

Medlemsforum

SENIORERNA

Håbo
Bålsta

- Pub & månadsmöte sidan 6**
- Natur & kulturvandring sidan 14**
- Fotohistoria sidan 20**
- Italienresa sidan 22**
- Kommunala pensionärsrådet sidan 25**





Sekreteraren har ordet!

Har fått förtroendet att skriva några rader under "Ordförande har ordet" denna månad och vill gärna berätta lite om den fantastiska sommaren vi har haft 2018.

Jag och min hustru har en liten tvåsitsig bil, vårt sommarnöje, som vi åkte till Fredrikstad med i början av sommaren för att delta i ett bilevenemang.

I Fredrikstad vi blev mycket irriterade över att det forna segelfartyget *Najden* numera är i norsk ägo. Besöket var trots det mycket trevligt och alla norrmän tillsammans med oss sjöng en massa Evert Taube-låtar. Konstigt att alla norrmän är så duktiga på våra "örhängen".

Vi besökte bland annat det fantastiska stället som heter Stordalen, undrar om Peter Stordalen kommer därifrån?

Värmen fortsatte och alla våra blommor på uteplatsen fordrade mycket tillsyn varför sommarens utflykter begränsades till några dagar i taget.

Värmen och bristen på nederbörd fortsatte. Vi åkte till den gröna ön, dvs. Irland där det alltid regnar, och de berättade att de inte fått någon nederbörd på sex veckor när vi var där.

Hemma igen var vi tvungna att delta i Fjärdhundralands rebusrunda. Vi började vid Kvarnibble och fortsatte runt hela Fjärdhundra. Tänk vad duktiga de är! Prova gärna nästa år och glöm inte matrundan i september.

Nu har hösten kommit och vi har sett fem stycken bejublade mannekänger på Skeppet när Seniorshoppen visade sin höst- och vinterkollektion. Riktigt kul att så många kom, titade och köpte sina kläder inför hösten och vintern.

Hoppas vi ses under alla de evenemang som erbjuds på Skeppet under hösten. Kolla gärna om det finns någon studiecirkel som passa dig.

Finns det några som är intresserade av en studiecirkel i italienska? Hör av dig i så fall snarast till Åsa Öman.

Kent Magnusson

Våra verksamheter

Hej alla medlemmar i SPF Seniorerna Håbo.

Vi vill utveckla vår verksamhet, men det är svårt om man inte känner till behov eller önskemål.

Om du saknar någon aktivitet på Skeppet eller utanför, hör av dig till oss i styrelsen.

Eller om du har någon specialitet som du kan lära ut, eller vet någon som kan.

Hör av dig även med det till styrelsen.

Hälsningar

Bo Lundgren

Omslagsbild: Spanska trappan Rom. Foto: Stanley Nilsson.

Styrelsen i SPF Seniorerna Håbo 2018

Bo Lundgren, ordförande, 070-5448426, ordf.spfhabo@bktv.nu
Ralph Abrahamsson, vice ordförande, 070-726 63 00, ralphoa@gmail.com
Kent Magnusson, sekreterare, 070-715 73 40, sekr.spfhabo@bktv.nu
Inger Smedberg, kassör, 070-649 67 40, ingersmedberg@hotmail.com
Lars Bäck, vice kassör, 076-794 41 90, larsback01@gmail.com
Ursula Edfast, ledamot, 070-724 93 63, buedfast@gmail.com
Ingrid Kläring, ledamot, 070-949 84 55, ingrid.klaringe@gmail.com
Bankgiro SPF 5111-1425. Bankgiro för resebetalningar SPF 688-1684.
Organisationsnummer: 817001-1079.

Redaktionscirkel för Medlemsforum 2018

Barbro Larsson, 0171-507 49, 070-541 65 29
Bo Lundgren, 070-544 84 26
Ansvarig utgivare.
Lars Hansson, 0171-509 87, 070-453 61 24
Birgit Olofsson, 0171-530 83

Elisabet Lundstedt, 0171-541 53
Olle Atling, 0171-515 80 eller 070-731 29 91
för annonser
Christin Jonsson, utdelning, 0171-516 30
christinjonsson@telia.com

Novemhernumret av Medlemsforum utkommer vecka 46 – manus senast den 5 november till Lars Hansson, Granelundsvägen 4, 746 34 Bålsta, telefon 0171-509 87 eller till Elisabet Lundstedt, Odlingsvägen 9, 746 34 Bålsta, telefon 0171-541 53.
Vid annonsfrågor: Vänd dig till Olle Atling, 0171-515 80, 070-731 29 91, olle.atling@bktv.nu
E-post: medlemsforum.spfhabo@bktv.nu
Tidningen sätts i Berling 12/14.4, rubriker i Optima 19.
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
SPF Seniorerna Håbo hemsida: www.spfseniorerna.se/habo
Uppgifter/inlägg till hemsidan sänds till: spfhaboweb@boesha.se

Kommande månadsmöten:

25 oktober. Förbundsordförande
Eva Eriksson.
22 november. Duromoll sjunger.

Kommande pub-kvällar:

19 oktober. Oktoberfest.
8 november. Bosse spelmän.



