



SVERIGES
PENSIONÄRSFÖRBUND
Grundat 1939



MEDLEMSFORUM

för
SPF SENIORERNA HÅBO

Välkomna

till SPF Seniorerna Håbo månadsmöte torsdag 30 mars
klockan 13.30 i Skeppet.

Program:

Seniorshopen besöker oss för modevisning med lokala
mannekänger och försäljning av kläder.
Passa på att komplettera vårgarderoben.



Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Nästa pub-kväll inträffar torsdagen den 23 mars 18.30 med
”hjärnkoll - hemmakoll - var är vi nu”. Entréavgift 30 kronor inkluderar
ost- och korvbricka. Dricka kommer därutöver. Nästa 20 april.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Ordförande har ordet!

Bo Lundgren

Hej och tack alla medlemmar i SPF Seniorerna i Håbo, för förtroendet att tillsammans med styrelsen leda och administrera föreningen.

Jag tror att många känner igen mig efter fem år i styrelsen, men om du inte vet vem jag är så kan du gå in på hemsidan och titta i vår tidning Medlemsforum nummer 6 2014.

Vi hälsar fyra nya medlemmar välkomna till styrelsen och det är, Ursula Edfast, Lars Bäck, Ralf Abrahamsson och Gustav af Jochnick.

Hoppas att denna fyrklöver kommer att trivas i vår styrelse, och att vi blir ett sammansvetsat team som jobbar mot gemensamma mål.

Vi har en mycket livaktig förening som vi alla kan vara stolta över, men vi måste också se till att stödja alla funktionärer som ställer upp och jobbar för vår förening.

Vår verksamhetsplan för verksamhetsåret 2017 är ganska diger och innehåller många delmål, vi kommer att prioritera och ta hand om frågorna i rätt ordning.

Förhoppningen är att ni skall känna att vår förening utvecklas och att den motsvarar era förhoppningar och önskemål.

Vi ses på Skeppet!

Vill Du vara med och utveckla vår fina organisation SPF Seniorerna?

Utan frivilliga krafter får vi ingen SPF förening som bl.a. erbjuder studiecirklar, varierande underhållning och en stor social gemenskap. Valberedningarna söker intresserade personer till SPF styrelserna både lokalt och på distriktsnivå. Det är ett roligt och stimulerande förtroendeuppdrag med många kamrater, som tillsammans entusiasmerar föreningarna att utvecklas. Är Du intresserad eller vet någon som Du tror vill arbeta i någon av styrelserna så hör av Dig så snart som möjligt.

Välkommen med mail eller telefonsamtal till någon av oss.

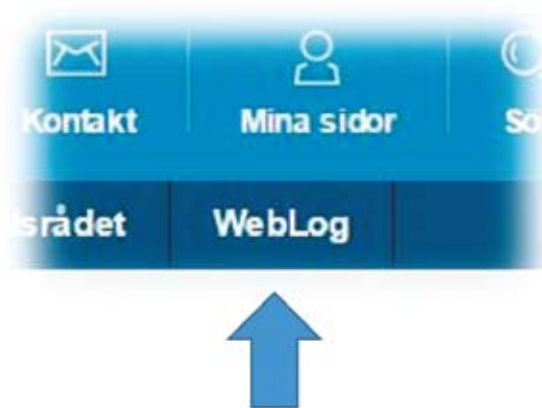
Gun-Britt Renefalk: gb.renefalk@telia.com

telefon 070-670 59 74

Peje Josefsson: peje@telia.com

telefon 070-548 80 20

Tips om nya hemsidan



Snabbaste sättet att hitta det senaste på hemsidan är att välja **WebLog** på menyn.



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 2017

Bo Lundgren, ordförande 070-5448426
Gustaf af Jochnick, vice ordf. 070-815 80 45
Kent Magnusson, sekreterare, 070-715 73 40
Ursula Edfast, vice sekreterare, 070-724 93 63
Inger Smedberg, kassör, 070-649 67 40
Viveca Alexander, vice kassör 070-221 65 64
Tommy Landegren, 0171-46 93 96
Lars Bäck, 076-794 41 90
Ralph Abrahamsson, 070-726 63 00

Redaktionscirkel för Medlemsforum 2017

Barbro Larsson, 0171-507 49, 070-541 65 29
Lars Hansson, 0171-509 87, 070-453 61 24
Birgit Olofsson, 0171-530 83
Agneta Lindbohm, 0171-568 08
Olle Atling, 0171-515 80 eller 070-731 29 91
för annonser
Christin Jonsson, utdelning, 0171-516 30
christinjonsson@telia.com

Kommande månadsmöte

27 april. Staffan Wohrne berättar om
sagoslott

Kommande pub-kväll

20 april. Bosse Lundgren med spelemän
underhåller

Underhållning på Pomona i matsalen torsdagar klockan 14.00.

30	mars	Vestarna
27	april	Glade Glenn
11	maj	Björksta Trio



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



Promenader är ett bra sätt att umgås. Det är lätt att prata förtroligt under promenader – ingen hör samtalen och ingen telefon stör – om man stängt av mobiltelefonen vill säga.

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!

- 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
- Hälsoterassen
- 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



Har **Du** ny mail-adress, hemadress och/eller nytt telefonnummer? Skicka dina nya uppgifter till medlemsregistret.spfhabo@bktv.nu Du kan också ringa Britt-Marie 070-497 58 56 eller Gunilla 070-511 03 73.



Gävleresa tisdag 25 april

Rese- information

Program:

- 08.00 Avresa Bålsta.
- 10.00 Guidad visning av Järnvägsmuseet.
- 12.30 Lunch Mackmyra Whiskeyby.
- 13.30 Guidad visning av Gravitationsdestilleri och Skogslagret.
- 15.00 Whiskyprovning.
- 15.30 Avresa mot Bålsta.
- 17.30 Ankomst Bålsta.

Pris 650 kronor per person, för
whiskyprovare 850 kronor per person.
(Icke medlem 750/950 kronor.)
Anmälan måndag 27 mars klockan
09.00 (gäller även mail) till 10 april till
Lennart 070-569 7574,
lennart5592@gmail.com



Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Stadsvandring på Kungsholmen fredag 21 april

Vi träffas på pendelstationen klockan 8.40 för att ta pendeln och sedan T-banan till Fridhemsplan. Därifrån går vi till Rålambhovsparken och går sedan längs vattnet förbi Marieberg och Kristineberg.

Vi börjar som vanligt med besök på café och avslutar med lunch.

Välkommen med anmälan till:

Elisabeth, telefon 515 71, Margareta, telefon 577 90 eller Eva, telefon 545 64

Nästa vandring torsdag 11 maj.



Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan



Oxhuset

Välkomna att följa med till visning av Tumba Bruksmuseum onsdagen den 3 maj.

Vi kommer att få guidad visning av 3 hus:

Oxhuset – Visning av Riksbankens historia, Sedelns historia / Nya sedlar.

Röda Magasinet – Visning av Handpapperstillverkningen, Papperets historia.

Kölnan – Visning av livet på bruket, Den Sociala historien.

Efter visningen åker vi till Lida Vårdshus och äter lunch.

08.45 Avfärd med buss från g:a järnvägsstationen, stopp vid Bussterminalen, Kalmar Livs.

10.30 Visning av de 3 husen på Tumba Bruksmuseum.

12.00 Visningen är slut och vi åker till Lida Vårdshus.

12.30 Lunch.

16.00 ca Hemkomst.

Pris 320 kronor inkluderar buss, lunch, guidad visning.

370 kronor för icke medlem i SPF Seniorerna Håbo.

Välkommen med anmälan från den **3 april kl. 9.00 (gäller även mail)** till

Lisbeth Nilsson, telefon 073-929 06 61. E-post: lisbeth.nilsson@lnctv.com

Sista anmälningsdag är den 13 april.

Icke medlemmar får medfölja i mån av plats.

Bokningsbekräftelse med betalningsanvisning skickas efter anmälan.

Ett kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

27 april startar vi årets MC-turer i Mälardalen.

I trevligt sällskap ägnar vi oss åt MC-turer var fjortonde dag under tiden april t.o.m. oktober.

Åker du eller ni så häng på, kvinna eller man spelar ingen roll. Turerna brukar ligga på ca 20 - 25 mil. Vart vi åker bestämmer vi tillsammans vid avfärd, var och en kan komma med förslag.

Vi stannar på ett fik eller matställe för lunch samt intressanta diskussioner. Vi brukar besöka museum eller något annat som intresserar oss.

Vi åker torsdagar udda veckor. Samlig vid gamla järnvägsstationen klockan 10.00 som är vår utgångspunkt för dagen.

Beräknad återkomst till Bålsta ca 16.00 - 18.00.

Vid frågor, ring: Bengt Bremark 0171-46 72 68, 073-967 64 46.

Royne Eriksson 0171-570 44, 070-225 49 38



Pubkväll i januari

Så har år 2017 börjat och även SPF Seniorerna Håbos verksamhet med studiecirkel och övriga aktiviteter har kommit igång. Styrelsen har levererat årsmöteshandlingarna för tryckning i Medlemsforum och förhoppningsvis har valberedningen namn på alla funktionärer som skall väljas på stämman den 27 februari.

