

MEDLEMSFORUM

för
SPF SENIORERNA HÅBO

Välkomna

till SPF Seniorerna Håbo PUB-kväll torsdag 18 maj
klockan 18.30 i Skeppet.

Program:

Vårens sista PUB-kväll blir lite speciell med irländskt öl och musik.
Bandet Pure Malt kommer att stå för underhållningen.

Denna gång måste man anmäla sitt deltagande till expeditionen senast den 11 maj. Antingen på telefon 0171-557 47 (måndag - torsdag 10.00 till 12.00) eller via spfhabo@bktv.nu. Din anmälan är bindande. Entréavgiften är lite högre än vanligt, 50 kronor och inkluderar en annorlunda tallrik. Dricka kommer därutöver.



Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Nästa pub-kväll inträffar torsdagen den 17 augusti. Bernt och Egon kommer att ha en del kluriga musikfrågor. Entréavgift 30 kronor inkluderar ost- och korbriksbricka. Dricka kommer därutöver.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Vice sekreteraren har ordet!

Ursula Edfast

Hej alla!

Jag blev ombedd att presentera mig lite i vår eminenta tidning, eftersom jag nyligen blivit invald i styrelsen. Så här kommer lite om mig, som från Västerbotten via stopp i Västernorrland, nu lever mitt liv med basstation i Uppland.

Med föräldrar som kom från Norrbotten, pappa, respektive typ västkusten och invandrare i andra generationen, mamma, uppväxt i Skelleftehamn så kan jag inte direkt påstå att jag är västerbottning, men hjärtat klappar nog lite extra för guldstaden och det AIK som har hemvist där. Men det är klart, MoDo hockey har också särskild plats i hjärtat efter mina dryga 20 år där. Något riktigt hockeylag att hålla på här har jag inte hittat men väl andra aktiviteter som fångat både tanke och hjärta och som Elvis sjöng "Home is where my heart is" och nu är det här i Bålsta.

Som 18-åring startade jag vuxenlivet i Umeå och första etappen inleddes med plugg på Socialhögskolan, en utbildning som gett mig möjlighet till ett intressant och spännande yrkesliv. Jag har alltid tyckt att människors väl och ve är värt att jobba för och har kunnat göra det både i jobb och på fritiden i olika föreningssammanhang. Nu ser jag fram emot att få medverka i vår förening, att både få lära mig en massa och få bidra med arbete och idéer. Vår SPF-förening har så mycket trevliga aktiviteter att erbjuda och jag hoppas att kunna bidra till att det förblir så.

Jag trivs gott tillsammans med människor i vars sällskap det är helt okay att tycka olika och är öppna för att tillsammans försöka utforska tillvarons möjligheter och samarbetets dynamik. Då får man både nya insikter och har trevligt samtidigt. Olikheter ger möjlighet till nya intryck och jag har fått uppleva massor med roliga saker tack vare att andra visat mig på dem, som orientalisk dans till exempel.

Ett av mina fritidsintressen, broderandet – en alldeles speciellt långsamtskapande aktivitet, ägnar jag mig åt ibland tillsammans med några goda vänner. Broderivännerna säger så här om mig: "En kreativ anarkist, hon broderar inte så mycket men 50-års-presenten kanske blir klar till 70-årsdagen."

Så kan det vara, somligt tar lång tid – men skam den som ger sig – nya tag och lite inspiration och sedan ordnar det sig i enlighet med mitt motto: "Det ordnar sig alltid – och har det inte ordnat sig så är det inte klart än".

Ursula



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
Bo Lundgren, 070-544 84 26
Lars Hansson, 0171-509 87, 070-453 61 24
Birgit Olofsson, 0171-530 83
Agneta Lindbohm, 0171-568 08
Lene Holton, 073-9883009
Olle Atling, 0171-515 80 eller 070-731 29 91
för annonser
Christin Jonsson, utdelning, 0171-516 30
christinjonsson@telia.com

Kommande månadsmöte

24 augusti nästa månadsmöte.

Kommande pub-kväll

18 maj. Irländskt tema.
17 augusti Bernt och Egon med
kluriga musikfrågor.

Underhållning på Pomona i matsalen torsdagar klockan 14.00.

11 maj Björksta Trio.
8j juni Envisorna.
21 juni **OBS onsdag!** Protonerna
och midsommarfirande.



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



Se upp så att inte hela semestern går åt till att skrapa och måla lusthuset, som du inte hinner njuta i innan det blir höst.

Rullstolspromenad

Vi är ett gäng SPF-are som ägnar var annan onsdag förmiddag till att vandra med boende på Pomona. Det är ofta den enda möjligheten för våra äldre 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 sponsorererna!

- 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
- TonerProffsen
- Vintage Room



Räkkryssning

söndagen den 6 augusti klockan 18.00 – 21.00

Välkommen ombord på M/S Tor som tar oss ut i Mälaren på en härlig båttur och Räkafton. Vi kommer att ha en trevlig kväll tillsammans med musik och sång av en trubadur.

- 17.30 Samling vid Kalmarsands silo.
- 18.00 Båten avgår från Kalmarsands silo.
- 21.00 Båten är tillbaka i Kalmarsand.

Vi får alla ta oss till och från Kalmarsand på egen hand.
Pris 295 kronor per person. Dryck tillkommer.

Observera ny mailadress!

Välkommen med anmälan från den **15 maj klockan 9.00**, gäller även mail till Lisbeth Nilsson, telefon 073-929 06 61, e-post: lisbeth.nilsson@Lisy.se
Sista anmälningsdag är den 26 maj.

Bokningsbekräftelse med betalningsanvisning skickas efter anmälan.

En brevbärares problem!

Har nyligen tagit på mig att distribuera vårt mycket uppskattade Medlemsforum.

Distriktet ligger utanför centralorten vilket innebär en del åkande fram och tillbaka på landet. I och för sig roligt att få känna på en del nya och spännande vägar och se många fina gårdar och hus. Något som skulle uppskattas mycket är väl uppmärksade brevlådor, har ju inte samma erfarenhet som våra postiljoner.

När det varken finns namn eller gatu- / väg-nummer på lådorna känns det tungt. Du som känner på dig att din brevlåda är anonym kanske kan sätta dit ett nummer i alla fall.

Tack på förhand!

Kent Magnusson, din leverantör av Medlemsforum.

(Skulle förmodligen uppskattas även av PostNord. Sättarens anmärkning.)



Göta Kanal Töreboda - Sjötorp tisdagen den 4 juli

Program:

- 07.00 Avresa Bålsta Busstation.
- 10.30 Ankomst Töreboda.
- 10.30 Ombordstigning.
Kaffe och smörgås.
- 10.45 ca Avgång mot Sjötorp.

Lunch ombord. (Varmrökt lax med dillcreme, grönsaker, potatis, bröd, måltidsdryck, kaffe, kaka.)

- 15.30 ca Ankomst Sjötorp.
- 15.30 ca Avresa mot Bålsta.

Eftermiddagskaffe vid någon lämplig plats utmed vägen (Serveras i anslutning till bussen.)
1900 ca Ankomst Bålsta

Pris 790 kronor/person.

(Icke medlem 890 kronor.)

Anmälan **tisdag 2 maj kl 09.00 (gäller även mail) till 15 maj** till Lennart 070-569 7574 eller lennart5592@gmail.com

*Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*



Välkomna att följa med på stadsvandring torsdag 11 maj på Södra Djurgården.

Vi träffas vid pendelstationen klockan 8.45 och tar pendel, buss och spårvagn till Djurgården. Efter cafébesök går vi en promenad på södra delen av Djurgården och avslutar med lunch.
Välkomna med anmälan till: Eva, telefon 545 64, Margareta, 577 90 eller Elisabeth, 515 75.

*Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*



BUDAPEST

- Donaus drottning

Budapest delas av floden Donau i Buda och Pest. På Budas höjder ligger den gamla staden med hus från 1600- och 1700-talet. Detta är den äldsta delen av staden där de smala medeltidsgatorna ringlar sig fram i den kuperade terrängen. Pest är den nyare delen av staden med byggnader i neoklassisk arkitektur, breda boulevarder, exklusiva butiker och många restauranger och caféer. Vår resa bjuder på sköna Budapest och Puszta samt trevlig middag med underhållning. Vår guide Dénes Szász är från Ungern och talar flytande svenska.

DAG 1: STOCKHOLM-BUDAPEST

Direktflyg till Budapest på morgonen. Vår svensktalande lokala reseledare och guide möter oss och vi börjar med lunch vid ankomst till staden. Sedan väntar en intressant rundtur med bussen där vi får uppleva denna vackra stad. Vår guide visar oss både Buda och Pest sidan med dess sevärdheter. Från Gellérthöjden, den mer än 200 m höga klippan i centrum, har vi en strålande utsikt över de båda stadsdelarna, som utgör helheten – Buda och Pest. Broarna över Donau representerar var och en sin egen stil och epok. Vi gör även en vandring till fots. Vi checkar in på vårt centralt belägna hotell där vi har lite ledig tid innan gemensam tre-rätters välkomstmiddag på hotellet. (L, M)

DAG 2: TERMALBAD/EGEN DAG

Idag erbjuds en tur till Szechenyibadet för de som vill bada i ett av Budapests mest berömda termalbad, byggt 1915. Att bada termalbad tillhör ungrarnas vardag. Det är en upplevelse att sitta i bassängen med 36 grader varmt vatten. Badet erbjuder ett flertal bassänger med vatten temperatur från 10 till 38 grader och olika typer av bastu. Vi reser dit med tunnelbana och inträde till badet betalas på plats. Egen tid för de som ej önskar bada. Lunch på egen hand och fri eftermiddag. Till kvällen gemensam middag på en lokal restaurang. (F, M)



Dénes Szász

Född i Ungern men har under perioder bott i Sverige och talar flytande svenska. Bor nu i hemlandet och verksam inom turism. Driver eget företag och jobbar som reseledare och guide.

På våra resor besöker vi både små och äldre städer med trappor och ojämna markförhållanden. Många guidade rundturer sker till fots, ibland utan möjlighet att vila sittandes. Kontakta oss om du har funderingar kring detta.