Underhållning på Pomona i matsalen torsdagar klockan 14.00.

25/10 Håbo Spelemän.
8/11 Duromoll.
22/11 Olle Ejlestam.

Byfilosofen



Om alla bilar i vårt avlånga land placerades i en rad efter varandra, skulle ändå någon "knäppgök" bryta sig ur kön och försöka köra om de andra.



Rullstolspromenad

Vi är ett gäng SPF-are som ägnar varannan 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.



Det skulle behöva vara fler för att täcka fler boenden än Pomona!

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!

- % Bista Bil & Motor AB
- % Bålsta Zoo
- 15% EYES4YOU Bålsta Optik
- % Fantasifloristen
- Fotterassen AB
- Handelsbanken
- Helins Bilcentrum
- Hjälpsam
- Hälsoterassen
- 5% ICA Kvantum, tisdag & onsdag klockan 8-16 för 65+ pensionärer med ICA-kort. Gäller ej spel, tobak, lotter och post.
- % Kalmarsands Restaurang
- % Lillsjöns Trädgård
- % Lydias friska fötter KB
- % Må bra fot och kroppsvård
- 10% NextData
- % NordSyd resor
- Olavis Kiropraktik AB
- % SafeStore Förrådshotell
- Sollanns LivsstilsCenter
- Sparbanken Enköping
- % Susan's Hårteam
- Vintage Room

Medlemsforum är inte sig lik!

Har Du synpunkter på förändringen kan Du ringa 0171-507 49 eller maila Barbro Larsson barbrolarsson.6126@gmail.com i Redaktions-cirkeln.

Ris eller ros eller några andra idéer?





Välkomna

att följa med på en lite annorlunda
stadsvandring med studiebesök
måndag 29 oktober.

Vi träffas som vanligt vid pendeln klockan 8.40 och åker till Stockholm, där vi börjar med kaffe och dopp i Citykyrkans Café. Därefter besöker vi det f.d. Fenixpalatset och får en guidad tur. Guidningen kostar 50 kronor per person, som betalas direkt till guiden. Efter besöket i palatset hinner vi med en promenad innan det är dags för lunch. Anmälan helst senast 27 oktober till Eva, telefon 545 64, Elisabeth 515 75 eller Margareta 577 90.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan



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

Då ger vi alla ålderspensionärer

**5% rabatt mellan
klockan 07:00-16:00**

när du drar ditt ICA Kort i kassan.

*Rabatten gäller ej spel, lotter, post och vid ett tillfälle per vecka.

*Nu även
på tisdagar!*

Varmt välkommen

Önskar Krister med personal

ICA KVANTUM
Bålsta Centrum
Din färskvarubutik

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



SVENSKA SPEL



BB



www.facebook.com/icakvantumbalsta



PUB-kväll den 8 november med start 18.30



Den bejublade gitarrorkestern under ledning av Bo Lundgren kommer att underhålla oss med en massa "godingar" under Puben i november.

Antagligen har ni redan noterat att entréavgiften har höjts till 50 kronor men man får ju en hel del för slanten. Eventuella inköp i baren kommer därutöver.

Kontant betalning eller Swish går bra.

Välkomna önskar Programkommittén!

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan



Välkomna

till SPF Seniorerna Håbos månadsmöte den 25 oktober klockan 13.30.

Program:

Bo Lundgren berättar om senaste nytt från styrelsen. Lite information om vissa av våra aktiviteter. Vad vet du om de senaste trafikreglerna? Lennart Carlsson visar bilder och berättar om alla våra resor.

Allt detta samt kaffe med dopp för 40 kronor.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Den stora sagokonstnären John Bauer



Konstnären och illustratören John Albert Bauer föddes i Jönköping den 4 juni 1882, där hans tysk-födde far ägde en charkuteriaffär vid Östra Torget. Den 20 november är det 100 år sedan som han tillsammans med sin fru Esther och deras 3-åriga son Bengt, tragiskt omkom under en höststorm på Vättern.

Redan som barn är John en flitig tecknare. Men när han nyss fyllt 11 år dör hastigt hans två år äldre syster Anna. Därefter omtalas hon aldrig i hemmet, sorgen och saknaden är allt för stor. John är redan en inbunden och blyg gosse, ändå åker han som 16-åring till Stockholm för att knacka på Kungliga konstakademiens dörr, men förgäves. De ansåg honom vara för oerfaren och han får återvända hem i oförrättat ärende. Två år senare återkommer han och denna gång ansågs han vara tillräckligt duktig för att bli antagen som konstelev.

Den kvällen firade han med supé på Operakällaren tillsammans med likasinnade. Glädjen blev dock kort – nu började det verkliga arbetet med att avteckna gipsfigurer och utföra olika skuggövningar. Han sliter hårt men erhåller enbart medelmåttiga betyg. Ganska snart träffar han en gladlynt och ljuslockig storstadsflicka som heter Esther Ellqvist, också hon är konst-studerande och tycke uppstår.