Årets mötesperiod började med att programkommittén, med Lars-Olof Eklund i spetsen, arrangerade en pubkväll den 19 januari. Inte mindre än 76 seniorer deltog, och de undfångades med ost- och korvbricka för en smärre kostnad. Öl och vin fanns att tillgå.

Förutom mat, dryck och trevlig samvaro hade Bernt Gahn sammanställt en trevlig musikfrågesport. Med gemensamma krafter lyckades de flesta borden hitta rätta nyckelord, och kanske kunde någon till och med stava rätt till Alfvén.

Siv Ågren och Lasse Hallberg förrättade dragning i dagens lotteri, och sedan var det tid att dra sig hemåt i den mörka vinternatten. Som vanligt har deltagarna anledning att tacka programkommittén för ett väl genomfört program.

Sverker Jonasson



Ännu en trevlig PUB-kväll!

Ett 70-tal förväntansfulla seniorer hade samlats på Skeppet den 16 februari 2017 för att inte bara ha en trevlig kväll i glada vänners sällskap utan också få lyssna på Bernt Gahn och Hasse Svedberg.

Efter att fått oss till livs en god ost- och korvtallrik med diverse tillbehör och något gott att dricka bjöd Bernt och Hasse på en kavalkad av kända örhängen. Många sjöng med och det blev också lite spontandans till några av låtarna.

Lars-Olof Eklund och Ingrid Kläringe avtackades med rungande applåder efter många års arbete i programkommittén.

Innan vi gick hem föräddades alla med en SPF-reflex som förhoppningsvis kommer att användas alla kvällar efter mörkrets inbrott.

Ett stort tack till alla i programkommittén för ytterligare en trevlig kväll.

Kent Magnusson



Månadsmöte i januari

Nytt år, nya tag, nya månadsmöten, men allt är på många sätt sig likt från förra året. Den 26 januari inträffade SPF Seniorerna Håbos första möte för 2017 med hela 122 medlemmar närvarande. Många bilar blev det, och några felparkerades på pizzerians parkering. Dessas förare straffades med att få sina registreringsnummer upplästa offentligt.

På utsatt tid framträdde föreningens ordförande, Yvonne Lindström, och öppnade mötet samt hälsade alla välkomna. Hon berättade om Seniorrådet, Enköping/Håbo Lokalpolisområde, där polisen informerar om brott riktade mot äldre människor. Just nu är det några illviliga personer som ringer upp och utger sig för att vara läkare med erbjudande om hembesök och medicin. Tacka nej till sådant bud! Det är bara skojeri. Detaljer om seniorrådets verksamhet finns på föreningens hemsida: spf.se/habo.

Vidare berättade Yvonne om nytt äldreboende som kommer att byggas uppe vid Kyrkcentrum. Dess 60 lägenheter skall närmast användas för korttidsboende. Huset byggs av privat företag och kommer att hyras av kommunen. Anbud är begärda och man hyser gott hopp om att börja bygga före midsommar, och kanske är byggnaden klar under våren 2019.

Håbo kommuns översiktsplan fram till år 2030 finns på kommunens hemsida. Samråd med medborgarna avslutas den 28 februari.

Yvonne vidarebefordrade ett meddelande från medlemskommittén: Förbundet, som numera hanterar medlemsregistret, har drabbats av förseningar och det är oklart när avierna för årets medlemsavgifter sänds ut.

Kent Magnusson berättade om kommande filmvisning på Skeppet den 23 februari, vinprovning med fokus på tjeckiskt vin den 15 mars samt vandring vid Ås puss, en liten sjö norr om Enköping, den 21 februari.

Birgitta Pettersson informerade om att vattengymnastiken i rehab-bassängen upphört samt nu gällande tider för seniorbad i simhallen.

Våra värderade web-redaktörer Bo Hansson och Ingmar Pettersson visade instruktivt hur man navigerar på föreningens hemsida. Systemet är ganska självförklarande, men denne skrivare tycker det är ganska omständligt.

Lars-Olof Eklund från programkommittén talade om dagens program samt vädjade till deltagarna att fler medlemmar åtar sig att skriva referat om föreningens möten, resor och andra verksamheter. Dessa texter publiceras normalt i Medlemsforum och på hemsidan.

Kaffe med bulle kom på borden och dagens underhållare kom på scenen. The New Generation med herrarna Micke Areklev, gitarr, Lasse Lindros, bas och Leif Palmér på keyboard. Det var verkligen musik för nostalgiöron med många kända låtar från 60- och början av 70-talet. Med säkert spel, sång och riktigt vitsigt mellansnack var nog de flesta åhörare nöjda. Bandet avtackades med rejäla applåder och blommor.

Siv Ågren och Lasse Hallberg gjorde sin plikt och drog vinsterna från dagens utsålda lotteri, och flera glada vinnare gladde sig åt nya prylar.

Yvonne återtog ordet och tackade alla som lägger ner stort arbete på våra möten varefter dagens sammankomst avslutades.

Sverker Jonasson



*Micke Areklev
och vinnare*



SPF Seniorerna Håbo

RABATT: 300 kr på alla flerdagsresor

Kryssning MEDELHAVET
med Royal Caribbean
Venedig Kotor Korfu Aten
Mykonos Argostoli inkl alla mål-
tider, insideshytt, flyg fr Arlanda
fre 29/9 9d **14.860**

SICILIEN runt 8d
Syracusa Palermo Etna
flyg från Arlanda t/r, bussresa Sicilien,
sju övernattningar, sju frukostar
en lunch, sju middagar, samtliga
arrangemang enl program
fre 25/8. 8d. **11.890:-**

BORNHOLM
Med Christiansö
to 25/5 4d. **5.370:-**

Finland med Karelen
Nya Valamo kolster Savonlinna
Helsingfors Borgå Kuopio Rauma Åbo
sö 23/7 8d. **9.790**

NORDKAP Midnattssol
Tornedalen Kukkolaforseen
Tromsö Narvik Kiruna
lö 8/7 8d **8.950**

Andalusien Flyg
må 2/10 8d **7.990** inkl
flyg Arlanda-Malag t/r, sju över-
nattningar hotell Sol Principe****
Torremolinos, frukost, middag

KROATIEN Porec
Rovinj Pula, Bad och sol
Flyg t/r ti 4/9. 8d. **7.990**
Inkl, havlp fruk och middag

Italien GARDASJÖN
Tågresa Berninaexpressen
Venedig Milano Amarone
Buss/flyg lö 9/9 8d **10.990**

Italien Frankrike
Toscana Florens Provence
Vinshopping i Rhône *Valhrona*
Chokladfabrik *Vinprovning* hos
ENGEL i Alsace
Flyg/buss lö 16/9 9d **10.990**

Höstens Shower:
Ledin lö.4/11 15,00 **1095:-**
AFTER DARK TO.16/9 19,00 **995:-**

NORD SYD RESOR
NORD SYD FLYG OCH BUSS AB

Tfn 08-24 71 00, 0171-356 63
må-fre 09.00-12.00 & 13.00-18.00
e-post: info@nordsydneyresor.se

Läs mera på www.nordsydneyresor.se

Adresserna till vår och distriktets hemsida:

www.spfseniorerna.se/habo och
www.spfseniorerna.se/distrikt/uppsaladistriktet

Uppgifter till web-redaktionen skall
fortsättningsvis skickas till:
spfhadoweb@boesha.se

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 69 96

Jag finns på Olavis Kiropraktik
Stockholmsvägen 109 D
(Scalahuset, Bålsta)



Reducerat pris för ungdomar och
pensionärer.
Jag gör hembesök.

* INGEN PRISHÖJNING UNDER 2017 *



Medicinsk fotvård

Nyhet!

Vi tar emot diabetesremisser
enligt avtal med Uppsala Läns Landsting



HÄLSOTERRASSEN

Mansängterrassen, Bålsta C (bakom polisen)

Tel: 0171-555 72, fotvardmaria@gmail.com, www.halsoterrassen.se

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

Handelsbanken

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

Natur- och kulturvandring – stigar i Bålsta

I nte fick vi pulsa runt i snö som vi hade hoppats på under årets första vandring 24 januari. I stället kändes vädret som i början av mars, ingen snö men lite is på vissa ställen. Det var 3 minusgrader när 21 SPFare träffades vid Smultronstället för att vandra på kända och kanske några okända stigar runt Bålsta.

Först hälsade vi på draken i järnvägsparken för att kolla att inget hade hänt med den sedan vårt förra besök.



Lite förundrade var vi över att det nya taket på tennishallen aldrig blir klart.

Vi fortsatte via ett antal villaområden för att ta oss upp på den egentliga åskanten och njuta av de fina stigar som leder bort mot grustagen vid Draget.

Efter cirka 5 km var det dags att öppna rygg-säckarna och plocka fram kaffe och kanske några goda äggmackor. Nu sken verkligen solen och de få minusgraderna hade förbytts mot minst lika många plusgrader.

Utsikten mot Gröna dalen och Väppebyberget från åskanten är verkligen fin där vi satt på några bänkar och stubbar och inmundigade vårt medhavda.

Tanken från början vara att fortsätta ännu en bit på den fina stigen och gå ned för backen i slutet av Vallavägen men efter rekognoseringen av vandringen valdes denna bit bort eftersom det var ren isgata i det branta nedförslutet.