DAG 3: PUSZTAN & FLODTUR

En typiskt ungersk utflykt - ett besök till Puszta där vi ser en makalös hästuppvisning på herrgården Gerébi. Vi låter oss fascineras av de ungerka csikós (hästskötare) skicklighet att hantera sina hästar och förundras över vad häst och ryttare kan prestera. En uppvisning man sent glömmet. Det finns även möjlighet att själv prova att sitta på hästen och testa den långa piskan. Som avslutning åker vi en kort tur med häst och vagn i omgivningen. Nu väntar en speciell lunch på bondgården Öreg Tanya. Gården är en gastronomisk upplevelse för både öga och mage, där man känner sig som hemma hos någon. Ägaren Attila tillagar traktens rätter av lokala råvaror och därtill serveras lokala viner och snaps från granngården. Vi ser även en folklöre dansuppvisning med romsk musik. Åter Budapest efter en oförglömlig dag. Till kvällen skall vi få se stadens ljus under en båtfärd på Donau med middag och underhållning. Ombord serveras en buffé bestående av äkta ungersk husmanskost inklusive välkomstdrink, 1/2 flaska vin och kaffe på maten. Åter till vårt hotell. (F, L, M)

DAG 4: BUDAPEST – STOCKHOLM

Fri tid på förmiddagen innan transfer till flygplatsen för hemresa. Direktflyg tillbaka till Stockholm Arlanda. (F)



FAKTA

ERT PRIS	6 450 KR
ORD PRIS:	6 950 KR
RESLÄNGD:	4 DAGAR
AVRESA:	03 SEP 2017

I PRISET INGÅR

- Svensktalande reseledare
- Flyg Arlanda-Budapest t/r
- Transfer flygplats-hotell t/r
- Del i dubbelrum med frukost 3 nätter (F)
- 1 lunch (L)
- 2 middagar (M)
- Stadsrundtur m buss och guide
- Övriga besök enligt program m guide

TILLÄGG

Enkelrum: 1700 kr

TILLVAL

Utfärd: Termalbad ca € 2
(bokas & betalas på plats)

PRELIMINÄRT HOTELL

Mercure Budapest Korona Hotel****
<http://www.accorhotels.com/gb/hotel-1765-mercure-budapest-korona-hotel/index.shtml>

PRELIMINÄRA FLYGTIDER (norwegian)

UT: Arlanda-Budapest 08.40 -10.50
HEM: Budapest-Arlanda 14.40-16.50

INFORMATION

SPF Häbo

Lennart Carlsson

Telefon: 0705-697 574

E-post: lennart5592@gmail.com

Tidig amälan rekommenderas då platserna är begränsade.

Bokningsbekräftelse med inbetalningsavier skickas från ReseSkaparna.

ReseSkaparna
EVENT & RESOR

Arrangör: ReseSkaparna event & resor

Kontakt: 08-94 40 40 - info@reseskaparna.se - www.reseskaparna.se

Budapest 4 dagar, 3-6 september. **Anmälan torsdag 4 maj klockan 09.00 (gäller även mail) till 15 maj** till Lennart 070-569 75 74 lennart5592@gmail.com

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Natur- och kulturvandring – Sandviksåsen

Vaknade ganska tidigt på morgonen av att solen sken från en klarblå himmel men bara en grad varmt. Trots temperaturen kommer vi att få fint väder under vår vandring – tänkte vi. Tyvärr hade solen gått i moln och det vara tämligen hård vind när 33 förväntansfulla seniorer samlades vi den lilla parkeringen strax utanför naturreservatet Sandviksåsen.

Vägen från Häggeby kyrka ut till Sandvik passerar Överhassla där en vacker runsten, med del av toppen borta, förundrade oss.



Det första som vi såg när vi kommit ut ur bilarna var en mycket stor fågel strax ovanför oss. Tyvärr kunde vi inte av göra vilken typ av örn det var men troligen var det en havsörn eftersom de inte är helt ovanliga här.

Sandviksåsens naturreservat bildades 1993 och syftet är att bevara en rullstensåsar med fornstrandlinje och biås. Syftet är också att bevara gammal barrskog med en sällsynt svampflora, speciell torrängsflora på åsens krön och hagmarksartad betesmark på östra sidan av åsen. Reservatet är 64 hektar stort varav 41 hektar är land.

På åsens krön finns rester av en gammal fornborg som visar att människor för länge sedan ansåg att detta var en strategisk plats att bosätta sig på. Fornborgen är cirka 210 meter lång och 75 meter bred och var troligen en försvarsanläggning.



Väl framme vid det norr näset berättade Henry Rosling en hel del om de "fornminnen" som finns under vattenytan. På Riksantikvarieämbetets hemsida kan man läsa följande om dessa "fornminnen".

Status: Av vraket återstår enbart botten och spant. Vraket mäter 10,3 x 3 m.

Övrigt: Fartyget omnämns som "motorjakt".

Händelseförlopp: Fartyget hade ankrats upp vid Skadevi grustag. Ankarna och ankarkättingarna stals, varefter hon blåste i land. Hon togs aldrig omhand utan fick tjänstgöra som bryggunderlag vid gruslastning.

Vidare om det andra vraket:

Händelseförlopp: Hon sattes olastad rakt över en avbruten påle. Vart efter som lastning skedde trycktes pålen in i skrovet. Man fick inte pråmen från platsen så hon fick ligga kvar som vrak. Vraket tjänstgjorde därefter som bryggunderlag vid lastning utanför vraket av motorjakten "Anette".

Status: Vraket är 18 meter långt och 5 meter brett. Vraket har rasat ihop och har en inneliggande gruslast.

Övrigt: Ryttmästare Nils Åkerblom på Biskops-Arnö hade på öns norra sida ett sågverk. För sågens transporter hade han motorslupen Anna med 2 pråmar. Den ena pråmen ligger invid vraket av Anna vid sågen. Den andra pråmen (den som beskrivs här) ligger som vrak utanför vraket av motorjakten Anette.

Ute på norra näset kunde vi se Fribergs herrgård, skymta Biskops Arnö och en hel del andra kända landmärken.

Vi fortsatte sedan mot ett annat näs som vetter mot väster. Vi hoppades på att vinden ej skulle störa vår välbehövliga fikapaus.

Stigen mot fikaplatsen var verkligen fin, mängden blåsippor gjorde att vi stannade upp och tog upp en gammal sång som vi lärde oss i skolan en gång för länge sedan. Den om blåsippan som ute i backarna står.



Vi fann lä mitt emot den normala rastplatsen och alla njöt av sina medhavda smörgåsar, troligen mestadels äggmackor med kaviar! Stubbar och nedfallna träd duger bra som sittunderlag.

Vandringen fortsatte efter strandkanten där tallskogen har bytts mot en ridå av klibbal. Reservatgränsen passerades för att dels leta efter spår av den järnväg som användes när sand och grus togs från åsen och dels bese den byggnad som en gång i tiden tillverkade cementrör och liknande produkter.



Sanden och gruset lär ha använts vid renoeringen av vägen från Erikssund till vägskälet Sigtuna/Uppsala.

Därefter hade vi inte långt kvar till våra bilar och kunde konstatera att vi under trevlig samvaro fått en hel del natur och kultur till livs men inte vandrat mer än cirka 4 km.

En blomma hade diskuterats en hel del under vandringen. Ingen kunde sätta fingret på dess egentliga namn.

Efter studier hemma har följande konstaterats:

Backskärvfrö *Thlaspi caerulescens*.

Till Finland lär den ha anlänt i slutet av 1800-talet i samband med import av hö från Tyskland. Till Sverige på 1840-talet med gräsfrö från Frankrike. Den är en av de allra tidigaste vårblommorna och hör till korsblommiga växterna. Har mild smak och kan blandas med kirskaål och nässlor till en smakrik vårsoppa men är också känd för att ta åt sig bland annat zink och kadmium.

Elisabeth Andersson och Kent Magnusson



Eventuell havsörn

Dagen jag mötte Skoklosterbjörnen

*F*redagen den 24 maj 1996, skulle inte bli lik någon annan dag i mitt tidigare liv. Att få träffa och även stå öga mot öga med en livslevande björn i dess rätta element är otroligt häftigt och känns i hela kroppen i timmar efteråt.

Väckarklockan hade ringt 04.30 och uret på väggen började redan närma sig fem. Nu var det bråttom, om två minuter måste jag ut genom dörren. Men var fanns dörrnyckeln?

Det kändes inte alls bra att den var borta. Jag fick ta reserven.

Solen sken redan från en klarblå himmel och det syntes tydligt att det skulle bli en kanonfin försommardag.

Jag närmade mig min arbetsplats, Sigtuna Golfbana och tog mig en stående kopp kaffe i fikarummet, samtidigt som jag informerade Greenkeepern om att min dörrnyckelknippa var borta och jag kände mig otrygg med det.

Idag var det jag som skulle klippa greenerna och tio i sex satt jag redan på TORO-klipparen, på väg mot ettans green intill klubbhuset. Arbetet gick som en dans och redan före klockan åtta var samtliga 18 greener klippta. Över en halvtimme snabbare än det tidigare rekordet.

Jag satte mig i bilen för att köra mot hemmet och fortsätta leta efter nyckelknippan. Jag var mycket orolig eftersom det två veckor innan hade varit flera inbrott i villaområdet.

Väl hemma letade jag överallt, till och med i garaget. Jag gick även en runda i trädgården, men nyckelknippan var som bortblåst. Det hade faktiskt hänt en gång tidigare att jag glömt kvar nycklarna i ytterdörren och först nästkommande morgon funnit dem sitta i låset på utsidan. Hade detta hänt igen och hade tjuven hittat dem före mig?

Jag letade ytterligare en gång inomhus, men nycklarna var borta.

Eftersom det skulle bli en solig dag, bytte jag till gympadojor och direkt jag stack ner foten i ena skon kände jag nyckelknippan, tydligen hade de ramlat ur fickan när jag kvällen innan hängde av mig jackan. Dagen var räddad.

Ögonen föll nu på Nikon-kameran som låg på hallbyrån och jag konstaterade att det fanns

fjorton bilder kvar, så den fick följa med. Det skulle idag levereras en sprillans ny Fairway-klippare, med en klippbredd på över fyra meter och till en kostnad på över en halv miljon kronor. Dessutom var det jag som från och med måndag skulle ansvara och klippa med den.