John reser 1904 till Norrland för skaffa material till boken "Lappland, det stora svenska framtidslandet" till vilken han gjorde en del illustrationer. Med skissblock och fotoapparat avbildade han lapparnas verklighet och lapp-landsresan blev för honom en oerhört omtumlande upplevelse. Mötet med den vilda naturen och samernas annorlunda kultur, men också deras mystiska levnadssätt, var något som tilltalade hans sinnen. Det annorlunda språket men framförallt deras färggranna dräkter, var något som han använde detaljer av när han senare målade trollens olika klädesplagg.

I december 1906 gifter sig Ester och John. När man senare får möjlighet att läsa deras brevväxling, visar det sig att den innehöll allt kärleksbrev skall innehålla; romantiska drömmar, ödmjuka kärleksord, men även svartsjuka och moralpredikningar, allt för att fostra den andra så den bättre skulle uppfylla idealet.

Bauer insåg tidigt att myten och sagorna var användbara i hans konstverk och 1907 får han i uppdrag att illustrera sagoboken "Bland Tomtar och Troll".

Han specialiserar sig på att avbilda mystikens värld där troll och underjordiska väsen bor. Han åskådliggör det som lever bland stenar och mossor i storskogen. In i minsta detalj återger han gåtfullheten som finns i denna värld vid varje ny bokutgåva, år efter år.



1909 gör John och Ester en resa till Italien och efter hemkomsten hyr de "Villa Björkudden" vid sjön Brunn utanför Gränna. Huset låg idylliskt på en udde där John kunde göra utflykter med sin kanot.

Första tiden andades det lycka i huset och storstadsflickan Esther stortrivdes. De italienska sakerna gav hemmet en ny kulturell känsla, men främst var det att få arbeta i den stora ljusa ateljén som skänkte tillfredsställelse. De hade roligt när de var ensamma med varandra. Deras äktenskap vilade på en grund av romantisk kärlek. Att umgås med traktens herrskapsfolk finner hon urtråkigt.

Men efter två år har Esther fått nog av lantlivet och gnäller över att de bor mitt i vildmarken "med trollkummel och jättstup och så detta ideliga böljeskvalp."

Esther vill bo i Stockholm och se människor. John däremot har stort behov av att vara ensam och nära naturen. Detta är en återkommande konflikt dem emellan. Ändå köpte de villan, men tillbringade bara somrarna där. Vinterhalvåret bor de i lägenhet i Stockholm.

Något år senare 1911 får de möjlighet att hyra en villa i Brevik på Lidingö med utsikt över farleden, något som gladdde Esther enormt. Men 1914 måste de igen flytta till en lägenhet.

Samma år har John Bauer utställning på Baltiska vernissagen i Malmö, där han får mycket beröm för sina alster. Året därpå ställer han ut sina verk på Världsutställningen i San Fransisco, och blir tilldelad hedersmedaljen.

I september 1915 kommer sonen Bengt till världen och han blir till stor glädje både för mor och far. De känner ansvar och lyckan lyser återigen i deras hem. Snart får pojken smeknamnet Putte och blir förebild i många av Bauers konstverk.

Johns popularitet vet plötsligt inga gränser. Han är nu engagerad i att göra scenografier till "Bergakungen" på Stockholmsoperan, där dekoren skulle ha ett konstnärligt egenvärde medan musiken komponerades av Hugo Alfvén.

På grund av första världskriget men också Johns bristande erfarenhet av att vara illustratör, gör att det krävande arbetet drar ut på tiden.

Ledningen börjar ställa önskemål om att få använda sig av Operans egna dekorationsmålare, men Bauer hävdade sin upphovsrätt och till slut fick han också fortsätta sitt arbete i lugn och ro.

John gillade teatervärlden, ett intresse han haft sedan ungdomen. 1915 skriver han sago-spelet "Mats och Petter och prinsessan som fick trollöron". Följande år blir det "Mats och Petter och Dunseklump". Han vill att föreställningen skall innehålla alla figurer som finns på hans alster: Prinsessan, käcke gossen, trollen, Humpe och alla de andra. Teaterns värld var ny och spännande, här fanns en ny inriktning för fortsatt konstnärlig utveckling.

I en tidningsartikel 1916 uttalar sig John: "Jag vill att teatern skall vara äventyrligt, underbart och alldeles skakande vacker. Teatern är inte till för att avbilda verkligheten. Det har vi biograferna till!" som ständigt visade grymheter av det pågående kriget.

Åren gick och John gav aldrig upp hoppet om att få "Bergakungen" uppfört. (Men han fick aldrig uppleva detta. Först fem år efter hans död hade den urpremiär på Stockholmsoperan.)

Men hösten 1918 håller den framgångsrike konstnären liv på att slitas i bitar, om några få veckor skall flyttlasset gå från Brunn i Småland till huvudstaden. Men det är inte bara det som bekymrar honom, hans ständiga svartsjuka spelar också ett spratt. Han tycker att äktenskapet inte längre är lyckligt och kanske på väg att upplösas.

Allt detta har en tid påverkat hans konstnärskap, han är numera förvirrad och har tappat fokus. Han skall nu lämna Jönköpingsskogarna för alltid, det som varit hans hemvist och där han hämtat inspiration till massvis med motiv genom åren.