Under många år har det varit en utmaning att ta sig upp och ned till denna plats, det är inte bara en häftig lutning på åskanten utan också småsten som rullar. Idag finns, tydligen tack vare ett enskilt initiativ, en mycket fin trappa som också har belysning under de mörka timmarna. Trappan underlättar verkligen passagen och förkortar vägen från åsen till centrum jämfört med de andra alternativen.

Efter att ha kommit ned till scoutstugan där det blev mycket diskussion om parkeringseländet fortsatte vi på Artistvägen mot Lilla Hagalund. Vi korsade Stockholmsvägen och tog Vattuvägen mot Västerängen. Vi undvek s-kurvan genom att ta en genväg upp mot Björnvägen.

Väl tillbaka vid "PIA" konstaterades att vi under trevlig samvaro hade avverkat nästa 9 km på stigar runt Bålsta.

Elisabeth Andersson och Kent Magnusson



Nu är Projekt SOFIA igång!

Projektet skapar personliga möten mellan nya och etablerade svenskar. Nu letar projektet efter flera svenskar som vill engagera sig som språk- och samhällsguider! Att bli språk- och samhällsguide till en nyanländ person är en chans att få en ny bekantskap samtidigt som du hjälper en nyanländ att få en bra start i sitt nya hemland. Ni träffas på fritiden för att prata svenska och göra trevliga saker tillsammans, som till exempel gå på promenader eller ta en fika. Den personliga kontakten gör stor skillnad för att skapa öppenhet och större förståelse för varandra. Alla är välkomna och alla behövs!



Du kan anmäla dig på: www.habo.se/projektsofia
Med vänlig hälsning, Malla Grönqvist, projektledare för Projekt Sofia.
Håbo kommun. Växel 0171-525 00. Direktnummer 0171-529 26.
e-post malla.gronqvist@habo.se www.habo.se

Natur och kulturvandringar under våren

Det kvarstår ett antal vandringar under våren!

Vi startar som vanligt vid Smultronställets närköp (gamla PIA närköp) klockan 09.30 och efter ett antal kilometer tar vi paus med kaffe från ryggsäcken.

Vi avslutar våra vandringar vid startplatsen. Ibland samåker vi i bilar från parkeringen till starten av vandringen.

Notera genast följande datum:

11 april – Vi samåker till Sandviksåsens naturreservat där vi vandrar.

16 maj – Vi samåker till Hemsta hage där vi vandrar och studerar hällristningar.

20 juni – Vi samåker till arboretumet vid Ekolsunds slott och vandrar runt i området.

Anmäl dig senast två dagar innan respektive vandringen till kent_magnusson@msn.com eller 070-715 73 40. Välkomna!



Ett säkert vårtecken...

Jag befann mig redan långt borta i drömmarnas förunderliga värld, när jag plötsligt väcktes av ett förskräckligt oväsen utanför mitt sovrumsfönster. En helsvart hankatt satt rakt nedanför och gav full hals. Förmodligen ansåg han sig vara katternas Romeo.

Den framförde en obeskrivlig skrikig men kanske välmenande kärleksförklaring, mjau-mjau-mjau..., som fortsatte i all oändlighet och dessutom i fallsett.

I mina öron lät det som om han hade drabbats av värsta tänkbara magknip – mer än ett frieri.

Innanför på fönsterbrädan låg huskatten Rozita och tittade slött på honom. Vad hon tänkte vet ingen, men hon verkade totalt ointresserad. Kanske förstod hon inte hans dialekt?



Först lade jag kudden över huvudet, men inte hjälpte det. Därefter drog jag även täcket över huvudet, men detta hemska oljud trängde sig igenom allting.

Efter tio minuter stod jag inte ut längre. Mitt tålamod var definitivt förbrukat. Jag steg upp, gick fram till altandörren, slängde upp den schasade bort den kärlekskranke hankatten, som for iväg.

Återigen var det knäpp tyst. Åh – att tystnad kan kännas så skönt! Jag kände mig nöjd och återvände till den varma och goa sängen. Jag bullade upp kudden så den åter blev fluffig och mjuk och la mig till rätta.

Men döm om min förvåning, precis när jag hade räknat sista fåret och var på väg in sömnens djupa ro. Då började på nytt det hemska oväsendet. Stackars katt, han måste ju vara totalt tondöv, tänkte jag. Nu lät det ännu mera falskt, om det nu var möjligt.

Eftersom han återigen hade stört min sömn var jag upp-över-öronen förbannad och for ur

sängen, tog båda tofflorna i handen – för nu var det krig. Med två steg var jag framme vid altandörren och såg tydligt hur den svarta hankatten satt precis utanför och skrek allt den förmådde.

Snabbt öppnade jag dörren och första toffeln for i luften och landade bara en halv meter från ”friaren”. Snabbt tog den till flykten och nästa toffel kom farande och träffade en stor sten bredvid kattskrället med en smäll.

Katten vek av nittio grader och sprang för livet, med ett elegant hopp for den över första staketet och sedan ytterligare ett. Sekunden senare var den helt utom synhåll.

Ifall någon av mina grannar varit vakna och sett vad som försiggick hade de fått sig ett gott skratt. När de fått se mig springa runt ute i trädgården, iförd bara nattsärken, medan jag letade efter mina rutiga tofflor.

Men vad gör man inte för en skön och fridfull nattsömn.

Arne E Due



Klackenbergs öppnar i Bålsta!

Från 25 mars har vi fina öppningserbudanden för att fira att vi nu är på plats.



Den originella bokkudden BookSeat 299:-



Resguiderna TOPP10
till 53 resmål 99:-/st

Många fler erbjudanden i butik.
Välkomna till en levande bokhandel!

KLACKENBERGS

BÖCKER&PAPPER

Bålsta Centrum



Vi vill önska dig som fyllt 65 år extra varmt välkommen in till oss på **onsdagarna**.

Då ger vi alla ålderspensionärer

**5% rabatt mellan
klockan 08:00-16:00**

Rabatten gäller ej spel, lotter och post.
Dra ditt ICA-kort i kassan för att erhålla rabatten.

Varmt välkommen
önskar Krister med personal

ICA Kvantum
Bålsta Centrum
Din färskvarubutik

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



www.facebook.com/icakvantumbalsta



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?



Ellin Johansson-Aminder
Tel. 0171-854 25

Sparbanken
i Enköping



Bålstakontoret - Stockholmsvägen 85
www.sparbankenenkoping.se



Riddarhuset i Stockholm



När de 47 medlemmarna på väg till Riddarhuset vaknade den 21 februari på morgonen överraskades de av ett nytt snötäcke på ca 3 cm. Detta är ju inte något som stoppar en pigg pensionär från Håbo, och snart satt hela sällskapet i Håbo Buss buss med Katy som chaufför på väg mot Riddarhuset i huvudstaden.

Sällskapet togs emot av guiden Oscar Langenskiöld som entusiastiskt berättade om byggnaden och adelns historia i Sverige. Det finns idag ca 26 000 adliga personer i Sverige och de är samlade i 663 ätter. Det är bara kungen som kunnat adla någon person men "nobiliteringsrätten" upphörde genom lag 1974. Den siste personen som adlats i Sverige var Sven Hedin år 1902. Ståndsriksdagen (Rikets ständer) som tillkom i mitten av 1400-talet och avvecklades 1866, innehöll de fyra stånden: Adel, Präster, Borgare och Bönder. Genom Gustav II Adolf och Axel Oxenstiernas försorg fick adeln en fast organisation för riksdagsarbetet och det resulterade i den första riddarhusordningen från 1626. Särskilt under större delen av 1600-talet kunde adeln i kraft av sin ekonomiska överlägsenhet på många sätt styra riksdagen. Idag har adelsmännen inga förmåner mer än ett visst namnskydd för ätterna.

Riddarhuspalatset stod klart 1674 vid Norrström. Det var fyra arkitekter som styrde bygget: Simon de la Vallée, Heinrisch Wilhelm, Justus Vingboons och slutligen Jean de la Vallée. Den senare var son till Simon. Huset är vackert med fina proportioner och ett elegant rundat tak. De två flyglarna mot norr tillkom 1870 och den vackra förgården i söder planterades 1910. Byggnaden är privatägd av förening-

en Sveriges ridderskap och adel, och staten har ingen del i huset. Oscar menade att den röda färgen som blev vanlig på landsbygdens stugor i slutet av 1700-talet skulle vara kopierat från riddarhusets röda tegelfärg, men det troliga är att allmogen fann att de röda pigmenten från Falu koppargruva hade en bra konserverande verkan på trä.



Riddarhussalen är ett magnifikt rum för ca 200 personer. Här samlas adelsmötet var tredje år och väggarna är täckta av 2331 vapensköldar. I fonden finns Lantmarskalkstolen i röd plysch och dekorerad med elfenben. Den stora plafondmålningen i taket är utförd av David Klöckner, senare adlad Ehrenstrahl. Salen användes även för olika kulturevenemang av utomstående organisationer.





Även det blå rummet förevisades. Här finns en stor samling ostindiskt porslin hemfört av Ostindiska Kompaniet. Porslinet är i vissa fall försedd med de olika ätternas vapen. I rummet finns även sigill från ätterna samt de båda lantmarskalksstavarna i silver.