När vidundret väl kom tog jag ett antal bilder på den, men också på arbetskamraterna. Jag åkte även ut banan och tog några "snapshots" över de fina partierna ner mot Sigtunafjärden.

Klockan närmade sig tre och arbetsdagen var till ända. Det var dags för hemfärd och en långledig pingsthelg väntade mig.

Jag var nu på Skoklostervägen och hade nyss passerat Häggeby. På krönet vid Galgbacken fick jag plötsligt se någonting brunt som rörde på sig i västlig riktning cirka fem hundra meter bort. Jag körde in till sidan och gick ur bilen för att titta ordentligt.



Jo-jo men, var det inte den s.k. "Yuppie-nallen" som var ute och lufsade och den hade inte alls bråttom. I sakta mak närmade den sig så småningom vägen. Flera bilar susade förbi och verkade irriterade över platsen jag hade parkeerat på, dock utan att observera den sällsynta "gästen" som befann sig på åkern.

Jag satte mig i bilen och tog fram kameran. Jag konstaterade att det fanns tre bilder kvar på rullen. När den fullvuxna björnen närmade sig tog jag första bilden ut genom det nervevade sidofönstret, sedan körde jag sakta, sakta framåt och de två sista bilderna togs på bara 20 meters avstånd genom framrutan när "Yuppie-nallen" for tvärs över vägen och försvann in i skogen.

När jag en kvart senare kom hem till villaområdet Lugnet, var det ett gäng med grabbar på fotbollsplanen och lirade fotboll. Jag sa åt dem att de borde gå hem, "eftersom björnen är här". Men jag fick till svar, – "om jag inte kunde berätta sagan om jultomten också".



Väl inne i huset ringde fårbonden på Nygård, men tyvärr försent. Björnen hade redan varit och hälsat på och samtidigt ätit en sen lunch, en fårbagge och det enda som fanns kvar var ryggraden och ena bakbenet.



Jag ringde till lokaltidningarna EP och UNT och berättade om mitt scoop. Jodå – visst var de intresserade, om jag bara lät framkallade bilderna så kunde jag titta in på deras redaktion och visa upp dem under nästkommande vecka.

Då ringde jag DN, ”Jo visst – kom in på en gång, så får du tusen kronor! Också om vi inte använder bilderna”.

Nu började det faktiskt bli intressant. Så jag ringde även Expressen. De bjöd mig två tusen kronor plus ytterligare en femhundring om jag kunde berätta en någorlunda trovärdig historia.

Visserligen var jag dödens trött eftersom jag varit i farten redan halvfem, men nu det fanns absolut inget att fundera över. Nästan en veckolön för ett par bilder och lite prat, det var ju fixat på ett par timmar.

Drygt en timme senare infann jag mig på Expressens redaktion vid Marieberg i Stockholm. Här var det stressigt och ett myller av människor som sprang kors och tvärs med olika papper i handen. Efter fem minuter kom journalisten Charlotte Permell, som ett par timmar tidigare intervjuat Kungen, eftersom björnen syntts till i närheten av Drottningholm dagarna innan.

Jag berättade med inlevelse för henne om de tre gånger jag fjällvandrat tvärs över Marsfjället i Södra Lappland. Jag talade även om att jag suttit på Marsfjällets topp 1589 meter ö.h. och dinglat med benen medan jag ätit en renklämma och samtidigt tittat på kyrktuppen som blänkpte på Vilhelminas kyrkspira – många mil bort.

Jag berättade även hur avkopplande det var att slippa sitt stressiga arbete under två veckor och att få leva vildmarksliv och se den fantastiska naturen. Men också hur det kändes att vada barbent i de iskalla, strida forsarna som ofta nådde en över knäna.

Jag omnämnde de djur som jag sett på fjället, lämmel, någon enstaka snöhare som höll på att byta till sommarpäls och ett antal renar som betade på en fjällsida. Men också om alla snöripor som hela tiden lyfte rakt framför mina fötter och om de små oansenliga blommorna. Dock lyckades jag aldrig få se en björn.

Enligt turistbyrån skulle det finnas fler än 500 björnar enbart i detta län. Men tydligen fanns ingen där jag var, inte ens en liten björnlort hade syntts till, och tur var kanske det.

Nu hade jag istället fått se ”Nallen” nästan hemma på min egen bygata.

Jag avslutade min intervju med att säga, ”att jag tyckte mycket bättre om renskav på Marsfjället – än skoskav i Stockholm” och det tyckte pennfäktaren var roligt.

Dock kan man säga att livet är fullt av tillfälligheter. Om jag hade passerat Galgbacken fem minuter tidigare eller kanske en kvart senare, då hade jag aldrig fått se björnen och om inte nyckelknippan hamnat i skon, då hade kameran varit kvar hemma.

Om kameran dessutom varit utan film eller om jag knäppt samtliga bilder på golfbanan, ja, – då hade ingen trott mig, när jag berättat att jag sett Yuppie-nallen livslevande bara några hundra meter bort åt vägen, och några lättförtjänta fickpengar hade det inte heller blivit.

Så, om inte ”om” hade funnits – då vet ingen hur det gått.

Text och bild Arne E Due

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?

Elin Johansson-Aminder
Tel. 0171-854 25

Sparbanken i Enköping

Bålstakontoret - Stockholmsvägen 85
www.sparbankenenkoping.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 följande datum:

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.

11 juli – Vandring bland Enköpings parker.

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





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



SVENSKA SPEL



www.facebook.com/icakvantumbalsta



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

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 *

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

Tidigare har jag i vårt Medlemsforum berättat om min resa till USA och resan ner till Sydamerika. Här kommer nu en fortsättning på min skoltid i USA samt resan hem via Cuba och London.

BROOKLYN – tiden 1950-1951

Några dagar före jul 1950, var vi åter tillbaka till New York. (Efter vår resa ner till Sydamerika) Vi hyrde en möblerad lägenhet i Brooklyn med adress 671/ 71:sta gatan. (Mellan 5:e och 6:e avenyn.) Det var en villa med två lägenheter. Vi bodde på bottenvåningen. Fru Tönnessen, som ägde huset bodde en trappa upp. Nu fick vi fira jul med pappa – vi var en riktig familj. Mamma hade tagit med sig juldukar och julpynt från Sverige. Vi hade till och med en gran.

När jullovet var slut måste vi naturligtvis börja skolan. Min storasyster Marianne och jag hade haft ett sommarlov som sträckt sig till och med över jullovet! Tant Carla ordnade med skola åt oss. Hennes man var sjökaptan på m/s Trivia som var systerfartyg till m/s Atomena. De bodde inte så långt ifrån oss och de hade bott i USA i många år. De hade en dotter och en son. Ann gick på collage och Christer bodde hemma. Christer var 12 år och vi blev kompisar. Första skoldagen var mamma och tant Carla med mig. På rektorsexpeditionen neg jag djupt för rektorn, som hälsade mig välkommen. Det var en stor skola med 2000 elever. Rektorn ringde en flicka som gick i den klassen där jag skulle börja. Hon hette Dolores och vi följdes åt till vårt klassrum som var rum 203. Under tiden berättade hon att det inte var tillåtet att springa i korridorerna och hör och häpna det var "högertrafik" som gällde. Även om ett klassrum låg i mitten av en korridor, så skulle man gå hela korridoren ner, för att där gå tillbaka igen på rätt sida. Ordning och reda och det fungerade jättebra. Dolores knackade på dörren och vi gick in. Läraren fru Therese Anne Smith kom emot mig, tog i hand och önskade mig välkommen. Jag neg, hon log så rart emot mig, men plötsligt började alla skratta. Skrattade de åt mig?

Förklaringen fick jag redan nästa dag. Vår lärarinna tog emot oss i dörren, jag sa: "Good

morning" och neg. Då, som på beställning började mina klasskamrater att skratta. Nu fattade jag! Flickor neg inte för äldre personer, vare sig de var släktingar eller lärare i USA. Här skulle minsann inte nigas mer, jag blev så generad och rodnade.

Varje morgon ställde vi upp oss vid våra bänkar och vända mot den amerikanska flaggan, som hängde i ett hörn i rummet, började alla tala i kör: "I pledge allegiance to the Flag of the United States of America," o.s.v. Det var den amerikanska självständighetsförklaringen som alla elever kunde.

Jag fick extra undervisning i engelska. Läraren var jättesnygg! Honom blev jag kär i på en gång, jag var också kär i en pojke i klassrummet bredvid. Men honom såg jag bara när övningslarmet gick i skolan och högtalaren ropade "Take cover." Alla elever sprang ut och fick sätta sig i korridoren. Då satt han mitt emot mig och hjärtat slog extra slag. I slöjden fick jag sy en väska att förvara trådrullar och nålar i. Den har jag kvar.

Gymnastik var inte så som jag var van vid. Det var "lättymnastik" och för detta ändamål hade vi gröna lekdräkter i bomull. De var så stora att en del av flickorna inte tog av sig, utan de tog på sig "gymnastikdräkten" över kläderna. Det var inte svårt att briljera här. Jag kunde gå ner i brygga och stå på både händer och huvud. Vi hade inte gymnastik tillsammans med pojkarna. Men en gång i månaden skulle det dansas med pojkarna. Jag avskydde det, för jag kunde inte dansa. Jag förstod inte någonting, för de gjorde olika hela tiden. Långt efteråt förstod jag att det var Squaredans vi skulle lära oss.

Pappa köpte en ny skolväska till mig, en mjuk skinnportfölj med lås och två remmar från Chile. Min svenska skolpåse skrattade de åt, men det var absolut ingen av mina kamrater som mobbade mig. Men i deras ögon var USA bäst på allt, bäst i världen, bäst i hela universum och det retade mig. Som svensk kände jag mig – *kränkt* som de skulle ha sagt i dag! Kanske är det just precis så som våra invandrare känner sig – för vi svenskar är väl bäst på allt? Min klasslärare frågade om jag hade någon fotobok över

Sverige. Naturligtvis hade jag det. Mina klasskamrater var intresserade och när jag berättade att vi hade ett kungahus, då ville de veta vilket slott de bodde i? Kungliga slottet i Stockholm, såg i mina ögon, inte ut som en kungaboning men det gjorde däremot Skokloster slott. Jag pekade ut Skokloster som kungaboning och prinsessorna på Haga fick bo på Läcköslott.

