

SPÅNGA VETERANEN

Medlemsblad för våren

Årgång 17 • Nr 1 • mars 2017





Öppet mån–fre 8.00–16.00
lunch 10.40–14.00



Vi erbjuder husmanskost lunch
måndag–fredag kl.10:40–14:00
Pensionärspris 75 kr

Välkomna!

Krogen Tre Kockar, Stormbyvägen 2–4, 163 29 Spånga
Tel: 08-795 43 44. Dagens meny: www.krogentrekockar.se

SPF Spångaveteranernas medlemstidning

Innehåll	Sida
Om tidningen SPÅNGAVETERANEN	4
Ordföranden har ordet	5
Pensionärspolitiska Gruppen PPG	6–7
Mångsidig underhållning	9
Spånga – min hembygd	10–11
Månadsmöten	13
Bli vän med vår nya hemsida	15
Friskvård	16–17
Kalendarium	18
Träffa syn- och hörselinstruktören	18
Några viktiga telefonnummer	19
Våra aktiviteter	20
Demenssjukdom	20
Nya styrelsen	23
Teaterombudet informerar	23
Aktuella resor	24–26
En alldeles speciell resa till Thailand	27–29
Föreningens styrelse, funktionärer och ombud	30–33



Glöm inte att meddela ny eller ändrad e-postadress, nytt eller ändrat telefonnummer!

Enklast gör ni det genom att skicka ett mejl med de nya uppgifterna till [gunnar.sundin\(at\)telia.com](mailto:gunnar.sundin(at)telia.com).

Om ni inte fått ett mejl från mig senaste månaden har jag inte er e-postadress.

Gunnar Sundin, medlemssekreterare.

SPÅNGA VETERANEN

är medlemsblad för SPF Spångaveteranerna

Redaktion:

Bo Werner 08-36 08 13, bo(at)famwerner.se
Birgitta Bengtsson 073-965 54 19, bubblan43(at)yahoo.se
Erling Magnusson 08-760 41 95,
erling.magnusson(at)telia.com

Annonser:

Evy Möller 08-761 18 21, evy_moller(at)hotmail.com

Distribution:

Carin Due Bergman 08-36 50 52, stig_bergman(at)tele2.se
Sture Hallberg 08-761 22 16, sture.hallberg(at)ownit.nu

Produktion

Thomas Sessler 08-89 74 74, 0705-89 74 74
thomas(at)sessler.se

Tryckeri

JOMA Grafisk Produktion, Ljungby

Omslagsbilden

Vår i Spånga centrum
Foto: Thomas Sessler

24 maj 2017 är sista dagen för bidrag till nästa nummer.

Sänd ditt bidrag till redaktionen: spangaveteranen(at)ownit.nu

Redaktionen förbehåller sig rätten att redigera inkommet material.

Nr 2/2017 utkommer vecka 23, manusstopp 24 maj

Nr 3/2017 utkommer vecka 37, manusstopp 30 augusti

Nr 4/2017 utkommer vecka 50, manusstopp 28 november

Nr 1/2017 utkommer vecka 10, manusstopp 24 februari



Ordföranden har ordet

Fotboll och förening har mycket gemensamt. Inte bara att de börjar på ”F” utan framför allt att de kräver funktionellt lagarbete. Var och en måste ha den kunskap som krävs, en vilja att lösa problem och en förmåga att jobba för lagets bästa. Den 14 februari på Alla Hjärtans Dag hölls årsmötet. Det var en strålande vårvinterdag, en sån som lockar till att sätta sig vid en södervägg och vända näsan mot solen. Men många av våra medlemmar valde att sätta sig i församlingshusets stora sal, så många att det bara blev två stolar lediga.

Efter bejublade underhållning av Taubespecialisten Thomas Edström och legendaren Janne Bumba och kaffe med läckra wienerbröd var det dags för laguttagning. I styrelsen blev det en förändring. Mats Hellberg, vår vice ordförande, har tunga uppdrag i två andra föreningar och hade därför undanbett sig omval men kvarstår i PPG och SPR. I hans ställe har vi värvat Bertil Hoffman, som varit aktiv på flera plan och är väl känd av flera medlemmar. Bland funktionärerna blev det fyra förändringar. Margareta Larsson lämnar uppdraget som ledare för mötesgruppen, men jobbar ändå vidare där. Som ledare ersätts hon av Mona von Köhler, som varit verksam i gruppen flera år. Två veteraner i mötesgruppen, Barbro och Bertil Bergman, lämnar efter att ha jobbat i 11 år. Gösta Löhr, som varit medlem i 18 år och varit både vice ordförande och ordförande hade också undanbett sig omval. Han lämnade två luckor i laguppställningen, där vi får bästa tänkbara ersättare: Margareta Larsson, som känner så många, går in som sammankallande i valberedningen. Åke Larsson, som inte bara är vinexpert utan också musikanter och kunnig inom underhållning, tar Göstas plats i programgruppen. I studiegruppen har Ulla Esping som hittills varit medlem i 22 år, undanbett sig omval. Nu slår vi samman verksamheten med kulturvandringarna och Evy Möller får spela ihop med tre rutinerade herrar. Alla övriga funktionärer blir kvar på sina positioner, vilket borgar för erfarenhet och framåtanda.

Laguppställningen för detta år är den bästa jag kan tänka mig. Men det räcker ändå inte. För att en förening skall leva vidare och utvecklas behövs hängivna supportere. Så tack alla medlemmar för att ni backar upp vår förening.

Erling



Från pensionärspolitiska gruppen

Digitaliseringen fortsätter i rasade fart utan tanke på kostnaderna.

Nytt avtal för digitala trygghetslarm

Regeringens mål var att kommunerna skulle ha ersatt de analoga trygghetslarmen redan förra året men avtalet blev försenat på grund av överprövning i förvaltningsrätten. Ett nytt avtal är nu klart. Det gäller till år 2020. Avtalet ska bidra till en smidigare övergång till digitala larm och många kommuner kan nu sätta igång arbetet.

De digitala trygghetslarmen är kopplade till brukarens telefon och är i första hand avsedda för personer äldre än 65 år och för funktionsnedsatta. *(Dagens Samhälle 2016, nr 37 sid. 18.)*

Ersta Diakoni växer till en idéburen jätte

Ersta Diakoni har köpt HSB Omsorg och blir härigenom landets största idéburna miljardkoncern, tillväxten fortsätter med bygget av ett nytt Ersta sjukhus och mer verksamhet utanför Stockholm.

Den ideella föreningen Ersta Diakoni grundades 1851 på Kungsholmen i Stockholm. Den flyttade till Södermalm 1864. Sedan dess har verksamheten vuxit ut med bland annat en konferensanläggning, en kyrka och ett oblatbageri. Ersta diakoni är idag en professionell och mångfacetterad organisation med toppbetyg i kvalitetsjämförelser. Till skillnad från andra vård- och omsorgsorganisationer är personalomsättningen låg.

(Dagens Samhälle nr 2 sid. 24.)