Därmed var guidningen slut och guiden Oscar tackades med en rejäl applåd. En kort busstur förde deltagarna till restaurangen Ebenist på Stortorget i Gamla stan. Där serverades en förnämlig lunch innan återfärden till Bålsta. Då hade morgonens gråväder förbytts i sol och under resan hem tackade Bo Lundgren resekommittén för ännu ett väl genomfört arrangemang.

Sverker Jonasson

Rökruta

Hej du, som besöker Skeppet och är rökare!

Gårdsrådet vill be dig ta hänsyn till att de två blomsterlådor i trä och en mindre blomkruka som är utplacerade vid entrén till lokalerna inte är tänkta som askkoppar.

Oberoende om dessa under våren/sommaren 2016 inte har givit något fagert intryck, utan blomsterprakt. Men vi ska bättra oss och till våren kommer du att få njuta av en enkel men färgrik fägring av växande kraft.

Vad mera – jo, den hållare för något så avskyvärt som fimpar som är fastskruvad på högra pelare under taket vid entrén – ber vi dig att inte lämna din fimp i. För tänk efter, du vill inte, och då vill heller inte någon annan, tömma densamma.

Dessutom - stå ej under taket och rök - varken ser eller är trevligt för miljön och icke rökare.

Vidare – när det är fest inom föreningarna – se då till att eventuella marschaller plockas bort/tas med hem efter att de brunnit ut. Samma sak gäller för tomflaskor och dylikt.

Denna information finns också anslagen vid kaffebryggaren i köket.

Och här kommer information till föreningsmedlemmar som besöker Skeppet:

Under senhösten kommer Gårdsrådet att hålla i aktiviteten ljusstöpning. Detta kommer att äga rum i slutet av november i början av december, förmiddags- och eftermiddagstider under några dagar. Det kommer att serveras skinksmörgås, glögg, kaffe och pepparkaka.

Dagar och kostnad kommer att meddelas senare.

Tillsammans gör vi Skeppet till en trivsamt miljö med attraktiva aktiviteter.

Gårdsrådet



304 BÅLSTA TÅTORT

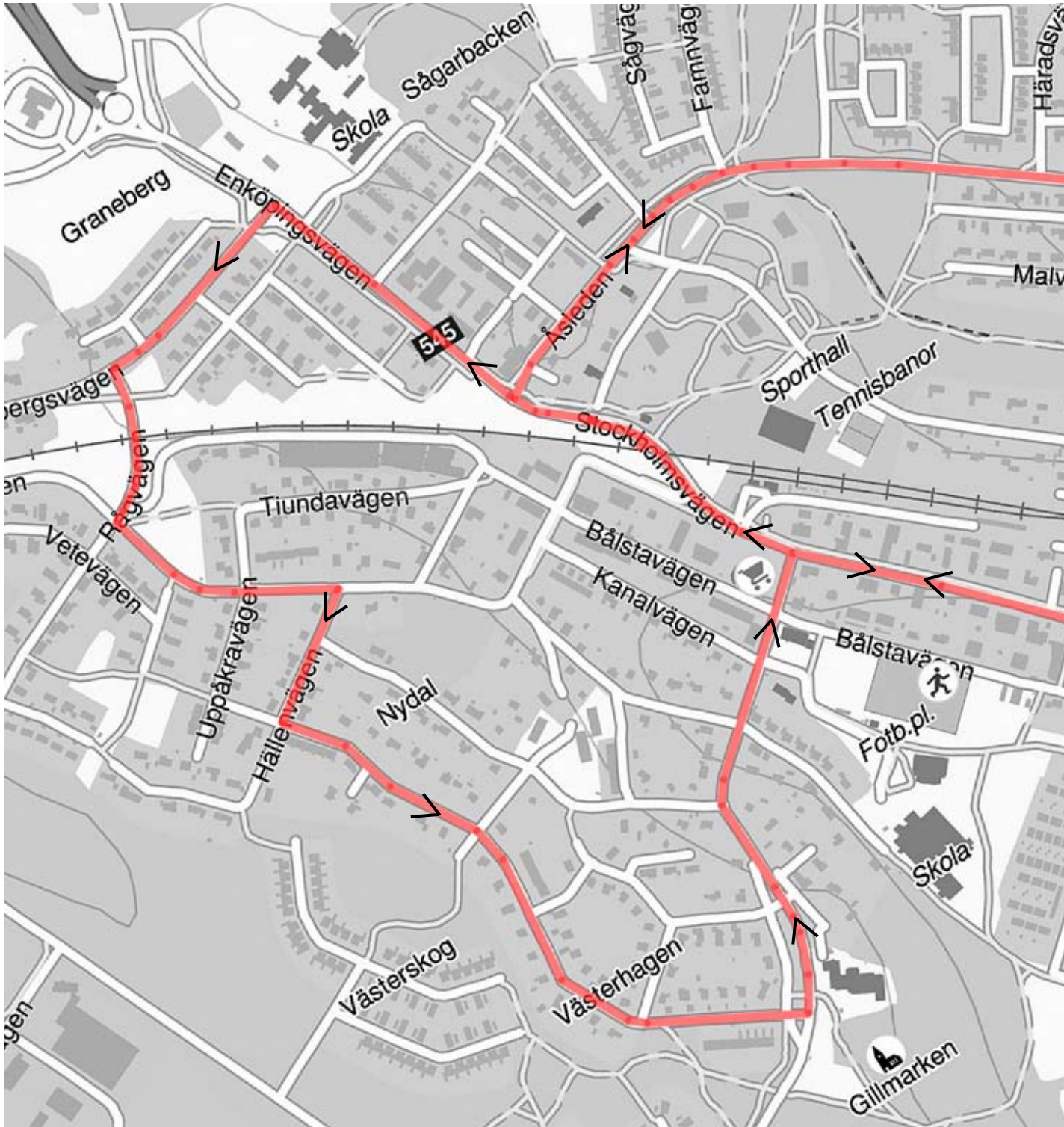
Mjuka linjen

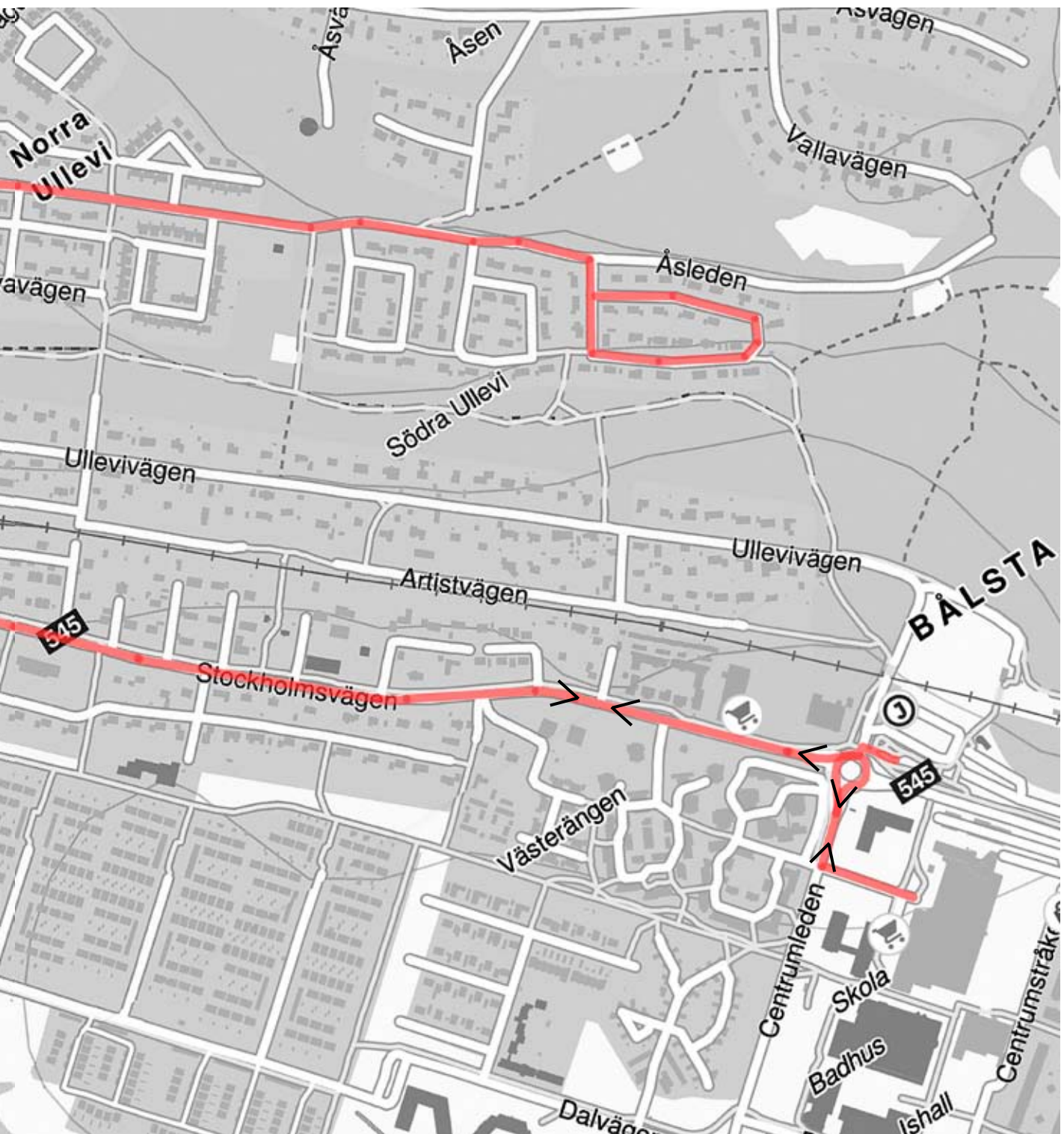
Helgfri måndag - fredag

Bålsta station (B1)	Centrum	Gullivivägen	Rögvägen	Kyrkcentrum	Medborgarhuset	Centrum	Bålsta station
08.45	x	08.54	08.58	09.03	x	09.10	09.15
09.45	x	09.54	09.58	10.03	x	10.10	10.15
10.45	x	10.54	10.58	11.03	x	11.10	11.15
11.45	x	11.54	11.58	12.03	x	12.10	12.15
12.45	x	12.54	12.58	13.03	x	13.10	13.15
13.45	x	13.54	13.58	14.03	x	14.10	14.15
14.45	x	14.54	14.58	15.03	x	15.10	15.15