Jag fick en kamrat, hon var italienska och hette Aida. Vi gick på bio och ibland var jag hemma hos hennes stora familj och åt spagetti. Det var första gången jag åt spagetti. Mina kusiner Lilian, Birgitta, Anita och jag hade sett en film på frälsningsarmén i Lidköping och i den filmen åt barnen spagetti – vi trodde att de åt maskar!

I januari var det kallt med minusgrader och snö. Christer och jag åkte kälke i en park. "Fråga din fröken om du får ha långbyxor i skolan" sa mamma, men det gick inte an. Flickorna hade korta sockor på sig och bara ben. Mamma tyckte det var förfärligt. Marianne och jag vägrade att sätta på oss långstrumpor. Efter mycket tjat fick jag ha trekvarterstrumpor och Marianne fick nog nylonstrumpor. När jag började skolan sa tant Anna-Lisa att jag var tvungen att ha BH, för det hade alla flickor, om det så bara var en liten antydan till knoppning. Min första BH var rosa och kostade en dollar och två cent, jag kände mig vuxen och förfärligt märkvärdig. (Ur mammas dagbok.)

Vad skulle mina kusiner ha sagt om det? De hade nog sagt att det var "gör-larvigt"!

Mamma och tant Carla fann varandra. Vi var mycket tillsammans under denna tid. När de var på sina shoppingronder skickade de Christer och mig på bio. Förmodligen ville de slippa tjatet från oss som tyckte det var jättetråkigt att gå i affärer. På biograferna visades det alltid två olika filmer och man kom rakt in i handlingen på den ena filmen. För Christer och mig var det cowboyfilmer som gällde, sen fick man se någon kärleksfilm på köpet. Det var spännande att sitta där i mörkret och ha Christer vid sin sida. Lite missnöjd var jag över att han aldrig höll mig i handen, men så var han ju bara 12 år och jag var ju 13 år! Christer var blond, söt

och rolig, ibland låg vi under hans säng och spelade kort eller körde hans elektriska tåg. Men inte ens då kysste han mig!

Mamma handlade och som hon handlade! Hon köpte underklänningar och underbyxor i nylon till sin mamma, systrar och svägerskor, nylonskjortor till sin pappa och sina bröder. Marianne och jag fick också klänningar kjolar och jumprar. Vilka vackra klänningar hon köpte till sig, riktiga filmstjärneklänningar. Hon köpte bijouterier och sitt första smyckeskrin. Då var hon lycklig, för det har hon skrivit om i sin röda dagbok Daily Remainder. Denna dagbok har varit mig till stor hjälp när jag nu försöker att berätta om vart dagliga liv i Brooklyn. Hon skriver hur tjusigt hon tycker det är att gå på femte avenyn och beskriver de olika affärerna och att de till och med vågade sig in på SAKS.

Lördagen den 3 februari skriver mamma; "Vackert väder. Kallt!" Så är vi då en erfarenhet rikare! Vi har nämligen varit på Madison Square Garden och sett Sonja Heines Hollywood Ice Revue. Det var underbart vackert och fascinerande. Om man bara kunde komma ihåg allt! Senare menar jag! Det var en upplevelse "bara" att se Madison Square Garden! Det går inte att beskriva. Vi såg utmärkt bra och Westergrens och Brants var också med. Efteråt gick vi runt i Rockefeller Center. Vi tittade på alla som åkte skridskor och sen tog vi subwayen hem. Flickorna har haft brev från sin pappa från Concepcion." Ja, det var en upplevelse och jag minns det mycket väl, kostymerna, plymerna, ljussättningen på isen och med vilken fart och fläkt de åkte."

Så går den ena dagen efter den andra, ibland med en stor hemlängtan för oss alla. Särskilt när vi har fått brev från Sverige. Det hände så mycket och allt var så storslaget, men hemma var för oss Sverige. Marianne hade det kämpigt, hon saknade alla sina kompisar i "gänget" och när hon läste om allt skoj de hade på sina FF (föräldrafritt) så ville hon bara hem.

Den första mars låg Atomena åter vid kaj i New York. Marianne och jag fick varsitt silverarmband med våra namn ingraverade på en

platta. Det var så roligt att vara ombord igen och alla tog emot oss med öppna armar.

En eftermiddag tog pappa med oss på bio. Vi såg "Hall of Montezuma". Det här kanske inte låter så märkvärdigt, men för oss var detta en härlig känsla att sitta där i mörkret med våra föräldrar.

Mamma passade på att ha bjudning, nu när Atomena låg i hamn. Dagen efter skriver hon: "Jag skulle bjuda på ett svenskt smörgåsbord – och jag lyckades *bra!* Hade lagat Janssons frestelse, sillsallad, egen majonnäs, sparrisomelett, pannbiff, oxöga, flera sorter sill, potatis, skinka, leverpastej och ost. Kaffe med ananastårta till efterrätt." (Det fans en skandinavisk speceriafär i Brooklyn.)

Den nionde mars var det snöstorm och Atomnen avgick på kvällen. I sin dagbok skriver mamma: "Vi har nyss kommit hem från Atomena och hur det känns skall jag inte försöka beskriva här."

Nästa dag kom julklapparna från Sverige, som en glad överraskning över vår ensamhet och saknad efter pappa. Marianne och jag fick böcker och tidningar. Mamma och tant Carla fortsätter sina shoppingronder, ibland var Christer och jag med. Det första vi gjorde var att leta upp radio och televisionsavdelningen, sen satte vi oss på golvet och såg på allt.

Påskdagen den 25 mars åkte vi tillsammans med tant Carla och Christer till femte avenyn för att se på "Easter Parade". Mamma skriver: "Det var så roligt! En del damer var verkligen så flotta och eleganta. Men vi såg mycket tokigt också, i denna trängsel befann även vi oss."

Det var ett strålande väder på mammas födelsedag (hon fyllde 41 år) den 31 mars. Samma dag hade vi fått biljetter till Radio City Musik Hall. Det var bara så fantastiskt. Jag minns ljussättningen, för det såg ut som om de rodde på en riktig sjö på scenen och plötsligt började det regna och blixtra. Hur var detta möjligt? Ja, Amerika var verkligen fantastiskt. Jag började förstå mina klasskamrater.

Någon gång då och då åkte mamma och tant Carla i deras bil till New Jersey för att tvätta. Där fanns en tvättinrättning. "Det var bara att lägga in sin tvätt i maskinen och sen skötte den

sig själv!" skriver hon. Kvällen innan hade hon lagt i blöt allt som skulle tvättas. För detta betalade hon 80 cent. Nästa dag hängde hon ut den våta tvätten i trädgården.

I början på april ringde skeppsmäklaren kapten Rothman till mamma och meddelade att Atomena skulle gå hem till Europa igen, via Cuba och eventuellt London. Det var helt oväntat.

Så nu blev det bråttom med att turista! Den 14 april åkte vi med en turistbuss som åkte ner för Broadway till femte avenyn, förbi Central Park och Harlem. Vi var inne i S:t James Cathedral som då var den största kyrkan i USA. Vi var i China Town, åkte förbi Förenta Nationerna och flera andra ställen.

För att lämna landet var vi tvungna att ha "utresepass". Tillsammans med Tant Anna Lisa och hennes tre barn som också skulle lämna USA, åkte vi för att fotografera oss. (Hennes man var förste styrman ombord på Atomena.) Det var många papper som skulle ordnas för att vi skulle lämna landet. Efter detta tog vi färjan över till Frihetsgudinnan och gick upp till hennes diadem och tittade på utsikten, det var häftigt. Sen åt vi middag på Childs för en och tio per styck. Nästa dag var mamma med mig till skolan och talade med min fröken som sa att: "Birgitta is a lovely girl and a great student." Där ser man, tur att dagboken finns kvar.

Atomena skulle vara i Norfolk den 29 april och då skulle vi också vara där. Mamma ordnade med en flyttfirma som skulle ha \$50 för att köra ner våra saker till Norfolk. Det var ingen tvekan om att det var full fart på mamma, denna tid i USA. Hon städade, tvättade för hand, strök, shoppade, gick i kyrkan, bjöd hem folk, gick till tant Carla och fru Tönnessen och drack kaffe, följde med oss på bio och packade samt skrev brev med samma frenesi.

Mamma skriver: "I dag har Bibbi köpt rullskridskor, för sina fem dollar som hon fick av telegrafisten och hon är så lycklig." Christer hade alltid rullskridskor när han kom till oss. Kanske hann vi åka i tre dagar tillsammans innan vi lämnade Brooklyn. Lördagen den 28 april 1951 var vår sista dag i New York. Mamma har skrivit: "Vackert väder! Steg upp tidigt. Jag har en

massa att göra. Carla ringde, kom klockan tio och hämtade resten av specerierna! Fru Larsson kom och städade! Marianne gick och fick mina skor klackade. Klockan tolv var jag färdig. Då bjöd fru Tönnessen på lunch. Klockan halv två for vi till New York, Christer var med oss. Först gick vi upp i Empirer State Building, hissen tog en minut upp till den hundraandra våningen. Där hade vi trevligt! Såg på den härliga utsikten. Vi talade in två grammofonskivor, köpte kort och minnessaker. Skrev några kort. Sedan for vi till National History museum därefter till S:t Patricks Cathedral. Vi åt middag på Childs. Klockan åtta var vi hemma hos Brands. Jag strök en del där. Klockan tio åkte vi till Pennsylvania station. Carla och Christer var med. Klockan elva gick vi ombord på tåget. Barnen la sig genast. Kapten Kronberg kom ner och sa adjö. Klockan 0.55 gick tåget! Jag kunde inte sova en blund på hela natten, klockan sex på morgonen passerade vi Washington.”

Tåget rusar genom Virginia. Här var full sommar och varmt. Vi hade en trevlig svart tåguppssare, som hette Huntley. I vår kupé hade vi egen toalett och handfat som kom fram ur väggen när man tryckte på knappar. Det var häftigt! På morgonen kom Mr Huntley in i vår kupé och förvandlade våra kojbäddar till soffor. Det var ett Pullmantåg vi åkte med.