I sin förvirring försöker han ändå finna sinnesro och tränger allt längre in i sitt inre, men där råder det totalt kaos. Ändå är det här han hoppas finna de rätta svaren.



Den 20 november stiger John Bauer med sin familj ombord på ångslupen Per Brahe för att resa till deras nya hus och ett nytt liv i Stockholm. De råder storm på Vättern med kraftiga vågor. När fartyget närmar sig färgeläget Hästholmen får båten plötsligt kraftig slagsida, vattnet forsar in och förliser. Samtliga ombordvarande omkommer.

Tre år senare bärgas båten och det fastslås att haveriet med största sannolikhet berodde på att det fanns ett stort antal Husqvarna symaskiner och fruktmostunnor i lastutrymmet som surrats alldeles för dåligt.

Just nu är man nästan färdig med filmatiseringen av John Bauers liv. Regissören och de medverkande hoppas att filmen skall hinna bli färdigklippt och kunna visas på vita duken i november och ha premiär på etthundraårsdagen av John Bauers familjs tragiska död.

Arne E Due

Har du ny mejladress
och/eller nytt telefonnummer?



Skicka dina nya uppgifter till
medlemsregistret.spfhabo@bktv.nu
Du kan också ringa Britt-Marie 070-4975856
eller Gunilla 070-5110373

Trygghetsringningen

Jag är en trygghetsinringare.

Varje morgon ringer jag ett visst telefonnummer för att anmäla mig med mitt telefonnummer och dagens datum. Det betyder att allt är okej med mig. I andra änden finns en Håbo SPF-are som har koll på oss inringare.

Det är en fantastisk inrättning för oss som bor ensamma. Man känner trygghet och ro. Stort varmt tack till Er alla som ställer upp.

Tyvärr så händer det ibland att man av någon anledning glömmer att ringa. Mycket pinsamt! Men hur det än är så brukar de få tag i oss eller en av de närmast anhöriga. Man försöker ursäkta sig så gott man kan. Samtidigt sköljer dock en våg av värme och glädje över en för den omsorg och omtanke som trygghetsfolket ger oss som få leva ensamma.

Tack, och ett stort fång av de finaste rosor vill jag ge till Er.

Kram, Eva Luise Grabs.



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.

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 0171-51535 för mer information och/eller anmälan.

Den årliga kraftmätningen står åter för dörren.

På kvällsnyheterna talade meteorologen Per om att ett kraftigt lågtryck var på väg utifrån Atlanten. Snöfall och kraftig blåst skulle nästa dag nå Mälardalen. Första varningen för vinterväglag hade framförts.

Nästa förmiddag klär jag mig varmt med långkallonger och även den tjocka Helly-Hansen-tröjan, ovanpå allt ihop tar jag den fodrade overallen och på huvudet en stickad toppluva.

I garaget kollar jag däckens mönsterdjup som verkar okej och dubbarna är inte speciellt slitna. Snabbt letar jag fram domkraften, fälgkorset och även de andra verktygen som behövs.

På uppfarten känner jag hur snålblåsten biter mig i kinderna, men det är ingen idé att åma sig utan istället sätta fart och få främre bilen upphissad. Jag testar första bulten, åhej – vad den satt! Precis som förra året.

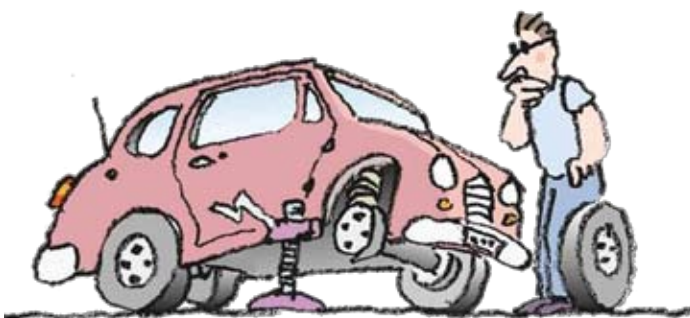
Jag går till garaget och hämtar förlängningskraftet. Ändå får jag ta i allt jag orkar, äntligen släpper den. Nu är det bara fyra bultar kvar på det hjulet och de sitter precis lika hårt som den första. Efter en stund känns det ändå som det går lite lättare. Jag har fått in en viss rutin.

Inte helt oväntat kommer närmsta grannen över och ställer sig bredvid: "Jaså – är det dags?"

"Jag ska ringa min grabb i kväll, kanske kan jag muta honom att hjälpa mig." Lite avundsam säger jag: "En så'n tur du har! Är han lättmutad, din son. Hjälper han möjligtvis även din närmsta granne?" Han drar på smilbandet: "Du!... Smakar det, så kostar det!"

– Jaså! Ja, det borde man ju förstått!

Men eftersom jag redan är klar med två hjul, får den hypotetiska hjälpen anstå till nästa år och rätar på ryggen. I stället börjar vi prata om något annat och försöker samtidigt lösa ett litet våldspröblem. Det är ju så mycket nu för tiden, nästan överallt på vår stackars planet. Men efter en stund känner grannen sig ruggig och bestämmer sig för att gå in till sig.