Risk för kortsiktig effekt av bemanningsmiljarderna

Regeringen satsar 7 miljarder kronor på att öka bemanningen inom äldreomsorgen. Nu varnar statskontoret för att avsaknaden av formella motkrav och vägledning riskerar att begränsa effekten av de extra pengarna.

På statskontoret bedömer man att kommunerna använder pengarna till att finansiera verksamhet som de tidigare finansierat själva. Även om undersökningen inte generellt bekräftar risken, finns det exempel på kommuner som minskat sin egen budget för äldreomsorgen eller för att täcka finansiella underskott.

Statskontoret uppmanar därför regeringen att ställa krav på att kommunerna presenterar en plan för hur satsningen ska ge fortsatt avtryck när de statliga miljarderna försvinner. Äldreminister Åsa Regnér försäkrar i en skriftlig kommentar att regeringen tar med sig förändringsförslagen som finns i rapporten. (*Dagens Samhälle nr 3 sid. 21.*)

Landstingen riskerar missa nationella mål

Sverige ska bli bäst i världen på e-hälsa till 2025. Det har regeringen och Sveriges kommuner och Landsting (SKL) slagit fast. Men i själva verket halkar vården snabbt efter i digitaliseringen. Pengarna räcker inte och juridiken sätter käppar i hjulen. (*Dagens Samhälle nr 5 sid. 2.*)

Pensionärspolitiska gruppen (Ppg)

Är du rätt placerad?



Varmt välkommen till oss på en timmes kostnadsfri placeringsrådgivning anpassad efter dina frågeställningar och behov. Vi bjuder på kaffe och ger dig konkreta tips utifrån vår marknadssyn.

Ring och boka en tid. Uppge "Spångaveteranen" vid bokningen.

Spånga Torgväg 9
Telefon 08-564 726 60
handelsbanken.se/spanga

Handelsbanken

HÖRAPPARAT

- Auktoriserad hörselmottagning
- Gratis hörseltest
- Hörapparat via Landstinget - Fritt val från 0 kr + 600 kr förskrivningsavgift
- Ny hörapparat efter 4 år

ÖPPET HUS - Alla helgfria vardagar 13–16
Service - Försäljning av tillbehör - Batterier



Lena Bäck
leg. audionom

RING 08-38 07 00
Ångermannagatan 78
Vällingby
horselexperten.se

ALLA TIDERS FÖTTER & NAGLAR

Medicinsk fotvård
Vårtbehandling
Liktornbehandling

Nagelförlängning i gelé
Manikyr
Förstärkning av egen nagel

Diplomerad fotvårdare och nagelterapeut
Välkommen!
Katrin & Emma



Ring
08-400 20 955

Enevägen 32, Spånga
www.allatidersfotter.se
[katrin\(at\)allatidersfotter.se](mailto:katrin(at)allatidersfotter.se)



Janne Bumba och Tomas Edström



Carin Lundins kvartett

Mångsidig underhållning

Vi som närvarade på månadmötet den **17 januari** i år fick en verkligt härlig musikalisk upplevelse! Upp på scenen kom en snygg, smärt och mycket glad kvinna vid namn Carin Lundin. Hon presenterade sin kvartett som så här: Vid pianot Mathias Algotsson (ej i bild), mannen med trumpeteten heter Johan Setterlind och kontrabasen hanteras av Hans Backenroth. Hon nämnde att Arne Domnerus lär ha sagt om Hans att han är Sveriges bästa basist! Kvartetten fick en varm och välkomnande applåd.

Vi fick njuta av en lång rad kända jazzlåtar med många solon på piano, trumpet och bas. En oförlömlig eftermiddag i musikanterers sällskap! När blommor delats ut och applåderna klingat av tackade Svante för en härlig upplevelse och önskade ett snart återseende. Något undertecknad också hoppas på!

På årsmötet den **14 februari**, som var Alla Hjärtans Dag, hade vi nöjet att bli presenterade två väletablerade musikanter: Tomas Edström med gitarr och härlig sångröst och Janne Bumba sång, basfiol, estradör, historieberättare och en rackare på limerickar! Tomas är medlem i Taubesällskapet och Janne har varit musiker i 60 år och uppträdde redan 1957 på Spånga Folkan. Tomas framförde sånger av Mats Pålsson, Cornelis Vreeswijk med flera. Välförtjänta blommor delades ut och lång applåd till två suveräna artister! Välkomna tillbaka!

Text: Birgitta Bengtsson. Foto: Thomas Sessler

Spånga – min hembygd



Nu ser vi på Spånga med nya ögon. Tillsammans med ett tjugotal Spånga-veteraner har vi gjort en tidsresa i Spångas historia. Färdledare var Henry Aspeqvist assisterad av Leif Lennbom, båda från Spånga Hembygdsgille. Resan började på vikingatiden, när man kunde färdas med mindre båtar ända till Sundby på den havsvik, som nu krympt till Spångaån. Har du hört talas om osten, korven och limpan? Det är inte ett erbjudande från ICA utan ett minnesmärke. Tre klotstenar i Lunda fornminnesområde, som ska påminna oss om maktkampen på 1200-talet mellan Erik läspe och halte och Holmger Knutsson. Spånga kyrka är en av Stockholms äldsta, byggd på 1100-talet. Den ligger inte mitt i byn, som kyrkor ofta gör, utan utvecklingen har gjort att den hamnat vid sidan av samhället och nu tillhör stadsdelen Tensta.

Industrialiseringen kom till Stockholm i slutet av 1800-talet och med den en kraftig tillökning av stockholmare. Det behövdes fler bostäder och bättre kommunikationer. Järnvägen Stockholm–Västerås, förbi Spånga, invigdes 1876. Driftiga affärsmän insåg värdet av nya samhällen längs spåret. Två av dem Lars Magnus Ericsson (Ericssons grundare) och John Bernström (Separator) medverkade till starten av AB Hem på Landet, som köpte Värsta gård. Namnet blev snabbt utbytt eftersom man trodde att ingen ville flytta in i värsta samhället. I stället valde man namnet Solhem, som onekligen

känns mer välkomnande. Företagets idé var att ge arbetare och tjänstemän möjlighet att skaffa egna hem. Enfamiljshus med högst två våningar, gärna målade i falurött med vita knutar. Det finns fortfarande många exempel kvar i Solhem.

Spånga station låg i Solhem, som så småningom blev något av en centralort i Spånga landskommun. Först fanns det enbart järnvägens egna byggnader vid stationsområdet, men 1920 byggdes Gula faran, som blev starten för nuvarande Spånga centrum. 1923 byggdes huset där järn- och färghandeln ligger och tio

år senare kommunalhuset där biblioteket nu ligger. På 30-talet byggdes också flera av de låga hyreshusen med butiker på bottenvåningen. 1936 byggdes bron över järnvägen och samtidigt också biografen Grand, som



Henry Aspeqvist assisterad av Leif Lennbom berättar för Spångaveteranerna. Foto: Erling Magnusson

konkurrerade med Spånga Folkan om biopubliken. 1939 byggdes den nuvarande Spånga Folkan, en funkisbyggnad som ritades av arkitekten Fritz Örn, och som sedan dess varit ett kultur- och nöjescentrum för bygden. Under andra världskriget stod byggnationen nästan stilla, men från 1945 satte man ny fart och alla hus som ligger vid Spånga torgväg byggdes. Husen runt torget växte upp i mitten på 50-talet och några år senare reste sig de två höghusen.