Lördag - söndag - helgdag

Bålsta station (B1)	Centrum	Gullivivägen	Rögvägen	Kyrkcentrum	Medborgarhuset	Centrum	Bålsta station
09.45	x	09.54	09.58	10.03	x	10.10	10.15
10.45	x	10.54	10.58	11.03	x	11.10	11.15
11.45	x	11.54	11.58	12.03	x	12.10	12.15
12.45	x	12.54	12.58	13.03	x	13.10	13.15
13.45	x	13.54	13.58	14.03	x	14.10	14.15
14.45	x	14.54	14.58	15.03	x	15.10	15.15
15.45	x	15.54	15.58	16.03	x	16.10	16.15





SPF Seniorerna Håbos årsstämma 2017

Måndagen den 27 februari samlades 129 av ca 1050 medlemmar på Fridégardsteatern för få närmare inblick i föreningens verksamhet. En nyhet för året var att styrelsen hade ordnat med textmaskin som presenterade allt som sades på podiet till text. Det fungerade riktigt bra till glädje för de många medlemmar som har ned-satt hörsel.

Ordförande Yvonne Lindström hälsade alla välkomna varefter Bo Lundgren berättade om SPF Seniorernas fleråriga samarbete med musikskolan. Årets stipendiater är slagverkarna Hampus Hoffman Blomberg och Joel Hoffman Blomberg. De introducerades av sin lärare Fredrik och spelade några stycken på vibrafon och marimba samt slutligen en häftig marsch på trummor tillsammans med läraren. Det är spännande att lyssna på de unga artisterna. Bo delade ut 2017 års musikstipendier till de båda musikanterna.

Konstnärsparet Clas och Christina Weiberg från Enköping underhöll med gitarr och väl-stämd sång. Både egna låtar och verk av andra kompositörer framfördes. Efter föreställning-
en avtackades de med applåder och av Yvonne med dockor föreställande "Stig-Helmer".

Därmed var det tid för Yvonne att öppna 2017 års stämma. Som första punkt förrättade kyrkoherde Lars-Olof Eklund parentation över de 24 medlemmar som gått bort under året. Temat var att livet är underbart men ack så kort. Efter en tyst minut läste Lars-Olof "Fader vår" och Tobias Eriksson från musikskolan spelade en mycket vacker melodi på gitarr.

Till ordförande för stämman valdes Gun-Britt Renefalk och till sekreterare Kent Magnusson. Båda är rutinerade i dessa sammanhang och föredragningslistan avhandlades raskt. Styrelsens verksamhetsberättelse omfattar en lång lista av aktiviteter. Det framkom att kommunens trafikråd är nedlagt, och P.O. Renefalk pläderade för att föreningen skulle arbeta för att återupprätta rådet. När det gäller föreningens unika tidskrift, Medlemsforum, framhöll Gun-Britt vikten av att denna kan fortsätta att utges. Det krävs att flera personer engagerar sig i redaktionskommittén.

Revisor Ralf Diktonius läste revisionsberättelsen och föreslog ansvarsfrihet för styrelsen vilket stämman biföll efter genomgång av resultat- och balansräkningar. 2016 års redovisning omfattar 622 960 kronor. Stämman fastställde föreslagen verksamhetsplan och budget för 2017, och beslutade att medlemsavgiften skall vara oförändrad, d.v.s. 250 kronor. Av dessa får föreningen behålla 90 kronor, och av resterande 160 kronor går 130 till förbundet och 30 till distriktet. Yvonne informerade om läget för medlemslokal. För närvarande vet man att pensionärsföreningarna får vara kvar på Skeppet till 2019, men därefter är lokalfrågan öppen. Styrelsen har tillsatt en arbetsgrupp som arbetar med saken.

Val av ordförande, styrelse, revisorer och valberedning genomfördes. Till ny ordförande valdes Bo Lundgren med acklamation. Bosse har ju varit vice ordförande i flera år. Övriga styrelsemedlemmar är Inger Smedberg, Kent Magnusson, Tommy Landegren, Viveka Alexander, Ralph Abrahamsson, Lars Bäck, Ursula Edfast och Gustav af Jochnick.

Till revisorer valdes Ralf Diktonius, Lars Hammar med Laila Carlsson som ersättare. Som sammankallande i valberedningen blev Kerstin Adestedt vald.

Efter ett stillsamt möte var det så tid att genomföra punkten utmärkelser/avtackningar. De avgående styrelseledamöterna, Lave Arnell, Agneta Anderlund och Elke Merkel Ragnarsson avtackades för förtjänstfullt arbete av Yvonne, och vidare delade hon ut "Förbundets heders-tecken i silver" till följande personer som gjort betydelsefulla insatser för föreningen: Lars-Olof Eklund, Gösta Melin, Berit Melin, Solveig Fredriksson, Svea Sahlén, Kerstin Adestedt, Birgitta Rosenkranz, Bo Lundgren, Birgitta Lundgren, Bo Danielsson och Olle Atling.

Så kunde Gun-Britt tacka för ett bra möte och önska tillträdande ordförande och styrelse lycka till. Med ett klubbslag avslutades stämman, och nye ordförande Bo Lundgren tackade Yvonne för en förnämlig insats för SPF Seniorerna Håbo under sju år i styrelsen. De senaste två som ordförande. Därmed var mötet slut och deltagarna kunde gå hem medan styrelsen samlades för ett konstituerande möte.

Sverker Jonasson



Årets stipendiater,
slagverkarna Hampus
& Joel Hoffman Blomberg.

Konstnärsparet
Christina & Clas Weiberg



Kyrkoherde Lars-Olof Eklund



Nya styrelsen utom
Inger Smedberg

Yvonne Lindström avtackas



Förtjänstfulla medlemmar



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**



VIANOR
Member of Nokian Tyres

SEHMANS DÄCK OCH SERVICE

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

Vinterdäck: 50% rabatt på kvarvarande lager av personbilsdäck!

Montering

Balansering

Reparation

Däckhotell
från 650:-
Inklusive skifte,
tvätt av däck &
förvaring

Öppet måndag – fredag 8-17.

Sehmans
däck & service

0736-26 17 54

www.sehmansdack.se



GoFix:it

Datorer & Service

Mjöd. 6, Bålsta
0171-667720
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

mån-fre 9-12
lördag 11-14

Från om 19/9

mån - fre 9-14
lördag 11-14

SPF-rabatt!
10% på tjänster
butik/verkstad

Ring 8-17 för bokning annan tid!

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.

Natur- och kulturvandring – Äsåsen och Äs puss

Många hade nog tagit reda på var Äsåsen och Äs puss ligger kunde man förstå när 20 pigga seniorer träffades i inte alltför gästvänligt väder vid Smultron-ställets närköp 21 februari. Barmarken hade bytts till ett par tre cm med snö och temperaturen var väl under noll grader.

Efter samåkning till parkeringen nedanför Äsåsen startade vår vandring med ett kort stycke efter vägen mot Härnevi innan vi svängde av in på en mycket fin skogsväg. Inte ett spår av vare sig människor eller bilar kunde skönjas.

Många andra spår av levande varelser kunde vi dock se under hela vår vandring. Allt från rävspår till små små spår av möss?

Efter ett tag svängde vi in på den led som tog oss upp på den egentliga åsen. Uppförsbacken var definitivt märkbar men ingen verkade ha problem med den.

Väl upp på kröner har man en fantastisk utsikt över landskapet. Vi var lite förundrade över att åsen tog slut så plötsligt.

Naturligtvis har människan åstadkommit detta genom att sand och grus har tagits till anläggning av vägar och hus i Enköpingstrakten. Känner vi igen det från vår hemtrakt?

Uppe på åsen fick vi ”information på högsta nivå” om hur åsen användes i gamla dagar, allt från hur transporterna skedde på den så kallade klostervägen till alla de gravrösen som finns att skåda, om inte snön täcker dessa förstås.