Jag griper tag i domkraften och beger mig till andra sidan av bilen, placerar fälgkorset på fälgbulten och plötsligt känns det som om jag ändå borde tackat ja till erbjudandet, men till slut släpper också dessa bultar, men jag känner blodsmak i munnen. Det var nog precis vad jag orkade med!

Sent omsider är alla hjulen bytta och jag pustar ut. Det var över för denna gång. Innerst inne hoppas jag att det skall komma lite vit pudersnö till kvällen. Det behöver inte vara några stora mängder men ändå så det blir lite vintrigt, för då skulle arbetet kännas mera meningsfullt.

Nu återstår bara att bära in verktygen och lägga dem på sina respektive platser. Därefter ska det smaka gott med en kopp kaffe med en kanelbulle till. När jag tar av mig overallen känns det väldigt stelt och ömt överallt, ända ner i ländryggen. På väg till medicinskåpet ropar någon: "Du borde anlita en verkstad istället!" – och jag är nästan beredd att hålla med. Någonting säger mig, att jag troligen gjort någonting dumt.

Framme vid medicinskåpet drar jag ut lådan där Voltaren-gel-tuben ligger, den får hjälpa mig genom resten av dagen. Därefter fortsätter jag med släpande steg till soffan. Nu skall jag ta mig en välbehövlig och avkopplande siesta och innan jag somnar tänker jag: Det är i alla fall dryga fyra månader tills däckerna skall skiftas igen – som tur är.

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?

Ein Johansson-Aminder
Tel. 0171-654 25

Sparbanken i Enköping

Bålstakontoret - Stockholmsvägen 85
www.sparbankenenkoping.se



Natur och kulturvandringar under hösten

Häggeby – Varpsund

Vandra med oss den 23 oktober från Häggeby kyrka över den fina Rölundaåsen via Kärleksudden till Varpsundsbron. Vi tar ett fåtal bilar från PIA-närköp till Varpsund för att sedan ta bussen till Häggeby.

Inget café eller annan servering i sikte så ta med kaffe och tilltugg. Kanske hittar vi en del svamp på åsen så ta med något att plocka i!

Bussbiljetten kostar 23 kronor så ta med dig ditt UL-kort. Har du inget UL-kort så löser vi det.

Vi samåker från Smultronställets parkering.

Tid: 23 oktober klockan 09.30.

Plats: Parkeringen vid Smultronställets närköp.

Övrigt: Bra skor, kläder för alla väder och kaffe i ryggan.



Anmälan till kent_magnusson@msn.com eller 070-715 73 40 senast den 19 oktober 2018. Välkomna!

Kent Magnusson

Ett kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Humorhörnan



Dela med dig av någon rolig historia så att vi kan få oss ett gott skratt som förlänger livet. Du kan välja om du vill vara anonym eller stå med ditt namn.

Skicka den till Barbro Larsson,
Plommonvägen 10, 746 33 Bålsta
eller
barbrolarsson.6126@gmail.com

”Tänk vad roligt att kunna sätta på sig ett plagg som man hade för 20 år sedan och det passar fortfarande! Visserligen är det en halsduk, men ändå! Det gäller att vara positiv.”

Per

Välkomna

den 19 oktober med start klockan 18.30.



Varför inte prova lite tyska korvar med lite sauerkraut (surkål) och några flaskor tyskt öl? Till en kostnad av 125 kronor får du en tysk tallrik och en öl (eller ett glas vin) samt underhållning som Pancho kommer att stå för.

Önskas mer att dricka håller baren öppet och säljer öl och vin till en rimlig kostnad.

Du anmäler dig till expeditionen på telefon 0171-557 47 eller via spfhabo@bktv.nu senast den 11 oktober men gör det snabbt för antalet personer är begränsat till 100 stycken. Observera att din anmälan är bindande.

Välkomna önskar programkommittén!

Ett kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Hos oss får du alltid 15% rabatt

Gäller ej för redan prisnedsatta produkter, paketprisprodukter eller synundersökning.
Medlemskort eller denna annons skall uppvisas vid beställning av produkterna och inte vid leverans.

Hos oss betalar du och din familj endast 295 kr/månad

Du får ett livslångt köputrymme på 20 000 kr och så länge du har en skuld dras 295 kr/månad via autogiro.
Inga räntor och uppläggningsavgifter tillkommer.
Av månadsbeloppet ingår en kontoavgift på 14 kr.

Hos oss får du 36 månaders skadegaranti

Gäller vid skada eller totalskada av glasögonen.
Värdeminskning med 0,08% per dag från leveransdagen.
Självrisk 250 kr per skadetillfälle.

Hos oss får du 36 månaders KöpBonus

Vid köp av ytterligare ett par glasögon eller solglasögon med styrka, alternativt köp av nya glas så erhålles en KöpBonus på 50% med en linjärt fallande skala ned till 6% under 36 månader.