Georg Pullman från Chicago kom på sin multimiljon-dollar idé 1862, när han åkte tåg från västkusten till östkusten i USA. Han satt och fick ligga på träbänkar hela den långa resan. Hans idé var mjuka soffor som kunde bäddas om till sängar på natten. Han anställde bara svarta arbetare, oftast tidigare slavar för att serva de vita passagerarna. ”De kunde arbeta hårt utan att synas,” som han sa.

Äntligen på väg hem via Cuba och London 1951

Vi var framme i Norfolk på förmiddagen. Pappa och farbror Inge mötte oss. Vi tog taxi ut till Atomena som låg i torrdocka i Newport News, sex mil utanför Norfolk. Att ligga i torrdocka var fruktansvärt stökigt. Det bankas och ham-



Syster Marianne, 1:ste styrmans dotter, Bibbi, the little shoeshine boy, 1:st styrmans pojkar.

ras hela tiden och alla människor som sprang ut och in hos pappa. Dessutom var det svårt att gå i land och gå ombord. Dagarna här var intensiva. Mamma köpte en sommarkläanning till mig och så fick jag en vit badkappa med blå kantband. Amerikansk bommullsfrotté. Den var i stort sett outslitlig!

Den andra maj på kvällen avgick så Atomena från Norfolk. Vi stod länge på kommandobryggan i det vackra vädret. Farbror Tore, som var chief ombord, hade haft med sig sin fru Magg och sin lille son till Sydamerika. Men de skulle vara kvar i USA och stod därför på kajen och vinkade av sin man och pappa. Jag vill gråta när jag tänker på alla avsked som sjöfolk haft med sina familjer.

Äntligen var vi på väg hem, via Antilla på Cuba och London. Den första dagen på Karibiska havet var varm och solig, hög luftfuktighet men med hög sjögång. Vi var sjösjuka alla tre. Men när vi passerade San Salvador, Long Island och Bahamaöarna på eftermiddagen, låg havet spegelblankt. Barbro var 11 år och kortklippt. Hon var äldst av farbror Inge och tant Anna-Lisas tre barn. Vi duschade på däck hela dagarna, grabbarna var vilddare än några andra ungar jag träffat. Hela

besättningen fick hålla ögon på dem, för de var överallt.

Den femte maj, just denna dag, hade tant Anna-Lisa och mamma bestämt att tant Anna Lisa skulle klippa av mig mitt långa hår. "För mitt eget bästa" som de sa, när jag protesterade. Deras argument var att det var så varmt för mig. Jag hade inte mycket att sätta emot. Tant Anna Lisa klippte det rakt av och mycket kort. Jag minns hur ledsen jag blev. Senare samma dag på kvällen, tog vi lots och anlände så till Antilla, Cuba.

Nästa morgon vaknade vi av ett liv utan dess like, det vimlade utav folk på kajen. Tre svarta män spelade och sjöng. En liten pojke stod plötsligt på däck bredvid oss. Han var väl cirka tio år. Han ville putsa alla skor som fanns ombord. Han var både charmig och söt och med stora mörka ögon. Han blev allas favorit. Telegrafisten skämde bort honom mest, han fick en cowboykostym av honom. Alla kallade honom "the little shoeshine boy." Han var ombord hela tiden tills det vi la ut igen. Han åt frukost hos oss i salongen och inte gick han hungrig resten av dagen heller!

Marianne och jag skulle få rida en av dagarna. Pappa fick gå med oss upp till "stan" där det stod två skabbiga mulåsnor och väntade på oss. Plötsligt var ett fruktansvärt åskväder över oss och vi räddade oss in på en bar där vi drack Coca-Cola.

Mäklaren gav pappa passerkort till Union Club de Antilla och vi kunde gå och bada. Där hade de en in hägnad bassäng ute i havet. Inhägnaden bestod av ett staket av stolpar ute i havet. Det var lite kusligt och rädda var vi, för där var många hål i staketet. Det vimlade av hajar. Två besättningsmän kom dit och då lämnade mamma och pappa oss i deras vård och de gick för att köpa färsk fisk. När vi hade badat färdigt och skulle klättra upp för stegen upptäckte Hans, som var kock, att hans häl blödde. Han hade skurit upp ett långt jack på tio centimeter, förmodligen på något glas på botten av bassängen. Vi fick uppsöka en läkare som hade sin praktik ute i det fria, med en presenning som tak, ett skrangligt bord med instru-

ment, en kanna vatten och ett handfat. Det var allt! Förutom herrelösa hundar som sprang runt i sanden. Doktorn sydde ihop såret och sen åkte vi ombord. De första dagarna fick jag gå in med middagsmaten till Hans. Stewarten sa att jag fick själv lägga upp maten på tallrik. Jag la upp lite mer än jag själv brukade äta, sen gick jag stolt in till hans hytt. När jag kom in med brickan, stirrade han bara på maten men sa ingenting. Andra gången bad han om mera mat. "Hur många potatisar vill du ha?" frågade jag, tjugo sa han. Jag höll på att svimma, men trodde att han skojade – så han fick fyra!

Det var olidligt hett och mycket moskitos, så det gick inte att gå i land mitt på dagen. En av kvällarna var vi på restaurang och åt hummer. Tillsammans med Malmstedts och Westergrens, sen promenerade vi på "Boulevarden". Det låter flott, men på denna tid var Antilla en liten byhåla.

Fredagen den 11 maj lämnade vi Antilla, mamma och jag hade tidigt på morgonen varit iland och köpt Cubahattar och en solfjäder. På kvällen var det ett underbart månsken när vi passerade Cay Verde-öarna och senare Long Island. Pingstafton på Atlanten, vädret var varmt och soligt, men som jag längtar hem. Jag längtar att få träffa Lilian, Birgitta och Anita. Jag längtar till Liden och alla släktingar. Jag längtar till det "lagoma" svenska sommarvädret. På kvällen passerade vi Bird Rack på Crooked Island och därmed lämnade vi Västindiskaöarna bakom oss.

Fjortonde maj som var annandag pingst passerar vi Bermudas och två dagar senare är vår position cirka 800 mil syd om Cape Race. Vädret är både sjögång med överspolning och stilltje. Pappa snickrade lådor med hjälp av timmermannen för att packa alla våra saker i. Mamma stoppade pappas strumpor, städade, tvättade och strök.

Jag tog fram mina rullskridskor av järn, spände fast dem runt mina gymnastiskskor och började åka. Äntligen något som var jätteroligt! Barbro och hennes bröder satt på en av lastluckorna och beundrade mig. Men det roliga varade inte så länge. Från aktern kom yrvakna

matroser och ljungmän utspringande och undrade vad jag höll på med? (De hade fyra-timmars vakt.) Mitt åkande gav eko i hela skrovet och de kunde inte sova. Vi gick upp på däck utanför våra hytter, det var ett mahognydäck. Men inte heller här fick jag utöva mina färdigheter. Nu kom pappa rusande och bad mig sluta ögonblickligen, för jag förstörde däck.

Den 18 maj ringde pappa rederiet i Stockholm och fick bekräftat att vi skulle gå till London!

En morgon när jag vaknar har jag förfärligt ont i mitt vänstra bröst. När jag kikar under pyjamasjackan ser jag, till min förfäran, en stor varig böld. Jag rusar skrikande in till mamma, hoppar upp i kojen och gömmer mig bakom henne. Det blir stor uppståndelse, pappa kommer rusande och krävde att få se och plötsligt står både farbror Inge (han var sjukvårdsansvarig ombord) och tant Anna-Lisa där. Alla skulle titta, jag vill bara dö av skam när de tittar på mina bröst. Farbror Inge ordinerar våtvarmt omslag av fetvadd som skulle läggas runt bröstet och sedan lindar de in mig i stora gasbindor. Jag såg ut som en "Michelin-gubbe" om det uttrycket fanns på den tiden – tror knappast det! Sen står jag på däck, lutar mig över relingen som jag så ofta har gjort och tittar ner i havet. Jag kunde stå där i timmar och undra vad som fanns där nere. Ingenting är roligt! Men på kvällen, till min stora lycka, har varbölden spruckit, och allt blir som förut igen. Nästa dag får vi in svenska nyheter på radion, och nu är det ingen värme längre. Vi fryser skriver mamma i sin bok.

Så äntligen den 25 maj, tidig på morgon med lots ombord, stävar vi uppför Themsen och en timma efter har vi nått Graving Dock, London. Det var en strålande sommarmorgon och vi är alla på däck redan klockan fem på morgonen, för att följa vår sista resa med Atomena för denna gången.

Vi tyckte att alla engelsmän såg sjuka ut, de var vitare i skinnet än våra servetter. På kvällen kunde vi så äntligen ta bussen till Piccadilly Cirkus, vilken upplevelse, alla var vänliga och hjälpsamma och vi var inte ombord igen förrän till midnatt. Nästa dag blev som vanligt för

pappa, folk från land kom och gick. Den svenske sjömansprästen kom ombord och bjöd in oss till sin kyrka. Pappa var iland och mönstrade av de i besättningen som skulle sluta. På kvällen var Marianne och jag på bio med Westergrens. Mamma fick rosor av Stewart som tack för att vi varit så hjälpsamma under resan.

Nästa dag var en mulen dag och vi tyckte det var kallt, men nu skulle vi iland och besöka sevärdheter. Först gick vi på Madam Tussauds vaxkabinett, det var lite kusligt men ändå spännande. Efter maten tog vi en promenad i Hyde Park och lyssnade på alla som ville göra sin röst hörd i Speakers Corner. Vi fortsatte till Buckingham Palace, där hade vi en enorm tur tyckte mamma, när vi fick se drottningen som for förbi i bil. Vi gick igenom Green Park och promenerade i St James Park och fortsatte vår promenad till Piccadilly Cirkus. Precis som Rotterdam hade London också så många sönderbombade hus. Allt var så mycket dystrare än i USA och alla var så bleka men det var ju inte så konstigt, vi kom från Cuba där människorna var svartare än svart.

Efter lunch nästa dag blev vi hämtade i bil för att åka till The World Exhibition, vi gick där i nästan tio timmar. Mamma skriver: "Det var en strålande utställning, allt var konstnärligt och smakfullt arrangerat, det fäste jag mig särskilt vid! Vi åt middag på utställningen Soppa, kokt Sjötunga med svamp och ärtor samt frukt och glass till dessert." Det jag kommer ihåg från utställningen är planetariet. Där satt jag länge och tittade på himlavalvet.