När vi nu går runt i Spånga centrum, talar husen till oss på ett helt nytt sätt och vi har lättare att förstå hur känslan av personlig småstad vuxit fram.

Tack Henry och Leif för berättelsen. Kanske kan vi hoppas på en fortsättning. Och tack Lena och Evy m.fl. för att ni ordnade all service runt omkring.
Siw & Erling



Vi finns
tillhands
för dig
dygnet
runt!

Välj gärna oss på Attendo:

- Vi erbjuder hemtjänst, vård och service när det passar dig.
- Vi finns nära dig och vi erbjuder hemtjänst, nattinsatser och larmpatrull – dygnet runt.
- Hos oss får du en kontaktperson som kommer till dig så ofta som möjligt.
- Vi har hushållsnära tjänster för endast 189 kr/timme efter rutavdrag för personer över 65 år. Vi har egen städare och fönsterputsare.
- Vi anordnar flera olika aktiviteter för dig som önskar social samvaro varje månad, fråga oss om programblad.
- Våra medarbetare har en trygg och sund arbetsmiljö genom kollektivavtal.
- Vi har funnits i Stockholm i 30 år och har många goda kundrelationer!



Vill du veta mer om hur vi arbetar, ring Hans på tel 08-17 88 75, vardagar 8–16, eller besök oss gärna på Elias Lönnrots väg 8 i Bromma.

Attendo 

Omsorg på ditt sätt

Månadsmöten

våren 2017



Alla månadsmöten arrangeras i **Spånga församlingshus**, Värsta Allé 1.
Mötena börjar klockan 13. Kom i god tid för att få plats.
Lokalen rymmer högst 150 personer. Avgiften är 40 kr.

14 mars

Historiska myter

Trodde du att Julius Caesars sista ord var: ”Även du min Brutus”? Att Erik XIV dog av förgiftad ärtsoppa? Att Egyptens pyramider byggdes av slavar? Det är du inte ensam om. Författaren **ÅKE PERSSON** som skrivit boken *101 historiska myter* kåserar underhållande och humoristiskt om historiska missförstånd.



25 april

Vismust

HEIKE & ANDERS GUSTAFSSON framför en blandning av skämtsamma och allvarliga svenska visor till musikackompanjemang.



23 maj

Munspel möter gitarr

Den mångfaldigt prisbelönte munspelaren **FILIP JERS** och gitarristen **HENRIK HALLBERG** bjuder på ett omväxlande program.



SPÅNGA FRISKVÅRD & HÄLSOCENTER

Fotvård, medicinsk och klassisk

Massage, klassisk, shiatsu, taktik och yoga

Kroppsterapier, kraniosakral, zonerapi och akupunktur

Kurser i medicinsk yoga, qigong, kreativ stresshantering

Studiecirklar i rehabilitering



Du stärker din hälsa tillsammans med oss!

Stormbyvägen 6 bv 08-36 75 72



info@spangafriskvard.se www.spangafriskvard.se

På Spånga Folkan våren 2017

Lördag 11 mars, kl. 19.00

Verdi: **La Traviata**

Söndag 26 mars, kl. 15.00

Mozart: **Idomeneo** • Reprisivning

Lördag 22 april, kl. 19.00

Tjajkovskij: **Eugen Onegin**
med bl.a. **Peter Mattei**

Lördag 13 maj, kl. 18.30

R. Strauss: **Rosenkavaljeren**

JAZZpåFolkán

Söndag 21 maj, kl. 16.00

Spicy Advice Ragtime Band

Beställ dina biljetter via vår hemsida

*OBS! Det rabatterade priset på operabiljetter,
210 kronor, gäller endast om man noterat sig på
bokningslistorna som finns på SPF:s medlemsmöten.
www.spangafolkán.com • info@spangafolkán.com*

Välkomna!

Spångavägen 353, 163 55 Spånga, Tel 08-36 93 05

Anna dig känslan av nystädad!



VÅSTERORTS STÄDSERVICE AB

– etabl. 1967 –

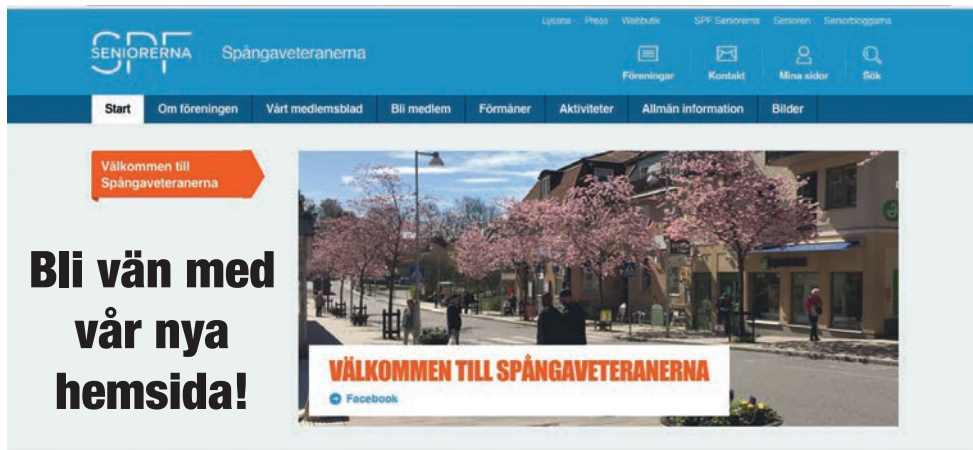
www.vasterortsstadservice.se

**Pensionärsrabatt
vid återkommande städning
måndagar och tisdagar!**

Vi utför både hem- & företags-
städning. Självklart har vi kollek-
tivavtal och det är samma person
som utför städningen.

Kontakta oss redan idag.

Bennebolsgatan 34 • Spånga • **Tel: 08-761 20 60**



Bli vän med vår nya hemsida!

Man ska egentligen aldrig ändra på ett vinnande lag. Dock finns det många som vill förnya och modernisera – vilket också vår moderorganisation bestämde sig för även om det fanns en tidigare fungerande hemsida. Önskemålet var att få fram webbsidor som kan läsas såväl i dator som på läsplatta och mobiltelefon. Uppgiften visade sig vara ganska komplicerad genom att även medlemsregistret skulle kunna nås från hemsidan.