EYES4YOU®
Bålsta Optik

En del av KlarSynt.
Centrumstråket 11, Bålsta,
Tel 0171-561 09

Vi nöjer oss inte med nöjda kunder.
Vi skall verka och agera så att vi får beröm.



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.

Publikrekord på Pomona

Torsdagen den 27 september var det trångt och trivsamt i Pomonas matsal.

Det var Intresseföreningen Pomona som hade engagerat Brinkens trio från Enköping att underhålla, 103 kom och lyssnade och blev bjudna på kaffe och bullar.

Det är de tre pensionärsorganisationerna PRO, SPF Seniorerna och Finska föreningens pensionärer som står för det praktiska arbetet med planering av program och genomförande.

Föreningen får ett visst stöd från kommunen och sponsras dessutom av pensionärsorganisationerna, NBV, Lions och Parkgårdsträffen. Dessa pengar används till arvoden till artisterna och fikabröd.

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

RESETRÄFF 2019

Warnemünde Rostock

3d tis, 29 jan • bussresa • 2 st frukost, lunch och en middag • Välkomstdrink • Utlottning av presentkort • 300 kronor bokningsrabatt på 2019 års resor • Tillfälle till shopping (50kg/p) **3 250 kr**

LÜBECK WEEKEND Fre 26/10, 3d (shopping 70kg/p) **2 990 kr**

WEEKEND I GRYTHYTAN

3 rätters gourmemiddag - Besök hos Lars Lerin

lör 13/10, 2d. **2 970 kr**

JULMARKNADSRESOR

BERLIN med TT line. tor 29/11 4d **3 990 kr**

Hamburg Lübeck Goslar. tor 6/12, 4d **3 990 kr**

LÜBECK med TT-Line. fre 7/12, 3d, halvp **2 990 kr**

LÜBECK Julmarknad. mån 3/12, 3d **3 190 kr**

RUNDRESA SRI LANKA. fr 15/2, 12d **20 990 kr**

JOKKMOKKS MARKNAD

ons 6/2, 6d halvp, besök i LKAB gruvan, Jukkasjärvi ishotell. **8 990 kr**

TEATERRESOR VÅREN 2019

”ELVIS the musical” sö 17/3 **995 kr**

OBS ! Nya katalogen Medlemmar i SPF Håbo har alltid är här! **300 kr rabatt på flerdagsresor**

För mer information och bokning av resor
Tel 018 474 49 44 0171 35663
www.nordsydneyresor.se

Natur- och kulturvandring vid Ängsjö

Väderprognosen lovade sol och 19-21 grader redan på förmiddagen så vi var lite konfunderade när vi lämnade parkeringen vid Smultronstället och fick regndroppar på våra bilar. Vi ställde i alla fall kosan mot Stäket för vidare färd den långa och smala vägen till Ängsjö. Stället var nog obekant för de flesta och några gjorde vissa sightseeingturer innan de kom fram till parkeringen vid Ängsjö.



Vi var positivt överraskade över att den första kilometern av stigen är asfalterad. Den är med andra ord väl lämpad för rullstolar och rullatorer. Asfalten leder ned till en fin handikappanpassad badplats. Innan vi kom fram fick vi höra en hel del om vad som funnits i detta område sedan urminnes tider.



Trots att klockan ännu inte hade slagit elva beslöt vi att inta det medhavda kaffet med dopp. Vi stannade till vid en fin rastplats nära Mälaren men ingen kände för att bada idag.

Paviljongen är också mycket uppskattad av de som åker långfärdsskridskor från Uppsala eller Sigtuna till Kungsängen och oftast är grillen tänd under vintern.

Vi lämnade den asfalterade stigen och vandrade ett tag på Upplandsleden tills vi kom till en stor mängd klippblock, eller ett så kallat jättekast, troligen från istiden. Någon hade synpunkter på detta och berättade om de jättar som bott på var sin sida om fjärden och kastat "sten" på varandra.



På en fin grön äng hittade vi en niondeklass som i stort antal tält hade övernattat. De var verkligen pratsugna och berättade om alla sina vedermödor med toaletter och allt annat som de normalt är bortskämda med. I det stora vindskyddet invid spåret hittade vi en farmor och farfar som försökte grilla korv med sina barnbarn. Trevligt att prata med barnen om deras upplevelser i skog och mark.

Vi passerade ett stort gult hus som man inte bara kan hyra för lägerverksamhet utan också som enskild person. Två stycken killar från Järfälla kommun höll på att ersätta den gamla grillplatsen med en helt ny och fräsch grill. Cementen hade inte ens brunnit klart. Därefter passerade vi en riktigt gammal stenmur innan vi kom ut på motionsspåret som så småningom skulle leda oss tillbaka till utgångspunkten.

Många hade koll på allt vid sidan av spåret men skörden av svamp var väl inte alltför imponerande. Någon hittade ett antal av den fjälliga taggsvampen och någon fem-sex stycken gula kantareller men det var nog allt.

Alla 27 som var med på vandringen fortsatte oförtrutet mot serveringen vid Ängsjö där vi hade beställt allehanda smörgåsar för att kompensera den motion vi eventuellt hade fått.