Vi lämnade London och åkte med Svenska Lloyds passagerarfartyg m/s Saga hem till Göteborg. Nu var det pappa som stod på kajen och vinkade av oss.



Kusin Anita, Birgitta, Bibbi, Lilian

Liden - alla fruktträd stod i blom!

Vad minns jag av den efterlängtrade hemkomsten? Jo, besvikelse, besvikelse och åter besvikelse. Lilian, Birgitta och Anita stod tillsammans och tittade på mig som om jag var en främmande fågel som de aldrig tidigare sett. Det gjorde så ont i hjärtat. Jag som hade längtat så efter dem. Jag var en främling för dem. Det är klart att vi alla fyra hade vuxit ur barndomen och blivit tonåringar. Mina amerikanska kläder och mitt sätt att säga ja på var konstigt och högfärdigt i deras ögon. Jag svarade jää, när jag menade ja. Det var först när busschauffören frågade om jag skulle åka hem och jag svarade jää på hans fråga. Han undrade varför jag sa jää, och först då blev jag medveten om det. Jag blev alldeles röd i ansiktet och skämdes, Lilian, Birgitta och Anita som var med på bussen började fnissa. Barndomen låg bakom oss.

Birgitta Bath



Bibbi på väg!

KPR (KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET)

KPR's möte i pensionärsrådet den 15 mars innehöll många punkter och det blev stundtals livliga diskussioner.

Äldreboende.

Socialchefen Thomas Brandell informerar om det nya äldreboendet vid kyrkcentrum.

Han rapporterar att det skall gå ut en förfrågan i slutet av mars. Byggherre bör vara utsedd till midsommar. Sannolik grävstart är omkring 1 mars 2018 och inflyttning bör kunna ske omkring 1 September 2019.

Boendefrågan för äldre i kommunen har diskuterats väldigt mycket i KPR.

Hyror på Plommonvägen 8 och 10.

KPR har tidigare informerat om oron för hyreshöjningar bland de boende på Plommonvägen 8 och 10.

Thomas Brandell informerar att förvaltningen nu har träffat Hyresgäst-föreningen för att diskutera hyrorna på Plommonvägen. Hyrorna behöver höjas med 5,5 % för att kommunen inte ska subventionera dem. Överenskommelse är gjord att hyrorna ska höjas med 1,75 % per år i tre års tid. Detta utöver ordinarie höjning 2019 är hyrorna därmed i fas. Rådet påtalar vikten av att informationen om detta går ut till de boende.

Frågan om förturssystemet för lägenheterna på Plommonvägen 8 och 10 diskuteras och diskuterades även på arbetsutskottet.

Föreningarna i kommunala pensionärsrådet planerar att tillsätta en gemensam arbetsgrupp för att diskutera olika boendeformer för äldre och återkommer till kommunen med förslag på hur man anser att detta bör hanteras.

Korttidsboende.

När det gäller köer till korttidsboende har vi inte haft riktigt samma uppfattning som vård och omsorgsnämnden i frågan. Vi känner oro för det faktum att de som behöver korttidsboende måste hänvisas till platser, socialtjänsten hyrt, långt utanför våra gränser.

Detta är ett stort dilemma för de sjuka i första hand men också för de anhöriga. Det kan bli en resa, enkel väg, på över 6 mil för den anhöriga.

Teknikprojektet.

Vi har ett pågående teknikprojekt i kommunen som går ut på att undersöka möjligheterna till bl.a. annat kameraövervakning nattetid med flera andra tekniska lösningar. Vård o omsorgschefen Lisbeth Bohlin vill tillsammans med pensionärsorganisationerna gå ut med information via workshop eller utställning om vilka möjligheter som finns.

SPF seniorerna kommer på månadsmötet den 27 april att ge information om "Teknikprojektet". Det är Karl Erik Thulin KPR, som arbetar med bland annat dessa frågor, som ger en redovisning.

Färdtjänsten.

Något besked om status för utredningen kring den gemensamma beställnings-centralen vad beträffar färdtjänsten har ännu ej klarlagts. När ett underlag från utredningen kommer ska nämnden ta ställning till detta och frågan kommer även passera kommunala pensionärsrådet och kommunala handikapprådet.

Övriga frågor.

Personalsituationen på Solängen diskuterades. Socialchefen säger att man arbetar med problemen bland annat genom att få tag i ny chef, vilket kan nämnas här, numera är löst. Man ser också över personalensscheman. Personalenska också få arbeta färre helger och man försöker få en bättre överlämning till nattpersonalen.

Frågan om bostadsanpassning kom upp via anhörigföreningen. Det finns personer som uttryckt missnöje med att de har beviljats bostadsanpassning och att insatsen därefter tagit väldigt lång tid att utföra. Rådet beslutar därför att Annette Eliasson som arbetar med frågan ska bjudas in till nästa sammanträde för information.

Frågan om matlådor väcks om ifall hemtjänsten även kan leverera matlåda från annan leverantör än restaurang Pomona liksom om man kan beställa enskilda lådor utan biståndsbedömning. Thomas Brandell, socialchef, bedömer att leveransen är svår att genomföra utan biståndbeslut.

Rådet tar också upp frågan om en stående punkt på dagordningen vad avser bostäder, i synnerhet i förhållande till äldre, dock ej biståndsbedömda. Carina Lund (M) och Agneta Hägglund (S) informerar om läget utifrån aktuella kommunstyrelsebeslut. Plan- och utvecklingsavdelningen ska också bjudas in till höstens första möte för information.

Ytterligare en information som gavs handlar om att personer med utvecklingsstörning på Lindegårdsvägen behöver kontaktpersoner. Se vidare Information på annan plats i tidningen och på hemsidan.

Detta är en del av det protokoll vi har från vårt senaste möte i KPR.

Nästa möte i KPR är den 23 maj.

Yvonne Lindström

Nu spelar vi BOULE igen!

Äntligen är det dags! Som vi har längtat!

Om bara vädret tillåter det så startar vi säsongen den 9 maj. Alla, såväl gamla som nya SPF:are, är välkomna att komma och spela på banan bakom Medborgarhuset som vi, tillsammans med PRO, har rensat och städad inför säsongen.

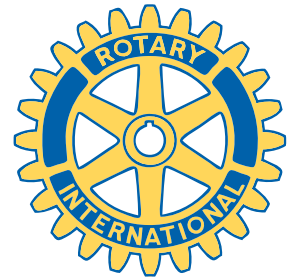
Har du inte spelat förut men är sugen att prova på så är det bara att komma dit. Ta gärna med klot om du har, annars löser det sig nog ändå. Vi spelar varje tisdag klockan 10.00. Inga förkunskaper eller föranmälan krävs!

Känn dig varmt välkommen!

Sonja Fahlström/Kristina Holländer



Rotary är en politiskt och religiöst obunden organisation för samhällsengagerade personer med olika yrkesbakgrund, ålder, religion, etnisk tillhörighet och befrämjar samförstånd, good will och humanitära projekt i hela världen samt fred i världen.



SPF-kören Duromoll under ledning av vår eminente dragspelare Bernt Gahn sjöng vid Håbo Rotarys måndagsmöte den 10 april på Kalmarsands restaurang.

Vi hälsades välkomna av president Fredrika Engqvist.

Kören började med *Fjäriln Vingad* och därpå ytterligare visor av Bellman, sedan *Visa vid vindens ängar*, *Balladen om Fredrik Åkare* som Cornelis sjöng för oss för länge sedan.

Taubelåten *Ingrid Dardels polska* där en doft av tamarinden egentligen var en cuuracaou. *Sången om Gunnar Vägman* har text av Dan Andersson musik av Gunde Johansson och handlar om en finländare som "snickrade" egna låtar. Nästa sång den välkända *Sakta vi gå genom stan* blev en påminnelse om hur det var och förhoppningsvis kommer få vara i framtidens Stockholm, utan rädsla, och som Monica Zetterlund sjöng så vackert om. Låten kom på 30-talet, musik Fred E Ahlert, text Roy Turk, men jag tror det var Beppe Wolgers som översatte texten till svenska. Till sist *Ljuvliga ungdom*, den sång vi förknippar med Arja Saijonmaa, text och musik Kulervo Linna.

Annagreta hade från början undanbett applåder (mellan låtarna vill jag tillägga) och Lave presenterade sångerna mycket levande och underhållande. Vi hade så att säga fått applåderna "till godo" till efter sista sången och då tog vi tacksamt emot dem.

Vi avtackades av Fredrika Engqvist med följande ord:

Tack för sången och ert framförande här.

Vi vill visa vår uppskattning genom att vi i Håbo Rotaryklubb lämnar ett bidrag till POLIO PLUS och ni har bidragit till kampen mot polio i världen END POLIO NOW.

Här intill ser ni diplommet med egna ögon.

å Duromoll-körens vägnar, Birgit Olofsson.

PS

Då jag personligen drabbades av polio 1953 men undkom utan bestående förlamning, ligger det mig varmt om hjärtat att bidraget går till kampen mot polio som ännu inte är utrotad i världen.

DS



Rotary

Tack för ert framträdande!

För att visa vår uppskattning så kommer vi i Håbo Rotaryklubb att lämna ett bidrag till

PolioPlus

Ni har härigenom bidragit till
kampen mot polio



Korv-Emma, konditori Enen, leksaksaffären och biomatineerna.

Jag bodde som grabb på Hasselstigen som ligger i närheten av Filmstaden i Solna. Det fanns fyra viktiga mål för oss smågrabbar i området.

”Korv-Emma” kallades en tant, som sålde varmkorv med bröd i hörnet av Råsundavägen och Uppfartsvägen. Hon huserade i en liten egentillverkad vitmålad kiosk, troligen tillverkad av masonitskivor, inte större än att den precis rymde henne och hennes utrustning. Kiosken hade en liten lucka där affärerna sköttes. Den var uppställd på trottoaren framför en 1,5 meter hög mur.