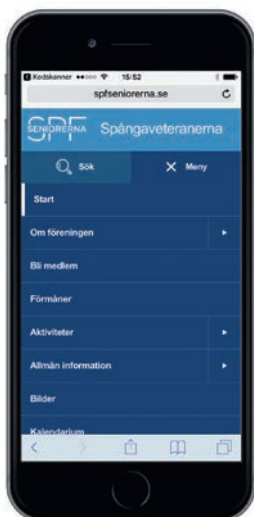
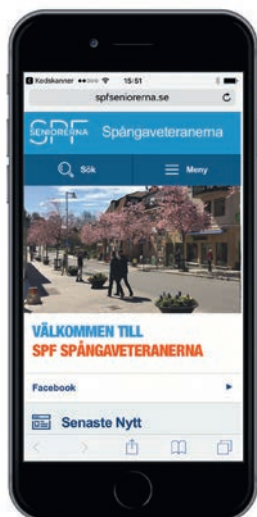
Även vi fick starta från början och bygga upp Spångaveteranernas hemsida på nytt. Vi är ännu inte i hamn – men bitarna börjar falla på plats. Den nya sidan hittar du under adressen: www.spf.se/spangaveteranerna. Gå vidare sedan till *Aktiviteter* och därifrån når du lätt ditt intresseområde. Där finns även kalendarier. Om någon sida kräver inloggning, som t.ex. träningsvideoerna för balans och rörlighet, använd vår vanliga kod: **SP8NGA**.

Mina sidor hittar du upptill på hemsidan. Här kan du se och ändra dina egna

uppgifter: telefon, e-postadress, adress, etc. Lösenord vid första inloggning är ditt postnummer.

I mobilen har hemsidan av naturliga orsaker ett annat utseende. Sidans adress är även här www.spf.se/spangaveteranerna. Du startar genom att trycka på *Meny* och navigerar vidare på nästa sida. Menyraden som har en liten triangel till höger leder dig vidare i menystrukturen. Lycka till på upptäcktsfärden!

Thomas Sessler



Friskvård



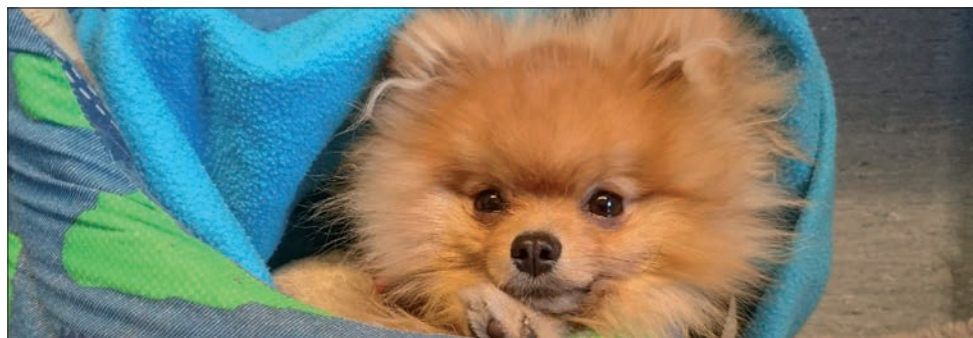
Hej på er alla Spångaveteraner!

Nu är vi många! Och vi är alla olika! Vi har olika förutsättningar, behov, intressen, förväntningar... Men alla behöver vi sköta om oss, till kropp och själ, för att må bra! Kroppen behöver rörelse, näringsrik mat, vila och aktivitet, själen behöver social gemenskap, glädje, musik, dans!

Folkhälsorapporter visar att vi blir allt äldre, *förväntad* medellivslängd för både kvinnor och män är snart uppe i 86,6 år!

Risikfaktorer (påverkbara) för att dö i förtid är: Högt blodtryck, högt blodsocker, kolesterol, övervikt, näringsbrist, rökning, alkohol, felaktiga arbetsställningar, fallolyckor, stress, stillasittande, brist på fysisk aktivitet.

Kroppen blir allt ”ondare”, stelare och skörare – det är inte lika påverkbart, men vi kan ”bromsa” nedbrytningen, hålla oss friska, må bra – behålla gläd-



NÄRAKUT!

för ditt sjuka sällskapsdjur

Du hittar oss nära Spånga centrum. Öppet alla dagar i veckan.


EVIDENSIA
DJURSJUKHUSET
VÄSTERORT

ÖPPETTIDER:
Vardagar: 08-21 Lördag, söndag, helgdagar: 10-16
ADRESS: Bromstensvägen 174, 163 55 SPÅNGA
TELEFON: 08-36 26 70
www.evidensia.se



je, kondition, styrka, smidighet, spänst, balans så länge som möjligt – genom att röra på oss, ha roligt, tänka positivt, umgås med vänner, äta näringsriktigt. Här kommer några förslag på roliga aktiviteter för att hålla igång kroppen. Välj det som just du tycker känns bäst och roligast. Mycket kan man göra ensam på hemmaplan, men ”träna” gärna tillsammans med några vänner – det är roligare:

Morgongymnastik innan du kliver ur sängen.

Yogarörelser (smidighet).

Gymnastikrörelser, styrke-/gym-träning, balansträning, (styrka, balans).

Promenader (var försiktig på hala och grusiga vägar) (kondition).

Tisdagsvandringar (kondition och gemenskap).

Boule (rörlighet, gemenskap).

Vattengymnastik, simning (kondition, styrka, rörlighet).

Dans (kondition, balans, koordination, gemenskap, glädje).

Vila/slappna av och drick vatten efter aktivitet för återhämtning, ät bra mat!

Sång, musik, dans, teater, konst, kultur, resor är också bra – för själen.

Var rädd om dig – använd broddar på hala vägar, hjälpmedel du behöver, fixartjänsten för höga höjder, reflexer i mörkret ...

Dansa kan du göra på många sätt och platser:

(gammalt, modernt, gilles-, folkdans, squaredans, linedans, tango) på Spånga-Folkan (onsdagar kl. 19.30) i Alvik (tisdagar, torsdagar och fredagar kl. 13), i Jakobsberg (måndagar kl. 19, var 3:e lördag kl. 19).

Se vidare www.dansglad.se

Yoga kan du lära dig i Jakobsberg, Mariakyrkan (fredagar, kl. 10.30).

Gym finns på många ställen t.ex. Puls&Träning, Spånga (öppet hus varje tisdag och torsdag kl. 17–19). Simning, vattengymnastik och styrketräning i Sim- och Idrottshallarna/Stockholm.

Se våra **träningsvideor** på vår hemsida: www.spf.se/spangaveteranerna/Aktiviteter/Hälsa och friskvård/Träningsvideor. Lösenord: SP8NGA

Kom-i-gång nu! Lycka till! Må så gott!

Hälsar Ebba (friskvårdsombud, tel. 0708-36 99 92).



Nu finns Spångaveteranerna även på
Facebook:
www.facebook.com/spangaveteranerna

SPF Spångaveteranernas kalenderium våren 2017

MARS

Tisdag 14 Månadsmöte

APRIL

Torsdag 20 – söndag 23 Resa till Amsterdam

Tisdag 25 Månadsmöte. Obs! Nytt datum.

