget. Kl. 14.00-16.00. 5/9, 3/10, 31/10, 28/11.	0171-510 61
<b>Knyppling</b> Ella Andersson	16 september t.o.m. 25 november. Fredagar 9.15-12.00. Materielkostnad.	070-440 06 36
<b>Hantverk</b> Helena Löfgren	23 september t.o.m. 2 december. Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.	0171-599 65
<b>Busk- &amp; trädbeskrivning</b> Robin Welch	Startar i september.	070-728 79 13
<b>Män i köket "på egen hand"</b> Bo Lundgren	7/9, 28/9, 20/10, 9/11, 30/11. Onsdagar kl. 17.00 - 21.00.	0171-594 12
<b>Goda och lättlagade måltider</b> Tillsammans med Gert-Inge lagar vi god mat, som är lätt att tillaga utan krångliga recept och med massor av ingredienser. Kostnad: Självkostnadspris på det som tillagas, äts och dricks.		
Gert-Inge Öman	25/8, 15/9, 6/10, 27/10, 17/11, 8/12 klockan 17.00.	070-931 59 91.
<b>Lär dig spela gitarr</b> Bo Lundgren	Start 12/9 - 22/12. Måndagar 12.00 - 14.00	0171-594 12
<b>Sociala medier</b> Lennart Carlsson	Inget datum Torsdagar klockan 15.00 - 17.00	0171-548 59 070-569 7574
<b>Vardagsekonomi</b> Nu återkommer studiecirkeln med juridik som SPF anordnar i samarbete med Nordea. Kerstin Adestedt anmälan kerstin.adedstedt@gmail.com	Start 21/9 - 19/10. 5 träffar onsdag 15.15-16.45 Cirkeln leds av Kjerstin Holgemyr, Nordea	0171-579 79 0171-579 79

<b>Fysiska aktiviteter:</b>	<b>Dag och tid:</b>	<b>Anmälan:</b>
<b>Rullstolspromenader</b> Fernando Mena Gustav Körner	Pomona onsdagar ojämna veckor kl. 10.30.	0171-574 84 0171-592 95
<b>Qi gong. Lokal Korpen</b> Eva Hermansson	Start 20 september. Tisdagar klockan 15.00 - 16.00. I samarbete med Korpen. 450 kronor för 10 gånger.	073-641 56 64
<b>Seniordans på Skeppet</b> Monica & Björn Källberg	Start 12 september t.o.m. 21 november. Måndagar 10.00 - 12.00.	0171-544 18
<b>Vattengymnastik</b> Kontaktperson Birgitta Pettersson	Onsdagar: Långa personer 18.15-19.00, korta 17.30-18.15 Start vecka 35, 31 augusti.	0171-500 32
<b>Stavgång vid Granåsen</b> Solveig Fredriksson	Start 14 september. Onsdagar 9.00 - 10.30 Anmäl dagen före om du tänker delta.	0171-507 43
<b>Bowling, 110 kr/gång.</b> 10-kort 90 kr/gång Hans Renner	Start 16/8 - 20/12, 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.	070-750 32 37 0171-590 10
<b>Bowling nybörjare</b> Hans Renner	Anmäl intresse.	070-750 32 37 0171-590 10
<b>Boule Medborgarhuset utomhus</b> Sonja Fahlström	Start 10 maj - 13 september. Tisdagar klockan 10.00.	070-571 12 74
<b>Boule Skokloster Bygdegården</b> Christer Ridderstråle	Tisdagar året om. Klockan 10.00 - 12.00.	018-38 60 62
<b>Bangolf</b> Maud Jägerfjäll	Kontakta Maud för närmare information.	0171-507 05
<b>Shuffleboard Skeppet</b> Britt-Marie Pettersson	Start 6 september t.o.m. 6 december. Tisdagar 18.00 - 20.00.	0171-46 77 56
<b>Bordtennis</b> Karl-Åke Palm	Start 14 september t.o.m. 7 december. Onsdagar 09.00 - 10.30.	076-186 56 25
<b>Tennis</b> Staffan Wohrne	Intresserad? Kontakta Staffan.	0171-577 90
<b>Golf</b> Brian Turner Leif Lindberg	Start 26 april. Tisdagar kl. 09.00. Avgift: Rangebollar, spel enl. gällande avgift. Sofielunds golfklubb.	0171-557 61 0171-507 74
<b>Senior-Yoga</b> Svea Sahlén	Start 29 september t.o.m. 8 december. Skeppet torsdagar klockan 08.30 - 10.00.	0171-542 19
<b>Övrig verksamhet:</b>	<b>Dag och tid:</b>	<b>Anmälan:</b>
<b>Bridge</b> Staffan Wohrne	24/8 - 14/12. Onsdagar kl. 12.30 - 17.30.	0171-577 90
<b>Övningsbridge</b> Håkan Jonsson	Start 22/8 - 12/12. Måndagar kl. 13.00-16.00	0171-516 30
<b>Grundkurs i bridge &amp; övningsbridge</b> Håkan Jonsson jonssonh46@gmail.com	Start 22/8, måndagar klockan 13.00-17.00.	0171-516 30
<b>Träslöjd på f.d. Träffen</b> Olle Atling	14/9 - 30/11. Onsdag 15.00-17.00. Ring gärna dagen före om intresse finns.	070-731 29 91
<b>Bingo på Club Myran</b> Anders Boström i samarbete med PRO	24/8 - 14/12. Onsdagar kl. 10.00 - 13.00. Föreningarnas Hus.	0171-549 62
<b>Vävning</b> Inger Mobrin	Torsdagar 25/8 - 8/12. Talltorpskolan. I samarbete med PRO.	070-323 14 18
<b>MC-gruppen</b> Bengt Bremark Royne Eriksson	Start 28 april kl. 10.00. Samling vid Gamla Järnvägsstationen.	073-967 64 46 070-25 49 38



Välkommen till oss i SPF Seniorerna 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

*Novemnumret av Medlemsforum utkommer vecka 46 – manus **senast den 31 oktober**  
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.*

*Vid annonsfrågor: Vänd dig till Olle Atling, 0171-515 80, 070-731 29 91, olle.atling@bktv.nu*

SPF Seniorerna Håbo hemsida: [www.spfpension.se/habo](http://www.spfpension.se/habo)  
SPF Seniorerna Uppsala distrikts hemsida: [www.spfpension.se/uppsaladistriktet](http://www.spfpension.se/uppsaladistriktet)  
SPF Seniorerna Förbundets hemsida: [www.spf.se](http://www.spf.se)  
SPF Seniorerna expeditionens mailadress: [spfhabo@bktv.nu](mailto:spfhabo@bktv.nu)  
Ordförande i SPF Seniorerna Håbo mailadress: [ordf.spfhabo@bktv.nu](mailto:ordf.spfhabo@bktv.nu)  
Sekreteraren i SPF Seniorerna Håbo mailadress: [sekr.spfhabo@bktv.nu](mailto: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](mailto:yvonne@ylk.se)