Jag har ingen aning om var Emma bodde. Vi grabbar gick ofta dit och köpte varm korv med bröd, om man hade pengar. Vad jag minns kostade en korv med bröd ca 50 öre, men om man inte var ”stadd i kassa” så kunde man köpa ett bröd, utan korv, med senap och ketchup för halva priset. En tredje variant var varm korv utan bröd. Korv-Emma hade med sig vita möss i kiosken som hon gullade med mellan kundbesöken. Min kompis Mats blev lite mer vän med henne och fick en vit mus av henne.

Ungarna i kvarteren runt kiosken brukade tyvärr störa Emma ibland, genom att banka på väggarna och taket. Emma kom då utfarande ur kiosken och jagade iväg ungarna.

Vad jag minns fanns inget vatten eller el installerat i kiosken. Jag antar att Emma hade gasol/fotogen för värmning och belysning. Kraven på bättre hygien växte i samhället och det skulle finnas rinnande vatten och avlopp för tvättning i korvkioskerna. Korvkiosken försvann troligen, när reglerna för livsmedelshantering förändrades. Korvförsäljarna med korvlådan på cykeln försvann kanske i samma veva. En annan detalj som utkonkurrerade Emma var att hon inte kunde servera grillad korv till kunderna. Folk ville hellre köpa grillad korv med potatismos/pommes frites.



”Kondiset” som låg på andra sidan Råsundavägen hette egentligen konditori Enen och låg intill Göte Roos sportaffär. När vi hade fått veckopeng skulle det handlas godis. Ofta fick man sällskap av flera kompisar som hoppades på att bli bjudna på något. Vi rusade över Råsundavägen, som då hade järnvägsspår för spårvagn nummer 15 som gick från Esplanaden i Sundbyberg till Norra Bantorget i Stockholm. Det var med livet som insats, när man skulle över Råsundavägen som då var ganska livligt trafikerad. Det var ju bråttom till godisdisken på ”kondiset”. Förutom bilar var det ju spårvagnar som hade sina spår på en förhöjd vall mellan bilarnas körbanor. I dag är spårvagnarna borta sedan många år, och vallen är förändrad till bilparkering.

När man skulle över gatan och spåren, gällde det att ha ”split vision”. Flera rörliga föremål i form av bilar och spårvagnar skulle över-

vakas under rusningen över, utan att snubbla på spåren. Ibland hamnade man mitt emellan spårvagnarna som kom från båda håll samtidigt. Då gällde det att stå blickstill mitt emellan och vänta tills spårvagnarna passerat. Det kändes trångt och läskigt att stå mitt emellan spårvagnarna. Konstigt att inte förarna stannade för att släppa över oss. Hade våra föräldrar sett våra rusningar över Råsundavägen hade de bleknat och dragit in veckopengen.

Jag minns åtminstone en allvarlig olycka där ett barn blev överkört av spårvagnen vid Uppfartsvägens hållplats. Jag vet inte hur det gick för barnet men en lyftkran fick hissa upp spårvagnen för att få fram barnet som låg kvar under motorvagnen. På spåren la vi knallpulverband eftersom det smällde rätt bra när spårvagnen körde över det. En annan variant var att lägga spik på spåret. Spårvagnen valsade ut spiken till ett litet svärd.

Inne på kondiset fanns mycket att välja emellan som tablettaskar av olika sorter med samlarbilder på filmstjärnor och idrottsstjärnor, lakritsremmar och lakritsstänger, salmiaktabletter och chokladkakor, mums-mums och kokosbollar, karamellklubbor, femöreskola och tvåöreskola, glasspinnar, massor av olika tuggummi och mycket annat ätbart för små barnmagar. Dessutom fanns ju bakelser, kakor och bakverk för de större i kaffeserveringen med jukeboxmusik.



Leksaksaffären låg på Råsundavägen, ca 25 meter ifrån Uppfartsvägen. Där kunde man stå vid skyltfönstret i timmar och titta på alla leksaker som var utställda i fönstret och önska sig det ena och det andra. Jag minns tanten som stod i affären. När hon stängde för kväl-

len var hon omklädd till frälsningssoldat för att gå på möte. Många gånger när min mamma kom med mig från daghemmet passerade vi leksaksaffären. Jag ville alltid stanna och peka på vad jag önskade mig. Där fanns bland mycket annat leksakståg, bilar, tanks, tennsoldater och roliga gubbar som skruvades upp med nyckel samt mycket, mycket annat som dockor för tjejer. Ibland ville mamma korsa Råsundavägen innan vi nådde leksaksaffären. I dag kan jag ha en aning varför.

Biomatineerna på lördag och söndag var veckans höjdpunkter. Vi hade fullständig "koll" på bioprogrammet. Det fanns många biografier att välja mellan. Solna hade fem biografier och Sundbyberg hade tre. Närmast i Råsunda fanns Vingen, Castor och Savoy. Längre bort i Hagalund fanns Hagalundsbron och i Huvudsta låg Huvudstabion.

Populärast var västernfilmer med indianer och cowboys men även sjörövare som kapten Blood med Errol Flynn. Zorro och Robin Hood var även populära filmer. Föreställningen startade med förspel som alltid var olika Kalle Anka-filmer. Biobiljetten veks till en "visselpipa" som vi blåste i. Det var ett väldigt oljud från alla visslande ungar. En gång fick en något år yngre lekkamrat i huset följa med mig på matinebio. När filmen var som mest spännande började grabben grina och ville gå hem. Jag kände ansvar för honom och följde honom hem. "Småungar" ska man inte ta med sig! I Sundbyberg fanns Folkets hus med två biografier samt Bristol, alla tre på Sturegatan.

När man sedan passerat matineåldern och ville gå på barnförbudet gällde det att se "vuxen" ut. Vi hade svarta skinnjackor med uppvikt krage, jeans samt gummistövlar med nedvikta skaft. Mycket brylkräm i håret! För att se vuxnare ut stod vi på tå i gummistövlarna när vi stapplade fram till vaktmästaren som rev biljetterna. Nu var filmvalet ett annat. Elvis eller Brigitte Bardot som lockade!

Samhället har förändrats en hel del sedan 50-talet, när jag upplevde detta. Men nu är spårvagnarna på väg tillbaka igen.

Jan Westergren

SPF Seniorerna Håbo

RABATT: 300 kr på alla resor i vår katalog

I Love Musicals i Göteborg

Peter Jöback, Helen Sjöholm och Tommy Körberg - en galakväll på Ullevi i Göteborg 17/6 2 dagar
2790-ink: Bussresa, Hotell, en lunch, biljett till föreställningen, Busskaffe.

Höstens Shower:

TOMAS LEDIN lö.4/11 15.00 **1095:-**
AFTERDARK to.16/11 19.00 **995:-**
BJÖRN SKIFS ti.7/11 19.30 **995:-**

RHEN-MOSEL lö 23/9

Rüdesheim och Bernkastel Kues Mosel och Rhen är kanske de mest kända floderna i Tyskland. På vår resa njuter vi av god mat och dryck, gör dagsetapper med båt på Rhen och Mosel hela tiden omgivna av vinberg och riddarborgar. Vi besöker små trevliga byar och orter längs de båda floderna. **7990** ink: Buss resa, hotell, Båtresa, flodkryssningar, Vinprovning, Busskaffe, Reseledare

KROATIEN ISTRIEN Porec

Rovinj Pula, Bad och sol
Flyg t/r ti 3/10 8d. **7.990**
Inkl, hotell, fruk och middag

Andalusien Flyg

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

NORD SYD RESOR
NORD SYD FLYG OCH BUSS AB

Läs mera på www.nordsydneyresor.se

Finland - tusen sjöars land

Karelen är det östligaste landskapet i EU och dess gränser har ändrats många gånger under historiens lopp. Vi möter här verkligen öst och väst i en spännande blandning av unika seder och bruk och en färgstark egen kultur. Vi besöker på resan: Nya Valamo kloster Savonlinna Helsingfors Borgå Kuopio, Rauma Åbo
sö 23/7 8d. **9.790** ink:

Bussresa, fem hotellnätter i dubbelrum med d/wc. Båtresa t.o.r med övernattningar, 7 frukost, 7 middagar och en lunch, Stadsrundtur i Helsingfors, Gudiade visningar i Nya Valamo kloster, Runebergs hem i Borgå, Kerimäki träkyrka, Busskaffe

ITALIEN GARDASJÖN

Berninaexpressen genom Alperna, Venedig, Milano Valpolicella, 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**

LISSABON - 5 dagar

Fem dagar, fyra nätter i Lissabon, en av Europas charmigaste huvudstäder och även en av de äldsta. Avresa sö 27/8 5 dagar **6780:-** ink: Flyg t/r, Hotell m d/wc inkl frukost, en middag

Tfn 08-24 71 00, 0171-35663
må-fre 09.00-12.00 & 13.00-18.00
e-post: info@nordsydneyresor.se

Medicinsk fotvård

Nyhet!

Vi tar emot diabetesremisser enligt avtal med Uppsala Läns Landsting

 **HÄLSOTERRASSEN**

Mansängsterrassen, Bålsta C (bakom polisen)

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

Sommarjobb för 65+

Socialförvaltningens enhet för personlig assistans söker pensionärer som har ork, tid och lust att göra en insats under juni – augusti 2017. Kortare eller längre period, eventuellt vikariat under längre tid.

Arbetsuppgifter kan t.ex. vara handling, promenader, viss matlagning/fika, personlig omvårdnad och dylikt. Arbetsuppgifterna varierar beroende på brukarens funktionshinder, några brukare har stort vårdbehov.

Vi erbjuder god introduktion och lön enligt avtal.

Kan man finska är det ett plus.

Kontakta Håbo kommun, Socialförvaltningen, Personlig assistans telefon 0171-46 84 88.

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)

Din VIANOR-verkstad i Bålsta.

Montering

Balansering

Bilservice

Reparation

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

Öppet måndag - fredag 8-17.

0736-26 17 54

www.sehmansdack.se

Sehmans
däck & service



GoFix:it Mjöd. 6, Bålsta
Datorer & Service 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.