MAJ

Fredag 12 Dagsutflykt Bogesund, Villa Akleja

Tisdag 23 Månadsmöte

Reservation för eventuella ändringar.



Träffa syn- och hörselinstruktören Yvonne Olsson
på den öppna mötesplatsen ovanför Apoteket varannan
tisdag kl. 11–13. Adress: Värsta allé 9, Spånga.

28 mars Tema: hörsel med mer info kring hörselnedsättningar.

11 april Mottagning: syn/hörsel.

25 april Mottagning: syn/hörsel.

9 maj Tema: syn med mer info kring synnedsättningar och vardagstips för synskadade.



SPF Spångaveteranerna är
avdelning 459 inom
SPF Seniorerna.
Org.nr 802406-6873

Plusgiro 491 25 40-4

Postadress:

SPF Spångaveteranerna
c/o Erling Magnusson
Kärrgränd 157
162 46 VÄLLINGBY

E-postadress:

info(at)spangaveteranerna.se

Medlemsavgiften är

250 kr/år och för
vänmedlemmar 80 kr/år.

Regelbunden verksamhet

Måndagar: Boule.

Seniorgympa i Vällingby simhall kl. 9–10.

Tisdagar: Kulturvandringar i helg- och månadsmötesfria veckor. Spånga Veterankör övar.

Onsdagar: Boule.

Torsdagar: Canasta.

Fredagar: Bridge.
Boule.

Några viktiga telefonnummer att ha till hands:

Polis, brandkår, akuta ärenden	112
Polis, övriga ärenden, tips	11414
Vårdguiden, numera	1177
Stadsdelsförvaltningen	08-508 03 000
Syn- och hörselinstruktör	
Spånga: Yvonne Olsson	08-508 01 738
Bromsten: Ingela Dahling	08-508 01 739
Medborgarkontoret	08-508 03 047
Äldreombudsmannen	08-508 36 210
Äldre direkt	08-80 65 65
Fel i vår yttre miljö: Felanmälan Stockholm	08-651 00 00
”Fixartjänsten”, för dig över 75	08-508 03 422
Spånga kyrktaxi (bokas senast onsdag)	08-505 990 00
Närtrafiken	08-720 80 10

VÅRA AKTIVITETER



Skriv(k)lådan

Vi har våra möten i lägenheten på Värsta Allé 9, 1 tr. (Apotekshuset). Vi fortsätter med att diskutera litteratur, konst och andra kulturyttringar, skriva enkla opus och ta en kopp kaffe. Passa på! Anmäl Dig nu! Vi har några platser kvar. Ring Bo Werner, 08-36 08 13 eller anmäl Dig på månadsmöte.

Kulturvandringarna samlas framför Spånga Församlingshus kl. 9.45 varje månadsmötesfri- och helgfri tisdag. Aktiviteterna framgår i vår kalender under fliken ”kulturvandringar” på Spångaveteranernas hemsida www.spf.se/spangaveteranerna. Info: Gunnar Holmén, 08-36 01 19, Claes Henriks-son, 08-761 28 36 och Erik Enfors, 08-761 28 91.

Bridge spelas på fredagar kl. 11.30 i Spånga Församlingshus. Info: Jan Lundberg, 08-36 00 82 och Ann-Margret Hellström, 08-36 98 75, 0708-36 98 75.

Canastagruppern träffas ojämnta veckor, varannan torsdag kl. 13.45–17.00 i lokalen Apotekshuset, Värsta Allé 9. Nya och tidigare deltagare välkomnas. Info: Brittmari Ryman, 08-760 90 95.

Spånga Veterankör övar på tisdagar kl. 18.30–20.00. Lokal: Spånga Församlingshus. Info: Christina Ingemarsson, 08-760 69 55.

Demenssjukdom

Om du har en dement anhörig boende hemma kan du få avlösning och/eller hemtjänst. När den sjuke blir sämre kan man ansöka om särskilt boende via läkare och biståndshandläggare. Bra information finns under seniorval.se.



ERBJUDANDE TILL
SPF MEDLEMMAR

Ljuvliga Toscana

Tillsammans med Ghitta Olofdotter upplever vi det lite mer okända Toscana, Maremma. Ghitta tar oss med till sina vänners vingårdar och restauranger samt den vackra staden Siena.

SPF-pris: **fr. 11 950 kr** ord. fr. 12 950 kr 7/8 dagar, 26/4, 3/5 & 3/10

- Svensk reseledare
- Logi inkl frukost
- 2 vinprovningar & 1 ostprovning
- Flyg Arlanda-Rom t/r
- 8 måltider
- Utfärder enligt program

Upptäck världen med ReseSkaparna

Vin & vandring i Kastilien

Kultur, gastronomi och uppfriskande vandringar i en oslagbar blandning. Tillsammans med Hans Eguinoa, svensk vandringsledare och vinkännare, bosatt i norra Spanien får vi uppleva Kastiliens vackra natur, goda mat och viner. En riktig njutningsresa.

SPF-pris: **12 750 kr** ord. 13 250 kr 8 dagar, 20/5

- Svensk reseledare & vandringsguide
- 9 måltider
- Logi inkl frukost
- Flyg Arlanda-Madrid t/r
- Vinprovningar

FLER
SPF-RESOR

Metropolen Berlin – **6 950 kr** ord pris 7 450 kr 4 dagar, 17 april

Savonlinna Operafestival – **8 950 kr** ord. 9 450 kr 5 dagar, 5 juli

ReseSkaparna
EVENT & RESOR

Resor för nyfikna seniorer. Alltid med reseledare i världsklass.

För fler SPF-erbjudanden besök www.reseskaparna.se/spf

08-94 40 40, info@reseskaparna.se



SPÅNGA OPTIK

Leg. Optiker Gisella Råholm

GLASÖGON SYNUNDERSÖKNING

Värsta Allé 7, Spånga

Tel: 36 20 01

SPF-medlem erhåller 10% rabatt
på kompletta glasögon.

Kan ej kombineras med andra erbjudanden.

Thaiwok & Sushi

Take away & bordservering



SPÅNGA CENTRUM

08-36 33 30

www.baanthai-spanga.se

Vardagar: 10–20 Helgdagar: 12–20

För alla Spånga Veteraner!

Måndagar 10% på hela menyn
(Gäller ej dagens lunch)

5 % PENSIONÄRSRABATT ONSDAGAR FÖR ÅLDERSPENSIONÄRER

Välkommen in och prata med kassan så hjälper
vi Dig att ansöka om kort.
Kortet är helt kostnadsfritt

ICA Supermarket

ÖPPET ALLA DAGAR 8–21



Den nyvalda styrelsen konstituerar sig. Fr. v.: *Erling Magnusson* (ordförande), *Agnetta Ryger* (sekreterare), *Lena Lindmark* (ersättare), *Carin Due Bergman* (ledamot), *Evy Möller* (ersättare), *Sture Hallberg* (kassör), *Birgitta Bengtsson* (ersättare), *Gunnar Sundin* (ledamot), *Mona Dahl Kvist* (ersättare), *Margareta Söderström* (ledamot), *Thomas Sessler* (ersättare) och *Bertil Hoffman* (vice ordförande).