Ett fyrtiotal gravar har identifierats men ingen har öppnats i modern tid.

En fundering ägnade vi också den stora gravhögen som i folkmun kallas för nunneklostret.

Vi passerade också ett biotopskyddat område där det finns flera lokaler med den sällsynta bombmurklan. Vi var kanske där vid fel tillfälle för att närmare studera dessa!

Klockan hade med god marginal passerat 11 när vi kom fram till Äs puss men trots det smakade kaffet med våra goda smörgåsar riktigt gott. Solen försökte tappert att bryta igenom molnen så det blev nästan skönt att sitta vid stranden till den gamla pussen.

Vår lokala guide, Börje Karlsson, berättade en del om de gamla husen som finns i närheten av Äs puss.

Äs puss som nästan är cirkelrund bildades under istiden genom att ett isberg bäddades in bland sten och grus. När isen så småningom smälte blev en vattenfylld grop kvar och på den vägen är det.

Elisabeth Andersson och Kent Magnusson





Vi som vandrade



och drack kaffe.

H C Andersen var sagornas verkliga mästare.

Han är en av världens mest lästa sagoförfattare och har återigen blivit högaktuell sedan Walt Disney Company valt att filmatiserade "Isdrottningen" (Frozen).

Hans Christian Andersen föddes den 2 april 1805, i den danska staden Odense. Hemmet var mycket fattigt och spartansk möblerat. Det var endast ett rum på 25 kvadrat där även köket fanns. Fadern var skomakare, ett dåligt betalt yrke på den tiden. Ändå var han läskunnig och beläst. Det gick ett rykte på stan att han på håll kunde vara släkt med en grevinna.

Fadern, som också hette Hans, läste ofta högt ur Holbergs komedier, men även valda stycken ur den kända sagosamlingen "Tusen och en natt". Samtidigt som han berättade för sin son, att hans absolut största önskan var att en dag få resa ut och se världen och få uppleva allt det som stod skrivit i dessa berättelser.

För att dryga ut familjens skrala inkomst tog fadern en dag värvning i armén. Han skulle från och med nu laga soldaternas skor och tämligen snart var han också med i kriget mot Napoleon i provinsen Holstein, vid den dansk-tyska gränsen. Men efter några få månaders tjänstgöring ådrog han sig en obotlig sjukdom och blev därmed hemskickad.

För att kurerat fadern sände hans tio år äldre hustru Anne bud efter en "klok gumma", som mot betalning kom flera gånger om dagen och höll på med underliga handrörelser samtidigt som hon framförde obegripliga ändlösa ramsor. Mot slutet av varje besök la hon även en grön kvist på faderns bröst och påstod att den kom ifrån Jesu kors.

Ändå blev fadern sämre och avled också efter några få dagar i svår bröstvärk. Han efterlämnade därmed sin hustru och en liten gosse åt sitt öde, som snart skulle få uppleva en mycket svår livssituation för den tiden. Anne, som både var obildad och vidskeplig, blev nu tvingad att skaffa sig en utkomst för att de skulle överleva.



Hon började tvätta åt byns herrskapsfolk i den intelligande ån, året om, i det tidvis iskalla vattnet. Det dröjde inte länge förrän hon fick problem med sina händer, som utvecklades till att hon hade en ständig reumatisk värk, vilket gjorde att hon så småningom hängav sig åt dryckenskap.

Hela dagarna lämnades gossen ensam med sina fantasier och allt han mindes ur faderns berättelser. Dagarna i ände lekte han med trasdockor tillsammans med de utklippta pappersfigurer som pappan gjort åt honom.

Under bordet, i mörkret bakom tygstycket som hängde ner till golvet, ägnade han sig åt enklare skådespel. Där fick fantasin fritt spelrum och den ena historien efter den andra växte fram i hans inre. I mindre vattendrag men också på lergolvet hemma fann han sina lek-kamrater, levande sniglar, ödlor, skalbaggar och lysmaskar, men också larver och tusenfotingar – allihop är de omskrivna i hans sagor.

Han hade aldrig tråkigt och kände sig sällan ensam. Han tyckte istället att han var privilegierad över att ha så många kompisar.

Trots sina unga år hjälpte han till att plocka humle åt bönderna, men gjorde också andra enklare göromål i staden och förtjänade nu och då en slant – som han sparade. Han hade även

inför jämnåriga grabbar dristat sig till att läsa sina sagor, och fann till sin stora förvåning att de gav gehör. Vilket gav honom kraft att fortsätta skriva!

Som nykonfirmerad fjortonåring hade unge Andersen lyckats gnetta ihop tretton riksdaler genom olika sysslor och göromål. Med dessa sparade slantar på fickan lämnade han sitt barndomshem i Odense 1819 och med stor beslutsamhet drog han mot huvudstaden. Resan på den tiden var både en lång och farofylld färd för en oerfaren yngling.

Han kom dock fram, men Köpenhamn var då fullt av nöd och umbäranden. Han hamnade snart i svårigheter och besvikelser men det skrämde inte honom, han var van. Han var dock naiv och hade en orubblig tro på sina alster som han skrivit.

Genom sin djärvhet började han gå på Det Kongliga Teater, men den gängliga gossen fann ingen framgång varken hos skådespelarna eller hos kapellmästare.

Han provade även på att gå i balettskola, men inte heller här dög hans talang. Han skickade flera av sina skådespel till teaterregissörer, men de refuserades. Stundom var det mycket kärvt för denna yngling, som nätt och jämnt hankade han sig fram.

Så småningom skulle en adjutant från Kongliga Slottet få upp ögonen för honom, och till slut beslöt sig kung Frederik VI sig för att betala hans studier. Det var dock mycket svårt för Andersen att ta till sig kunskaperna eftersom han var dyslektiker och fick därför utstå mobbning både från lärare och elever. Tidvis hade han en mycket tuff skolgång.

Först vid 23 års ålder blev han till slut godkänt som student och därmed var det också färdig studerat för hans del. Från denna dag ägnade han sig uteslutande åt sitt författarskap och sina aldrig sinande sagoberättelser.

Äntligen lyckades han få sin första dikt utgiven, "Det döende barnet", som han skrev under den hemska studietiden i Latinska läroverket i Helsingör, under den stränga lektorn Simon Meisling.

Strax därefter lyckades han också få sin första bok utgiven under eget namn "Fodrejse fra Holmens kanal..."

Till en början ansågs han vara en mycket egendomlig diktargestalt, men när man så småningom förstod sig på hans sätt att skriva, uppskattades hans verk mer och mer.

Han började också hänge sig åt romantikens rike, som fått sitt intåg i det finkulturella stadslivet från Frankrike. Men han ledsnade mycket snart och gav sig istället ut på sin första resa till Tyskland.



Han anlände först till Hamburg, men fortsatte i stort sett omedelbart till det vackra och sagolika Harzen där han besökte städerna Goslar och Braunschweig, platser som gav honom inspiration till flera av sina sagor.

Vid 25 års ålder fann han äntligen kärleken. En köpmansdotter från hans fäderne ö hade äntligen visat honom vänlighet. Men hon kunde inte bestämma sig, om hon skulle viga resten av sitt liv åt denna omanliga person och alla hans fantasier.

De blev aldrig äktafolk, men han lär ha burit en vacker amulett i många år till hennes minne.

Senare i livet träffade han författarinnan Fredrika Bremer och besökte också henne ett antal gånger i Sverige.

Strax därefter mötte han också den svenska opera- och hovsångerskan Jenny Lind, som han blev oerhörd förälskat i. Som en hyllning till henne skrev han sagan "Näktergalen". Men inte heller deras bekantskap slutade med bröllopsklockor.

Efter några år reste han till Italien och därefter även till Spanien och Portugal. Men han ville också besöka platserna som fadern hade berättat så mycket om. Den mystiske orienten, som var omskriven i sagorna "Tusen och en natt".

H C Andersen var en flitig författare. Trots sin dyslexi lyckades han ändå skriva mer än 200 sagor, som än idag väcker frågor, skapar fantasi och framkallar glädje, men också tårar.

Barn såväl som vuxna finner alltså någonting i dessa berättelser som de kan ta till sig. Sagorna verkar vara tidlösa och ger läsaren ett stort utbyte, trots att de skrevs för cirka 150 år sedan.

Många tror att H C Andersen enbart skrev sagor, men han skrev även bortåt 1000 dikter, sex romaner och ett femtiotal skådespel. Därutöver finns reseskildringar, dramatik och lyrik, men det finns också verk med filosofiska ambitioner, som ger läsaren en intressant inblick i hur Andersen var som person.

Denna långa spinkiga karl förblev hela livet som ett stort barn. Han kände sig alltid utanför och ansåg sig själv vara "Den fula ankungen" och tyckte inte att han passade in någonstans.

Han sitter ståt i Central Park i New York, men naturligtvis också i Kongens Have i Köpenhamn, liksom på många andra platser. Där sitter han med sin bok uppslagen.



Och stannar man upp och ger sig hän, kan man faktisk höra honom läsa någon av sina sagor – om man lyssnar noga.

H C Andersen dog ogift och barnlös i Köpenhamn, den 4 augusti 1875.

Text och bild Arne E Due

"Det döende barnet"

av H C Andersen

(Som han skrev knappt 20 år gammal.)