Snacka om nyheter

Jag anslöt mig till studiecirkeln hösten 2016. Vi träffas varannan måndag, för det mesta i Bryggan, såvida inte något styrelsemöte förpassar oss till Ekan. Cirkeln har funnits i många år. Den lär ha börjat som en reseckirkele. Inför resor som gjordes i Sverige träffades man och diskuterade aktuellt resmål. Det visade sig att den gruppen ville fortsätta att träffas även efter att orken (?) att resa minskat. Ur detta utvecklades Snacka om nyheter. Jag tror att jag fått bakgrunden rätt och hoppas den stämmer med fakta. Fakta? Ja, idag något som är mycket kontroversiellt och som cirkeln ständigt snackar om. Vi är i alla fall säkert minst tio deltagare.

Nyheter? Vad är det? Jag har hört talas om "nyhetens obehag". Nordstedts svenska ordbok skriver att nyhet är något som inte tidigare varit känt och som kan tänkas väcka intresse. Likaså att nyhet är aktuell information om något inte tidigare känt.

I högsta grad ägnar vi oss åt det som inte varit så känt sedan tidigare och som också väcker vårt intresse. Huvudsakliga källor är det som vi läst i dagstidningar. TV-programmen är också en stor källa. För att inte tala om Bålsta-Bladet. De lokala nyheterna är mycket viktiga utgångspunkter för våra diskussioner. Jag är ständigt förundrad över hur mycket deltagarna hinner läsa och följa i TV. Cirkelledare är för tillfället Else Coster. Hon leder cirkeln med fast hand och har alltid med sig aktuell nyhetsmaterial. Att vara cirkelledare kräver förberedelser har jag förstått. Egna sjukdomar och egna vårdbesök är nyheter som vi försöker undvika. Världens gång och kommunens gåtfulla göranden står högt på dagordningen. Och fikapausen.

Vid vårt senaste möte meddelade Else att hon tänkte hoppa av till hösten 2017. Nyhetspinnen kommer att övertas av Bibi Lundgren.

Jag tänker fortsätta snacka om nyheter.

PS

Ett önskemål: Att det införskaffas runda bord till Bryggan och Ekan. Det skulle skapa cirkelkänsla.

Lave Arnell

Fransk konversation

Det var med Staffan Wohrne som cirkelledare som vi var sex eller sju som började med lätt fransk konversation hösten -15, varannan onsdag mellan 9-11. Vi fortsatte även våren -16 och hösten -16 och har nu avslutat vår fjärde termin i och med vårt sista möte den 5 april. Staffan avtackades med en bok om det svenska köket med fransk text och en flaska Merlot (un litre de vin rouge dans une bouteille en plastique). För övrigt ett riktigt bra vin de table (vardagsvin). Varunummer, nä, glöm det.

Konversation på franska är ingen lätt sak, inte ens lätt fransk konversation. Det som förenar oss i cirkeln är en faiblesse för det franska. Det kan vara resor i Frankrike, drömmen om Paris, fransk musik och litteratur. Vin och mat och ost inte heller att förglömma. Mat och dryck är ett enastående ämne att prata om, outtömligt. Jag har lagt märke till att ett vanligt samtalsämne vid bjudningar är att man pratar om alla andra bjudningar man varit med om och maten som då serverades. Så gör även fransmän har jag förstått.

Vi har haft franska (vad annars?) texter att utgå från vid våra möten. Första terminen kämpade vi med "Le Petit Prince" av Antoine de Saint-Exupéry (1900-1944), "Lille Prinsen" på svenska. Vad vi läste våren -16 och hösten -16 har jag glömt bort. Nu i vår har vi läst avsnitt ur en bok av Delphine de Vigan, "No et moi", en mycket bra bok om en överbegåvad 13-årig flicka (med diagnos så klart) som blir kompis med en 18-årig hemlös flicka. Rätt förfärliga beskrivningar av hemlösas belägenhet (utsatthet ska det väl heta) i Paris. Boken är från 2007 och finns översatt till svenska. Huvudpersonen önskar rädda världen eller i alla fall som det modernt heter göra skillnad. Jag tycker nog hon gör det. Boken rekommenderas. ("no och jag" på svenska.)

Vi läser högt i tur och ordning och diskuterar alla på en gång, precis som i Frankrike. Det är tur att vi kan ta hjälp av svenska när orden fattas. Sista texten vi jobbade med var en fransk översättning av Christina Björks bok om Linnea i målarens trädgård. Förtjusande bok om en ung flicka som följer med Florent (Blomstedt/Blomqvist tror jag han heter i det svenska originalet) till Paris och gör en utflykt till Monets hus och trädgård i Giverny.

Klockan tio fikar vi och eftersom vi har vår cirkel i en lokal på Äppelvägen reder vi oss alldeles själva. Nybryggt kaffe, franskrost, och något gott därtill. En mycket angenäm stund. Fortsättning följer i höst, fast vi börjar inte förrän 4 oktober. En svår vår, sommar och förhöst väntar.

Salutations distinguées!

Lave Arnell

Studiecirkel:	Dag och tid:	Anmälan:
Odlå på liten yta Robin Welch	Återkommer i höst.	070-728 79 13
Surfplatta & telefon i vardagen Lennart Carlsson	Inget i höst. Återkommer i vår. lennart5592@gmail.com 070-569 75 74	0171-548 59
Plocka rätt svamp Kristina Winroth	Återkommer i höst.	072-312 00 80
Fransk konversation Staffan Wöhrne	4/10, 18/10, 1/11, 15/11, 29/11, 13/12. Onsdag 9.00-11.00 Äpplets samlingslokal.	070-287 22 50 0171-577 90
Konstcirkel Olof Bentz	29/9, 13/10, 27/10, 10/11, 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. 19/9 – 28/11. Äpplets samlingslokal. Tisdagar jämna veckor kl. 9.30-12.00	0171-56 11 7
Skrivarcirkel Gunnel Ferm	Start 19/9. Klockan 10.00-12.00. Plommonvägen 10. Tisdagar jämna veckor.	0730-46 47 21
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. gunnelferm43@gmail.com		
Tyda gamla texter, fortsättning (Ej nyanmälan.) 24/8 – 30/11. 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.		
Religionskunskap 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 ursprunget till det vi tror på? Hur har det förändrats? Hur påverkar religionerna vårt samhälle? Gunnel Ferm gunnel.ferm@gmail.com	Start 12/9. Tisdagar udda veckor klockan 13.00-15.00 Plommonvägen 10.	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	19/9, 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 14/11 kl. 14.00-16.00	0708-72 07 65
Hälsa och välmående Mari Starbakovi c	Start vecka 36 eller 37 klockan 14.30-17.00	070-585 74 38
Disgen Gert Lidö	25/9, 9/10, 23/10, 6/11, 20/11, 4/12, kl. 9.00-12.00 20/11 kl. 08.30-11.30.	0171-545 64
Grundkurs i att lära sig att mata in uppgifter i och hantera släktforskningsprogrammet <i>Disgen</i> . Rika möjligheter att hålla reda på personuppgifter, församlingar, orter och boställen under släktens levnad. Cirkeln hanterar också utskriftsmöjligheter och kartfunktioner.		

Studiecirklar:	Dag och tid:	Anmälan:
Snacka om nyheter Bibbi Lundgren	3/9 – 11/12. Klockan 14.00-16.00. Jämna veckor.	0171-59412
Sånggruppen Duromoll Bernt Gahn	Start 24/8 t.o.m. 7/12 varje vecka. bernt.gahn@telia.com	0171-50206
Historia Ronny Kjellqvist	Datum till hösten. Tisdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.00	0171-51615
Litteratur Barbro Eriksson	Datum till hösten. Onsdagar ojämna veckor kl. 10.00-12.00	0171-50024
Engelska Brian Turner	Start 5/10, 10 gånger. Äpplets samlingsal. Torsdagar kl. 10.00-12.00.	0171-55761 070-5741224
Redaktionscirkeln Barbro Larsson	Start 26/7. Plommonvägen 10. Onsdagar jämna veckor, 10.00-12.00	0171-50749
Släktforskning nybörjare/fortsättning Catharina Josefsson Inger Kölestam	31/8 – 7/12. Torsdagar ojämna veckor 8.30-11.00.	0171-54880 0171-59563
Nybörjare/fortsättning:		
Släktforskning grupp 1 Sven-Erik Svensson	Fredagar ojämna veckor 8.30-11.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 2 Sven-Erik Svensson	Fredagar jämna veckor 8.30-11.00	070-733 24 89
Släktforskning grupp 3 Sven-Erik Svensson	Fredagar ojämna veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 4 Sven-Erik Svensson	Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 5 Sven-Erik Svensson	Fredagar ojämna veckor 14.30-17.00.	070-733 24 89
Släktforskning grupp 6 Sven-Erik Svensson	Fredagar jämna veckor 14.30-17.00.	070-733 24 89
Data för noveller Olle Atling	14/9 – 30/11. Torsdagar kl. 14.30-17.00.	0171-51580
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. 4/9, 2/10, 30/10, 27/11.	0171-51061
Knyppling Ella Andersson	Start 1/9. Fredagar 9.15-12.00. Materielkostnad.	070-4400636
Hantverk Helena Löfgren	Start 1/9. Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.	0171-59965
Busk- & trädbeskrifning Robin Welch	Återkommer till hösten.	070-7287913
Män i köket "på egen hand" Bo Lundgren	Datum till hösten. Onsdagar kl. 17.00 - 21.00.	0171-59412
Goda och lättlagade måltider		
Tillsammans med Gert-Inge lagar vi god mat. För tillfället inga nya anmälningar. Kostnad: Självkostnadspris på det som tillagas, äts och dricks.		
Gert-Inge Öman	24/8, 14/9, 5/10, 26/10, 16/11, 7/12, kl. 17.00 – 21.00.	070-9315991
Lär dig spela gitarr Bo Lundgren	Start 21/8. Måndagar 12.00 - 14.00	0171-59412

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 23/8 - 13/12. Onsdagar kl. 12.00 - 17.30.	0171-577 90
Övningsbridge Håkan Jonsson Hans Hedström	Start 4/9. Måndagar kl. 14.00-17.00 jonssonh46@gmail.com	0171-516 30 0171-579 33
Träslöjd på f.d. Träffen Olle Atling	Start 13/9 - 29/11. 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

Saknade datum för någon aktivitet i höst kommer i nästa nummer i augusti.



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

*Augustinumret av Medlemsforum utkommer vecka 19 – manus **senast den 7 augusti.**
till Lars Hansson, Granelundsvägen 4, 74634 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