Teaterombudet informerar

Våren 2017 kommer bl.a. följande pjäser att ha premiär på Stockholms Stadsteater:

- **Bankdirektör Borkman** av Henrik Ibsen
- **Billy Elliot** – musik Elton John
- **Århundradets kärlekskrig** av Ebba Witt Brattström
- **Bernardas hus** av Federico Garcia Lorca
- **Hemsöborna** av August Strindberg



Jag har reserverat biljetter till många föreställningar för de som är intresserade. Aktuell information om pjäser och datum, finns på Spångaveteranernas hemsida. Jag vill också passa på att göra reklam för Kulturhuset Stadsteaterns programtidning som går att hämta gratis i Kulturhuset och utanför alla scener i samband med föreställningar.

Du som önskar få teater-information från mig, direkt i din dator, är välkommen att maila till [gunilla_kallberg\(at\)tele2.se](mailto:gunilla_kallberg(at)tele2.se) (Obs! understreck). Du får pensionärspris och ca 15 % extra rabatt mot att köa i teaterkassan.

Hälsningar från *Gunilla*

Information från reseombudet



Välkommen på våra resor!

Lena Lindmark tel. 08-89 49 70, 070-867 47 17

[lena.e.lindmark\(at\)gmail.com](mailto:lena.e.lindmark(at)gmail.com)

Möt våren i Amsterdam

Den **20–23 april** reser vi till Amsterdam för att möta våren och njuta av den fantastiska blomsterprakten. Den 22 april ser vi det traditionella blomstertåget där miljontals blommor pryder de olika ekipagen. Vi har naturligtvis möjlighet att besöka de berömda konstmuseerna, t.ex. van Gogh museet. Vi får uppleva Hollands huvudstad under en båttur på stadens kanaler. Det finns också tid för en busstur till en fiskeby och ett besök hos en ostbonde.

Pris: 9 950 kr. Enkelrumstillägg 2 200 kr. Försök att hitta en rumskompis! Vill ni följa med, anmäl er snarast.

Bogesunds slott och Villa Akleja



Den **12 maj** åker vi till Bogesunds slott och Villa Akleja. Bogesunds slott började uppföras på 1640-talet. Slottet har under århundradena haft många ägare och har en spännande historia. Vi får en guidad visning på slottet som nu, efter en grundlig renovering, förvaltas av Statens Fastighetsverk.

Villa Akleja inköptes och renoverades år 1901 av konstnären J.A.G. Acke. Huset blev hem och ateljé för konstnären och hans hustru Eja, f. Topelius.

I huset finns många minnen av dåtidens stora konstnärer. Nu är huset hem för konstkännaren (Antikrundan) Claes Moser och hans hustru Sanna. Claes Moser har länge varit fascinerad av Ackes konst och ger oss en trevlig föreläsning. Vi får också se delar av hans stora konstsamling. Vi äter lunch på

Bogesunds Slottsvandrarhem och får förfriskningar på Villa Akleja.

Pris: 740 kr. I priset ingår:

- Bussresa t/r Spånga–Vaxholm
- Guidad visning på Bogesunds slott
- Lunch • Förfriskningar
- Föreläsning/kåseri av Claes Moser

Avresa **12 maj kl. 10.00** från Spånga församlingshus.

Anmälan **senast den 6 april.**

Betalas till Spångaveteranernas plusgiro 491 25 40-4 före 12 april.

Historisk rundtur på Åland

Den 12 juni blir det en endagsrundtur på Åland. Turen går från Spånga via Kapellskär till Mariehamn. Där väntar en guide för att ta oss till bl.a. Bommarsunds fästningsruiner, Sunds kyrka, Jan Karlsgården och Kastelholms slott (som vi ser utifrån).

Kaffe och Ålandspannkaka serveras på Smakbyn.

På utresan serveras brunch i Bistro Buffé och på hemresan blir det middag inkl. vin, öl, läsk och kaffe.

Pris: 679 kr. I priset ingår:

- Buss t/r Spånga–Kapellskär
- Buss och guide på Åland
- Brunch i Bistro Buffé på utresan
- Kaffe och Ålandspannkaka i Smakbyn
- Buffémiddag inkl. vin, öl, läsk och kaffe på återresan
- Inträden



Avresa från Församlingshuset Värsta allé den 12.6 kl. 6.45.

Hemma igen ca 21.00. Lång och innehållsrik dag.

Anmälan senast 12 maj till Lena Lindmark, lena.e.lindmark(at)gmail.com
Tel: 0708-67 47 17, 08-89 49 70.

Betalas **senast den 16 maj** till plusgiro 491 2540-4.

(Foto: Bildbeviset P. Karlsson)

Skagen 20–23/8

Nu är det dags för en bussresa till fantastiska Skagen. Vi reser från Spånga mot Göteborg på morgonen. Paus för lunch och kaffe. Från Göteborg reser vi med Stena Lines färja till Fredrikshamn. Tid för måltid på färjan.



Vi bor på centralt belägna Skagen Motell. Naturligtvis besöker vi Skagens nordligaste udde ”Grenen” där Skagerak och Kattegatt möts. Vi får en privat visning, före öppettiden, på berömda Skagens Museum. Vi ser Anchers hus och Drachmanns hus, ”Den tillsandede kirke” och mycket annat. Dessutom får vi tid till shopping på de små gågatorna och lunch i den fina fiskehamnen.

Pris: 5 600 kr. Enkelrumstillägg: 900 kr.

I priset ingår:

- Bussresa Spånga–Skagen t/r
- Båttresa Göteborg–Fredrikshamn t/r
- Hotell 3 nätter
- 3 frukostbuffé
- 2 middagar
- Guidning
- Utflykter enligt program

Avresa från Spånga Församlingshus 20 augusti kl. 7.00.

Anmälan senast 1 juli.

Resor på planeringsstadiet

Oktober **Malta.** Historia, kultur, natur och underbart klimat.

December Dagsutflykt. **Julbordskryssning** enligt tradition.

2018

Januari På begäran. Succé i repris. Resan till **Thailand** blev en succé. Vi har möjlighet att få resa dit igen nästa januari.

Observera att detta är ett preliminärt program. Ytterligare resor kan tillkomma. Någon kan också utgå. När en resa är klar kommer den att presenteras på hemsidan och i Spångaveteranen och naturligtvis på månadsmöten.



EN ALLDELES SPECIELL RESA TILL THAILAND 19 januari–1 februari

Det blev det också när man inte varit längre österut än Turkiet förut. Och att lämna landet när det är som tristast väder hemma bidrog också...!

Resan är lång och

många gruvar sig säkert för den, men med flygstrumpor och lite privat ben- och fotgymnastik klarade man den 10 timmar långa resan. Hemresan tog 11 timmar, för då åkte vi igenom oväder och hade motvind.