Efter ett tag stötte vi på ett får som fascinerade de flesta. Det var ett "Järfälla-får", inte att förväxlas med ett "Håbo-får". De har lyckats vrida skallen helt fel, tycks det.



Väl framme vid det trevliga caféet som finns inom området var allt iordningställt av "Elisabet Viola".

Kön kändes lång när vi kom in i caféet men det gick med en rasande fart att få sin smörgås med önskad dricka.

Alla kände sig varma i kroppen efter vandringen i behaglig temperatur varför vi valde att sitta ut istället för inne i det fint möblerade caféet. Man kan nog inte annat än att rekommendera stället.



Elisabeth Andersson och Kent Magnusson

Konserthusets stora julkonsert

fredag 21 december klockan 19.30.



Vi lyssnar till Kungliga Filharmonikerna, en klingande stor julkör med sångare från olika Stockholmskörer, jazzsångerskan Rigmor Gustafsson, musikalartisten David Lindgren och operasångaren Michael Weinius, som sjunger klassiska julsånger i nytt arrangemang och populära favoriter ur den amerikanska traditionen. Värd för julkonserten är den från Galenskaparna och After Shave välkände regissören, revyartisten, komikern m.m. Claes Eriksson.

Avresa med buss från Bålsta gamla järnvägsstation klockan 17.30 med stopp vid bussterminalen och Kalmar Livs. Återkomst ca klockan 22.00.

Kostnad: 450 kr per person (500 kr för icke medlem) inkluderar konsert och bussresa.

Välkomna med anmälan **onsdag 26 september klockan 9.00 (gäller även mail)**

– **fredag 12 oktober till**

Gert Lidö, tfn 545 64, e-post: gert.lido@gmail.com

Icke medlemmar får medfölja i mån av plats. Bekräftelse om plats lämnas samma dag som anmälan. Reseinformation med inbetalningskort skickas efter anmälan.

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Konstcirkeln

Konstcirkeln startar hösten 2018 med ett besök på Sven-Harrys konsthall.

Där visas ca 100 verk av Jenny Nyström (1854-1946) en av våra mest folkkära konstnärer. Hon kallades ofta "tomtens mamma". En del av verken har aldrig visats tidigare.

Vi samlas fredagen den 16 november klockan 10.40 vid stationen och tar pendeln 10.50 till Odenplan. Därifrån till Eastmansvägen 10-12 är det ca 500 meter att gå.

Entré till konsthallen: 80 kronor för pensionär. Till konsthallen och hemmet: 130 kronor för pensionär.

Ingen anmälan, alla är välkomna.

Konstcirkeln / Agneta Wahlström och Kaj Broch.



Ett kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

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 och erbjuder zontterapi massage.
Diabetiker med remiss är också välkomna!



Olavis Kiropraktik

Medlem i KFS

Olavi Pääkkö, leg. kiropraktor
Stockholmsvägen 111 (Scalahuset)

746 32 Bålsta

Telefon 0171-569 69 Fax 0171-584 50

Har du alla tjänster du behöver?

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

Välkommen in så berättar vi mer.

Centrumstråket 7, Bålsta
0171-537 70
handelsbanken.se/balsta

Handelsbanken

Susan's Hårteam

Måndag - onsdag - torsdag 10.00-18.00
Tisdag - fredag 10.00-14.00
Lördag 10.00-13.00

Pensionärsrabatt vardagar 10.00 - 13.00
Gäller klippning & permanent.

Centrumstråket Bålsta
0171-500 00

Björke vävstuga & Löfstad slott

Tisdagen den 4 september var vi ett morgontidigt gäng som for mot Östergötland.

Framkomna till Björke vävstuga hälsades vi välkomna av Britta Eriksson och Ylva Källgren. Tanken var att vi först skulle bli guidade i väveriet, men de såg snabbt att de var kaffe som gällde. Så gott kaffe, smörgås och kaka serverades. Många valde att sitta ute i det fina solskenet.

Så följde en trevlig och lärorik guidning av väveriet som är ett gammalt sädesmagasin. Vävningen sker hantverksmässigt på mekaniska skyttevävstolar. Dräll i många färger är Björke vävstugas signum. Visning av utställning och undervisning över hur vi vårdar vårt fina linne följde.

Vi var många som fortsatte till butiken, där det är svårt att se sig mätt på alla vackra alster. Inköp blev det, jag hörde någon man kommentera "besöket blev dyrt". Men då har de något vackert att njuta av. Kanske är det en linne-duk?

Färden gick vidare till Löfstad slott, där slotts-lunch väntade. Vår duktige guide väntade på att få visa oss slottet. Löfstad slott vars historia börjar på 1600-talet, dåtidens ägare var Axel Lillie. Slottet förvaltades av familjen Lillie och dess arvingar.

1750 brann slottet som då ägdes av Hedvig Catharina de la Gardie. Hedvig Chatarina gifte sig med Axel von Fersen. Löfstad slott renoverades och dottern Sophie von Fersen blev fast boende på slottet. Sophie von Fersens barnbarn Emilie Piper var slottets sista ägarinna. Hon bodde på slottet fram till sin död 1926. I slottet salar ser det ut som att Emilie Piper aldrig flyttat, allt står som det gjorde år 1926. Slottet testamenterades till Östergötlands museum och Riddarhuset, som nu driver verksamheten.