Moder, jag är trött, nu vill jag sova,
låt mig vid ditt hjärta slumra in;
men gråt ej, det först må du lova,
ty din tår, den bränner på min kind.
Här är kallt och utanför hotar stormen,
men i drömmen är det sagolikt.
Och alla små änglabarn som jag ser
när jag blunder med trötta ögat mitt.

Moder, ser du ängeln vid din sida?
Hör också du en underbar musik?
Se, han har två vingar, vackra vita,
dem av vår Herre han säkert fick.
Grönt, gult och rött framför ögat svävar,
det är blommor som ängeln utstrött.
Får också jag vingar mens jag lever
eller, moder, får jag dem när jag dött?

Moder, varför kramar du mina händer?
Varför lägger du din kind mot min?
Den är våt och som eld den brinner,
moder, jag vill alltid vara din.
Men då må du ej längre sucka
Gråter du, så gråter jag med dig.
Åh, så trött – jag må nu ögat stänga
Moder – se! Nu kysser ängeln mig.

Fritt översatt av Arne E Due

*Danmark har valt
svanen till sin
nationalsymbol
som en hyllning till
H C Andersen.*

Arne E Due



11 december tredje advent

Början av vintern har varit tråkig, snön kom ett par dagar i november, första dagen ramlade jag 2 gånger och tyckte, trots allt det vackert vita, att det var botten. Ett besök på apoteket där jag inhandlade broddar för 199 kr som endast behövde användas ett par dagar innan snön försvann lika snabbt som den kom.

Dagen före tredje advent vände det igen. Snöade nästan hela dagen. På morgonen den tredje advent låg jag som vanligt och drog mej lite, hunden kom upp till mej i sängen när han märkte att jag var vaken och tyckte att nu är det dags att gå upp.

Tittade ut och såg ett fantastiskt landskap, träden stod som vita statyer, planteringen med låga buskar som under hösten varit full av röda blommor hade blivit en vacker vit matta och utsikten från mitt skrivbord var skogsområdet bakom järnvägen där alla träden nu är helt vita.

Så startade vi vår morgonpromenad. Hunden som älskar snö hoppade och studsade i snön, doppade nosen och verkade njuta av allt det vita. Jag njöt också men samtidigt var jag lite rädd för att halka omkull, vill inte gärna sitta med ben eller armar i bandage över helgen. Vi kom in i värmen igen och förberedde för kaffe och nyheter på TV som mest visade en orolig värld. Dessutom var det ju tredje advent och 3 ljus skulle tändas i staken.

När mina barn var små så skulle ju alltid adventsstaken vara klädd på ett speciellt sätt. Gubbmossa prydd med konstgjorda små flugsvampar och tomtar gjorda av garn. När jag blev ensam ville jag göra något annat av adventsstaken. Jag har alltid tyckt om det som finns i naturen så det blev egenplockad grön, fin mossa, jag tog reda på att jag kunde plocka lagligt om jag skulle ha den själv. Tomtarna och svamparna kastades och istället blev det några kvistar lingonris och någon klase med rönnbär.

I år fick jag för mej att ändra lite mer på prydnaden i staken. Jag har under hela mitt vuxna liv tyckt om stenar, har samlat många sådana, de finns lite varstans i mitt hem. På besök hos en familj i Värmland för många år sedan såg jag på deras fönsterbräda några stenar. Tyckte det var lite konstigt att ha stenar som prydnad men nu gör jag likadant. Det finns så många vackra stenar så varför gå och handla prydnad när den

finns i naturen. Vid en promenad med min dotter som då endast var ett par år fick jag av honom en sten han plockade från marken. Inte direkt vacker men den låg i min ficka en längre tid, som en lyckosten.



Vid mina promenader med hunden uppe på Åsen har jag hittat några riktigt vackra, helt runda stenar som jag sedan lackat. Många vackra vita, platta stenar från Gotland. Har fått veta efteråt att de inte får lämna ön, men jag kan ju inte åka tillbaks med dem. Nu pryder de mitt hem, det ligger vita stenar lite överallt, bland blomkrukorna i fönstren, på mitt skrivbord som brevprens. Ett av mina barnbarn använder stenarna när han leker. Lastar på en lastbil av plast som han sedan kan köra för att lasta av någon annanstans.



När det så blev dags att klä en adventsstake i år fick det bli med stenar som prydnad. Vita, svarta och bruna stenar med vackra former las i ljusstaken och toppades med ett par guldmålade kottar och nötter, dessutom en alldeles platt,

svart sten formad av naturen till ett hjärta som fick hedersplatsen. Det blev en riktigt vacker adventsstake i år dessutom brandsäker.

Min dotter kom en gång med ett gotlandsljus till mej. "Jag hittade ingen stake till detta" sa hon, "du hittar säkert något ur dina skåp", så nu blev det leta av.

Jag fick för många år sedan en miniamaryllis planterad i en hög glaskruka. Denna kruka har stått i skåpet tills nu. Placerade ljuset i den och stöttade med stenar av olika storlekar. Riktig fint men ljuset nämns jag inte tända, finns ju bara på Gotland och dit åker jag ju inte så ofta.

Nu har jag druckit kaffe och tänt 3 ljus i staken, satt mej vid skrivbordet där jag ser allt det vita genom fönstret och känner doften av de 2 hyacinter som står i fönstret. Funderar lite på om jag kanske ändå måste ta broddarna när jag går ut på middagspromenaden med hunden. När vi kommer in efter den får det bli kaffe med hembakta saffransbullar och pepparkaka och kanske sätter jag på en skiva med skön julmusik, har samlat på mej en del sådant under åren.

Livet som pensionär är inte så dumt, för det mesta ganska skönt.

Agneta Lindbohm



Minne från ungdomstiden i Ryd 1969

En kall och ruggig höstkväll lånade jag min fars Bubbla för att besöka en kompis som bodde strax utanför Karlskrona. Jag körde småvägarna och hade kommit några mil hemifrån när jag fick sladd i en kurva med rullgrus. Bakändan på Volkswagen for om och allt började snurra. Bilen rullade runt på taket och landade slutligen på hjulen med ett av hjulparen i diket.

Bilen hade rullat flera varv. När allt åter var stilla såg det vid en snabb titt ut som om jag parkerat vid vägrenen. Framrutan var borta. Taket hade fått en liten upphöjning, Bilen var full med papper som flugit ur någon pärm med reparationsanvisningar. Jag visste inte från vilket håll jag hade kommit. Platsen var öde. Jag mindes inte att jag passerat några hus den senaste milen. Det var kallt.

I lumpen hade jag fått lära att man skulle hålla sig varm för att motverka chock. Jag var inte klädd för att vara ute och i bilen gick det inte att få upp någon värme med saknad framruta. Sätena var försedda med överdragsklädsel, så jag

tog bort överdraget från ena stolen och använde som filt. Inte blev jag så mycket varmare av detta och inte hörde jag några bilar.

Efter någon halvtimme hittade jag en rulle hushållspapper i handskfacket. Jag virade papper runt kropp, armar och ben. Efter ytterligare tid som kändes som en evighet hördes motorljud. Jag hoppade ut! Ställde mig mitt i vägen och viftade för att få stopp på bilen som kom. Med så gles trafik gällde det att ta vara på tillfället. Paret i bilen såg skräckslaget ut. De verkade göra allt för att slippa stanna. Vägen var smal och mig kom de inte förbi. Jag hade skrämt upp paret i bilen riktigt ordentligt. Inlindad i hushållspapper såg jag ut som en mumie och en hastig blick på Bubblan avslöjade inte vad som hänt. Till slut insåg de min situation och jag fick hjälp.



Jonny Svensson

Studiecirkel:	Dag och tid:	Anmälan:
Odling på liten yta Robin Welch Vi får tips över hur vi kan odla på liten yta, t.ex. på balkong, pallkrage eller liten trädgård.	Startar i mars	070-728 79 13
Bekvämlig säker IT Dator – padda – mobil. Vi bekantar oss med nytt och gammalt. Hans Linde	18/1 - 17/5. Onsdagar 13.00 - 15.30.	0171-511 31 073-758 15 15
Surfplatta & telefon i vardagen Lennart Carlsson	30/3, 6/4, 20/4, 27/4, 4/5, Kl. 15.00 - 17.00. lennart5592@gmail.com 070-569 75 74	0171-548 59
Plocka rätt svamp Kristina Winroth	Återkommer till hösten.	072-312 00 80
Fransk konversation Staffan Wohrne	25/1, 8/2, 22/2, 8/3, 22/3, 5/4. Onsdag 9.00-11.00 Håll språket levande. Ej nybörjargrupp.	070-287 22 50 0171-577 90
Konstcirkel Olof Bentz/Sverker Jonasson	10/2, 24/2, 10/3, 7/4, 28/4, fredag klockan 14.00-16.00. Olof Bentz, bildlärare & konstnär leder oss.	0171-595 69
Må bra i knopp & kropp Gun-Britt Renefalk, ej nyanmälningar	Samtal om livet. Start 17/1 - 2/5. Tisdagar jämna veckor kl. 9.30-12.00	0171-56 11 7
Skrivarcirkel Gunnel Ferm 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	Start 10/1 - 25/4 klockan 10.00-12.00 Tisdagar jämna veckor.	0730-46 47 21 076-791 55 70
Tyda gamla texter, fortsättning (Ej nyanmälan.) Inger Kölestam Catharina Josefsson Vi hjälps åt att tyda gamla texter, t.ex. kyrkböcker. Cirkeln mycket lämplig för alla släktforskare.	12/1 - 20/4. Torsdagar jämna veckor 8.30-11.00	0171-595 63 0171-548 80
Religionskunskap (favorit i repris) Vårt svenska samhälle är numera relativt sekulariserat men religiösa strömningar av olika slag har under senare år gjort sig kända. Många riktningar härstammar från "gamla" religioner men har radikaliserats. Vad är utsprunget till det vi tror på? Hur har det förändrats? Hur påverkar religionerna vårt samhälle? Gunnel Ferm gunnel.ferm@gmail.com	Start 17/1 - 9/5, tisdagar udda veckor klockan 13.00-15.00	0730-46 47 21
Våra fåglar 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	29/3 kl. 14.00-16.00, 18/4 kl. 15.30-17.30	0708-72 07 65
Hälsa och välmående Kerstin Adestedt Vi träffas vid fyra tillfällen och gör bl.a. ansiktsbehandling, handspa och fotspa. Vi anpassar delar av programmet utifrån deltagarnas önskemål. Passa på att få dig några härliga Må-bra-stunder samtidigt som du får veta hur och varför.	19/1, 2/2, 16/2, 2/3, klockan 14.30-16.30	070-436 08 90