När vi landade i Bangkok var det morgon. Vår grupp, i vilken Lenas gäng på 16 personer ingick, blev till slut 42 personer och man hörde allt ifrån skånska dialekter till pitemål bland de halvtrötta resenärerna. Christer Kullberg, som var vår reseledare tillsammans med kompanjonen Tomas såg till att vi kom till **Laem Mae Phim**, som skulle bli vårt hem under vistelsen. Under den 3 timmar långa bussresan informerade Christer mycket, men vi i bussen kände av den sömnlösa natten och fler och fler ögonlock föll ihop. Som tur var hade vi två infoträffar senare.

Mae Phim finns inte på kartan men ligger utmed stranden, **Rayong Beach** på nordöstra sidan av Siamviken. Thailand hette ju tidigare Siam. Det är alltså långt ifrån Phukets hålligång. Hela byn är en enda lång gata med affärer på ena sidan och resauranger mot havet. Det fanns ett torg ca 400 m från vårt hotell, där man kunde handla mat, få kläder uppsydda i ett skrädveri, äta glass i en glassbar där vår kungafamilj varit när de är lite privata i Thailand. Kläutbudet av sol- och strandklänningar var stort men svårt att prata storlekar och annat när det bara var thai som gällde. Men det allra bästa på gatan var Massage/Health Boutiqe, där alla fick massage vid 3 tillfällen. Många gjorde fler gånger. Thaimassagen fanns i light, medium och brutal. Jag vågade mig på light. Skööönt!

Vi besökte Rayong för att se regionens djurliv på **Rayong Aquarium**. En vattentunnel har byggts och man kan se fiskarna underifrån. En av-

delning har de giftiga och farliga fiskarna för sig. Bl.a. svarta sjöborrar med långa tentakler, som vi senare såg live när vi snorklade ute vid **Koh Samet**. På hemvägen stannade vi vid ett bytempel, som vaktades av långsvansade maka-



Långresenärerna från Spånga

ker. De vällde fram när det vankades bananer och annat godis.

En intressant ö som drottning Sirkikit ägt men donerat till sköldpaddshjälpprojekt för att rädda de stora

sköldpaddorna heter **Kho Man Nai**. Dit åkte vi 400 hästars speedboat och fick se olika storlekar på sköldpaddorna från de största avelsdjuren till söta bebisar. De kläcks i äggkläckningsmaskin, som bevakas minutiöst när det är dags.

Efterrätten i Thailand bestod till 99% av frukt. (En gång fick vi chokladmousse). Vad var då naturligare än att besöka fruktodlingen i **Suphatra Land**. Här växte de flesta av de frukter vi fått smaka på middagarna och mycket till. Speciellt nyfiken var jag på Durian, eftersom det på hotellet i Mae Phim stod att man fick böta om den togs in på hotellrummet. Även snälla bin visades upp utan skyddskläder. Besöket avslutades med en fruktbuffé, där det bara var att frossa.

Att besöka **Bangkok** kändes som ett måste och kontrasten mot Mae Phim var enorm. Vi möttes av hundratals söndagslediga svartklädda thailändare, som skulle till Kungliga slottet och hedra avlidne kung Bhumibol, som ligger på lit de parade. Vi skulle bara tvärs över gatan till tempen, men fick åka en omväg på 30 minuter för att komma dit. **Wat Pho** templet med ligande 46 m långa förgyllda Buddhastatyn med 108 pärlemorinläggningar på fotsulor var helt fantastiskt och när man kom ut lite omtumlad i värmen

väntade nästa tempel **Wat Traimit**. Där fanns en sittande Buddha genomgjuten i guld, 4,5 ton tung. Hela tempelområdet sjöod av liv och rörelse och munkarna i sina brandgula kläder vandrade omkring. Nu skulle vi vidare till nästa äventyr nämligen åka båt på kanalerna, som heter klonger. Vi stod i kö 45 minuter eftersom vi hade "sällskap" av kineser, som tyckte att de hade företräde och knuffades hela tiden. Till slut fick vi vår longtail boat. Man fick se en väldigt varierande bebyggelse längs kanalerna med finare hus granne med plåtskjul, restauranger på pålar, som höll på att ruttna, tempel, fabriker m.m.

Mellan alla dessa utflykter badade vi i 29-gradigt hav länge och ofta, låg under parasoll och solade, gick längs stranden, som var nästan bara vår innan dagen blev för het. Alla middagarna var olika prov på det fantastiska thailändska köket, där man långsamt vande sig vid allt mer kryddad mat.

Jag tar med mig det leende thailändska folkets filosofi *mai pen rai* (inga bekymmer) och säger medan jag gör Waihälsningen: *corp khun ka* för en fantastisk vistelse!

Text: Angela Enfors. Foto: Erik Enfors

Har du ont i fötterna?

Vi är specialister på skor, inlägg och andra produkter som får dig att må bra.

Kom in till oss och titta på vårt sortiment av utvalda skor, olika typer av inlägg och vår specialkompetens.

SPF-medlem erhåller 100 kr rabatt på skor till ordinarie pris över 1000 kr mot uppvisande av medlemskort.



KOLPA ORTOPEDI & SKOBUTIK

Spånga Torg 8, SPÅNGA

Tel: 08-795 74 27

Öppet vardagar 10–18, lördagar 10–14 (med reservation för helgdagar).

SPF Spångaveteranernas styrelse och funktionärer år 2016–2017

Styrelse

Ordförande: **Erling Magnusson**

erling.magnusson(at)telia.com, 08-760 41 95

Vice ordförande: **Bertil Hoffman**

bertil.hoffman(at)telia.com, 070-944 45 27

Sekreterare: **Agneta Ryger**

aryger(at)telia.com, 08-621 08 47

Kassör: **Sture Hallberg**

sture.hallberg(at)ownit.nu, 08-761 22 16

Ledamot: **Margareta Söderström**

em.soderstrom(at)outlook.com, 08-752 72 25

Ledamot: **Carin Due Bergman**

stig_bergman(at)tele2.se, 08-36 50 52

Ledamot och medlemssekreterare: **Gunnar Sundin**

gunnar.sundin(at)telia.com, 08-36 83 92, 072-186 87 36

Ersättare: **Evy Möller**

evy_moller(at)hotmail.com, 08-761 18 21

Ersättare: **Lena Lindmark**

lena.e.lindmark(at)gmail.com, 08-89 49 70, 070-867 47 17

Ersättare: **Birgitta Bengtsson**

bubblan43(at)yahoo.se, 08-36 63 23, 073-965 54 19

Ersättare: **Thomas Sessler**

thomas(at)sessler.se, 08-89 74 74, 0705-89 74 74

Ersättare: **Mona Dahl Kvist**

mona.dahl.kvist(at)gmail.com, 08-684 00 917, 070-974 36 29

Revisorer

Ordinarie: Gustav-Adolf Wastesson, 08-761 59 41

Ersättare: Cecilia Gjerdrum, 08-751 26 09

Ordinarie: Åke Stöckel, 08-36 06 70

SPF Spångaveteranernas styrelse och funktionärer år 2016–2017

Valberedning

Ordförande: Margareta Larsson, 08-760 12 37

Ledamot: Angela Enfors, 08-761 28 91

Ledamot: Svante Svanberg, 08-760 11 89

Hemsidan

Gunnar Sundin, 08-36 83 92

Stadsdelsnämndens Pensionärsråd i Spånga–Tensta (SPR)

Ordförande: Bo Werner, 08-36 08 13

Ledamot: Carin Due Bergman, 08-36 50 52

Ledamot: Evy Möller, 08-761 18 21

Ersättare: Lena Lindmark, 08-89 49 70

Ersättare: Ulla-Britt Fogelström, 073-445 45 23

Ersättare: Thomas Sessler, 08-89 74 74

Stadsdelsnämndens Pensionärsråd i Rinkeby–Kista (SPR)

Ledamot: Yvonne Zettergren, 08-760 66 07

Ledamot: Mats Hellberg, 08-752 77 72, 072-215 83 53

Ersättare: Brita Thunberg, 08-36 47 71

Ersättare: Cecilia Gjerdrum, 070-668 26 52

För föreningen valda ombud

Studieförbundet Vuxenskolan:

Evy Möller, 08-761 18 21

Spånga-Folkan (Medborgarhusföreningen):

Gösta Löhr, 08-36 53 00

Ombud

Friskvårdsombud Ebba Modén 08-36 99 90
ebba.moden(at)telia.com

Hörsel- och synombud Se sidan 19

Konsumentombud Margareta Söderström 08-752 72 25
em.soderstrom(at)outlook.com

Reseombud Lena Lindmark 08-89 49 70
lena.e.lindmark(at)gmail.com

Teaterombud Gunilla Källberg 073-625 66 08
gunilla_kallberg(at)tele2.se

Trafiksäkerhetsombud Carin Due Bergman 08-36 50 52

Övriga funktionärer för föreningens aktiviteter

Boule Barbro Nyberg 08-36 83 36
barbro_nyberg(at)comhem.se

Bridge Jan Lundberg 08-36 00 82
janlundberg(at)telia.com
Ann-Margret Hellström 08-36 98 75
annmargret(at)freeseed.nu 0708-36 98 75

Canasta Brittmari Ryman 08-760 90 95
brittmari.ryman(at)swipnet.se

**Föreningen Spånga
Trygghetsringning** Barbro Nyberg 08-36 83 36
barbro_nyberg(at)comhem.se

Skrivklådan Bo Werner 08-36 08 13
Mats Hellberg 072-215 83 53
mats.hellberg(at)bredband.net

Kulturvandringar och studiebesök	Gunnar Holmén	08-36 01 19
	gunnar(at)ubbatorp.se	
	Claes Henriksson	08-761 28 36
	claes.henriksson1(at)comhem.se	
	Erik Enfors	08-761 28 91
	erik.enfors(at)comhem.se	
	Evy Möller	08-761 18 21
	evy_moller(at)hotmail.com	
Konstgruppen	Bo Werner	08-36 08 13
	Evy Möller	08-761 18 21
	evy_moller(at)hotmail.com	
Mötesgruppen	Mona von Köhler	08-36 37 53
	mona.von.kohler(at)gmail.com	070-456 31 48
	Marianne Linevik	08-36 68 38
Pensionärspolitiska gruppen (PPG)	Bo Werner	08-36 08 13
	bo(at)famwerner.se	
	Mats Hellberg	08-752 77 72
	mats.hellberg(at)bredband.net	072-215 83 53
Programgruppen	Åke Larsson	08-760 12 37
	7601237(at)gmail.com	
	Svante Svanberg	08-760 11 89
	svante.v.svanberg(at)telia.com	
	Sverre Fogelström	08-36 64 92
	sverrefogel(at)hotmail.com	
Spånga Veterankör	Christina Ingemarsson	08-760 69 55
	christina.ingemarsson(at)comhem.se	

HÄRVÅRD FÖR ALLA

Jag har möjlighet att komma hem till dig.

Äldre som yngre, kvinna som man, jag hjälper alla.



Välkommen

till min nya butik
och salong
i Flysta!

Ylva Murén Korpvinge

Spångavägen 339

Tel **070-49 44 274**

HÅRATELJÉN

Allt inom hårvård, håltagning och bruduppsättning.
Drop in och tidsbokning.

Damklippning **300 kr**

Herrklippning **250 kr**

Permanent fr **700 kr**

Färg/slingor fr **700 kr**

**SPF-medlem
har 10% rabatt**

Mån – Fre 09.00 – 20.00

Lör 09.30 – 18.00

Sön 10.30 – 18.00

Tel **37 80 50**

Vällingby Torg 63 (T-banhuset)



Välkommen till Tre Tandläkare

– tandvård och omtanke på samma plats

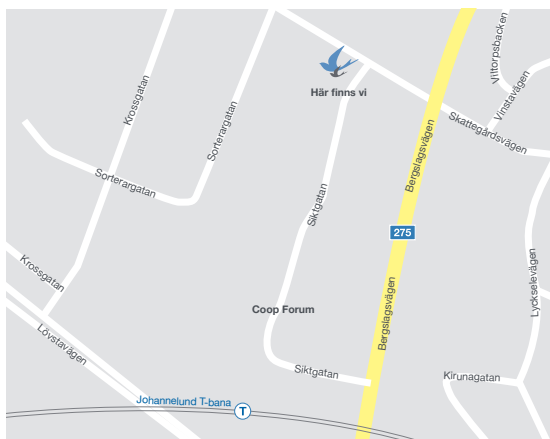
Brett utbud av behandlingar

Vi erbjuder alla olika typer av tandvård, såväl förebyggande som estetisk. Vi är en implantatkliniK med gedigen erfarenhet och har opererat implantat sedan 1990.

” Vi är en implantatkliniK med gedigen erfarenhet

Tryggt och säkert

Att ditt besök hos oss håller högsta kvalitet så att du som patient ska känna dig trygg och säker är av största vikt för oss. Vi vill skapa en lugn och harmonisk miljö på vår mottagning och är mycket måna om att alla ska känna sig trygga. Vi erbjuder bland annat smärtfri bedövning.



Välkommen att ringa eller besöka oss

- » Tidsbokning: 08-89 11 15
- » Besöksadress: Siktgatan 2, 162 50 Vällingby
- » info.tretandlakare@ptj.se www.tretandlakare.se



SVERIGES NÖJDASTE KUNDER

7 ÅR I RAD 2008-2014



LITE ENKLARE ATT VÄLJA MÄKLARE

VI HAR NÖJDAST KUNDER
SJU ÅR I RAD.

VI GJORDE
DET IGEN!

Mäklarhuset

FÖR ENKELHETENS SKULL

SPÅNGA/BROMMA / SPÅNGA TORG 4, 163 51 SPÅNGA / 08 761 00 77
VÄLLINGBY/HÄSSELBY / SOLURSGÅNGEN 16, 162 65 VÄLLINGBY / 08 687 40 00
WWW.MAKLARHUSET.SE