Studiecirklar:	Dag och tid:	Anmälan:
Snacka om nyheter Else Coster	23/1 t.o.m. 15/5. Klockan 14.00-16.00. Jämna veckor.	0171-543 56
Sånggruppen Duromoll Bernt Gahn	Start 12 januari t.o.m. 18 maj. bernt.gahn@telia.com	0171-502 06
Läsecirkel Vi läser böcker för att sedan träffas och prata runt boken, samt tipsa varandra på läsvärda böcker.		
Irene Lundbäck	24/1, 14/2, 7/3, 21/3, 18/4, 9/5, klockan 14.00-15.30.	070-640 3097
Historia Ronny Kjellqvist	17/1 - 9/5. Tisdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.00	0171-516 15
Litteratur Barbro Eriksson	18/1 - 10/5. Onsdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.00	0171-500 24
Engelska Brian Turner	12/1 - 17/3. Torsdagar kl. 10.00-12.00.	0171-557 61 070-574 12 24
Redaktionscirkeln Barbro Larsson	Start 11/1 t.o.m. 19/4. Plommonvägen 10. Onsdagar jämna veckor, 10.00-12.00	0171-507 49
Släktforskning nybörjare/fortsättning Catharina Josefsson Inger Kölestam	19/1 - 11/5. Torsdagar ojämna veckor 8.30-11.00.	0171-548 80 0171-595 63
Nybörjare/fortsättning:		
Släktforskning grupp 1 Sven-Erik Svensson	20/1 - 12/5. Fredagar ojämna veckor 8.30-11.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 2 Sven-Erik Svensson	13/1 - 5/5. Fredagar jämna veckor 8.30-11.00	070-733 24 89
Släktforskning grupp 3 Sven-Erik Svensson	20/1 - 12/5. Fredagar ojämna veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 4 Sven-Erik Svensson	13/1 - 5/5. Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 5 Sven-Erik Svensson	20/1 - 15/5. Fredagar ojämna veckor 14.30-17.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 6 Sven-Erik Svensson	13/1 - 5/5. Fredagar jämna veckor 14.30-17.00.	070-733 24 89
Data för noveller Olle Atling	19/1 - 18/5. Torsdagar kl. 14.30-17.00.	0171-515 80
Våra fordon, gamla som nya Bengt Olof Olsson. bolov.ol@telia.com	Vad vi har haft & kanske har kvar i garaget. Klockan 14.00-16.00. 30/1, 27/2, 27/3, 24/4, 22/5.	0171-510 61
Knyppling Ella Andersson	20/1 - 2/6. Fredagar 9.15-12.00. Materielkostnad.	070-440 0636
Hantverk Helena Löfgren	20/1 - 2/6. Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.	0171-599 65
Busk- & trädbeskrifning Robin Welch	Återkommer till hösten.	070-728 7913
Män i köket "på egen hand" Bo Lundgren	18/1, 8/2, 18/2, 1/3, 22/3, 12/4, 3/5, 17/5. Onsdagar kl. 17.00 - 21.00.	0171-594 12
Goda och lättlagade måltider 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	12/1, 9/2, 9/3, 6/4, 4/5, klockan 17.00.	070-931 5991.
Lär dig spela gitarr Bo Lundgren	Start 16/1-29/5. Måndagar 12.00 - 14.00	0171-594 12
Vardagsekonomi Vardagsekonomi med juridik som SPF Anmälan Kerstin Adestedt Cirkeln leds av Kjerstin Holgemyr, Nordea	7/2, 14/2. 21/2, 28/2, 7/3. Tisdag 14.00-15.30. anordnar i samarbete med Nordea i centrum. kerstin.adedstedt@gmail.com	070-436 0890

Fysiska aktiviteter:	Dag och tid:	Anmälan:
Rullstolspromenader Fernando Mena Gustav Körner	Pomona onsdagar ojämbna veckor kl. 10.30.	0171-574 84 0171-592 95
Qi gong. Lokal Korpen Eva Hermansson	Prleminärt V4. Tisdagar klockan 15.00-16.00. I samarbete med Korpen. 450 kronor för 10 gånger.	073-641 56 64
Seniordans på Skeppet Monica & Björn Källberg	Start 6 februari t.o.m. 10 april. Måndagar 10.00-12.00.	0171-544 18
Vattengymnastik Kontaktperson Birgitta Pettersson	Onsdagar 18.00-18.45, lördagar 9.15-10.00 Start vecka 3. Stora bassängen.	0171-500 32
Stavgång vid Granåsen Solveig Fredriksson	Start 8 mars. Onsdagar 9.00-10.30 Anmäl dagen före om du tänker delta.	0171-507 43
Bowling, 110 kr/gång. 10-kort 90 kr/gång Hans Renner	Start 10/1 - 16/5, 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
Bowling nybörjare Hans Renner	Anmäl intresse.	070-750 32 37 0171-590 10
Boule Medborgarhuset utomhus Sonja Fahlström	Start 9 maj - 3 oktober. Tisdagar klockan 10.00.	070-571 12 74
Boule Skokloster Bygdegården Christer Ridderstråle	Tisdagar 10 januari - 13 juni. Klockan 10.00 - 12.00.	018-38 60 62
Shuffleboard Skeppet Britt-Marie Pettersson	Start 10 januari t.o.m. 16 maj. Tisdagar 18.00.	0171-46 77 56
Bordtennis Karl-Åke Palm	Start 18 januari t.o.m. 26 april. Onsdagar 09.00 - 10.30.	076-186 56 25
Tennis Staffan Wohrne	Intresserad? Kontakta Staffan.	0171-577 90
Golf Bo Ekberg Leif Lindberg	Så snart banan öppnar. Tisdagar kl. 09.00. Avgift: Rangebollar, spel enl. gällande avgift. Sofielunds golfklubb.	0171-591 37 0171-507 74
Senior-Yoga Svea Sahlén	Start 9 januari t.o.m. 27 april. Skeppet torsdagar klockan 08.30 - 10.00.	0171-542 19
Övrig verksamhet:	Dag och tid:	Anmälan:
Bridge Staffan Wohrne	Start 11 januari - 17 maj. Onsdagar kl. 10.00 - 17.00.	0171-577 90
Övningsbridge Håkan Jonsson Hans Hedström	Start 16/1 - 22/5. Måndagar kl. 13.00-16.00 jonssonh46@gmail.com	0171-516 30 0171-579 33
Träslöjd på f.d. Träffen Olle Atling	Start 18 januari - 3 maj. 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 prel. 11/1 - 31/5. Onsdagar kl. 10.00 - 13.00. Föreningarnas Hus.	0171-549 62
Vävning Inger Mobrin	Torsdagar 12 januari t.o.m. 8 juni. Talltorpskolan. I samarbete med PRO.	070-323 14 18
MC-gruppen Bengt Bremark Royne Eriksson	Start 27 april klockan 10.00. Samling vid Gamla Järnvägsstationen.	073-967 64 46 070-225 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

*Marsnumret av Medlemsforum utkommer vecka 16 – manus **senast den 3 april.***
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.spfseniorerna.se/habo
SPF Seniorerna Uppsala distrikts hemsida: www.spfseniorerna.se/uppsaladistriktet
SPF Seniorerna Förbundets hemsida: www.spfseniorerna.se
SPF Seniorerna expeditionens mailadress: spfhabo@bktv.nu
Ordförande i SPF Seniorerna Håbo mailadress: ordf.spfhabo@bktv.nu
Sekreteraren i SPF Seniorerna Håbo mailadress: sekr.spfhabo@bktv.nu
Bankgiro SPF 5111-1425. Bankgiro för resebetalningar SPF 688-1684.
Ansvarig utgivare: Bo Lundgren, 070-544 84 26, bosbi@telia.com