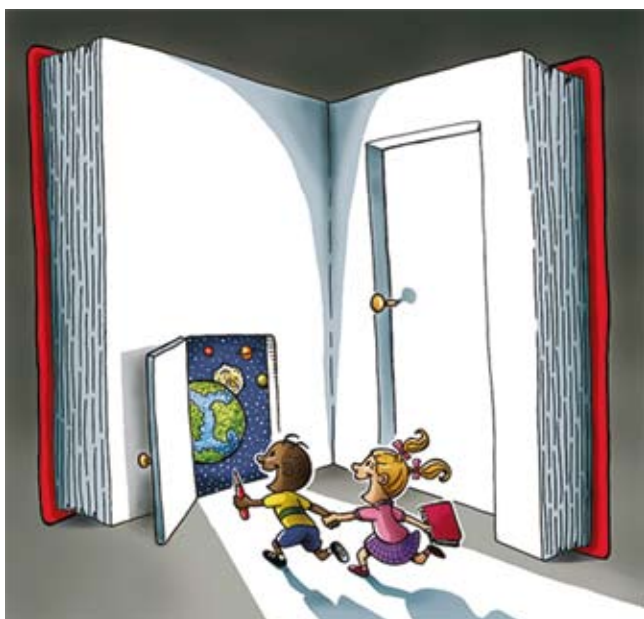
Efter en underhållande och informativ guidning, var det lite fri tid. Många tog en promenad i den vackra parken. Handelsträdgården blev också välbesökt.

Väl hemma i Bålsta igen framåt kvällen, kände vi oss nöjda med all den nya kunskap och trevligt umgänge vi fått under dagen.

Kerstin Adestedt



Boktipset



Innan vi visste allt om varandra

Agnes och familjen har äntligen kommit till ro efter flera år med motgångar. Livet börjar rulla på i ett efterlängtat tempo och alla barnen ser fram emot ett långt sommarlov.

När Vendela flyttar in i huset bredvid blir Agnes motvilligt nyfiken. Trots att hon fortfarande har svårt med tillit till nya bekanta efter Lisas svek, blir de snabbt goda vänner. Och även om middagarna är mysiga, pratstunderna trevliga och alla upptåg som de hittar på roliga, kan Agnes inte skaka av sig känslan av att den nya grannen döljer något.

Men att Agnes själv har egna hemliga tankar och en stor inre oro erkänner hon inte alls förrän det blir ofrånkomligt och allt måste fram i dagsljuset.

När också mamma Gunnel betar sig konstigt och blir alltmer tystlåten, blir hela tillvaron till slut outhärdlig. Återigen snurrar livets hjul snabbare än vad Agnes hinner med och hon försöker förtvivlat lösa problemen som hopar sig. Agnes och systemen Cissi blir tvungna att till slut konfrontera sin mor och det visar sig att tystnaden döljer en gåta från det förflutna.

Innan vi visste allt om varandra är den fristående uppföljaren till Väck mig när det är över.



Upplevd foto-historia fram till digital

*Här kommer ett litet bidrag till er fina tidning. Jag har arbetat inom fotobranschen hela mitt liv och vill gärna dela med mig av mina år inom fotograferandet i alla former. I dag tar ju alla bilder hur enkelt som helst, så ämnet är ju högaktuellt.
Mvh Eimer Boman SPF seniorerna Grillby.*

Kameran på bilden är troligen från 1920 talet men fanns fortfarande i bruk när mitt fotointresse väcktes. Min första kamera köpte jag i Simon Hägers musik och fotoaffär i Sundbyberg år 1949. Den kostade 11 kronor och 40 öre. När man tänker på den enkla bakelitkameran och ser hur utvecklingen har gått framåt till i dag då alla har digitalkameror och telefoner av mycket hög kvalité, och dessutom mycket bra, då kan det vara intressant att se tillbaka på den utvecklingen min generation har varit med om. Numera använder alla sina digitalkameror och telefoner med automatknappar. Det var lite knepigare att ta kort för 70 år sedan.



Jag tänker ofta på när jag praktiserade hos yrkesfotografer, då måste man dagen innan fotograferingen gå in i mörkrummet och ladda kassetter med glasplåtar eller bladfilm. Det var då naturligtvis viktigt att vända den ljuskänsliga sidan utåt, detta måste ske i absolut mörker. Storleken på kassetterna varierade från 30 x 40 cm ner till 4,5 x 6 cm, beroende på vilka kameror fotografen tänkte använda. Ibland var det gruppbilder på kanske hundra personer. Jag har själv en grupp bild på nästan 4000 soldater, fotograferad i Kanada troligtvis med en 30 x 40 cm glasplåt.

När vi var inomhus och skulle använda stora blixtrar skulle jag ställa mig mitt i gruppen med en ficklampa så att fotografen hade något att ställa skärpan på i kamerans visirskiva. För att kunna se ordentligt använde han ett svart skycke över både sig och kameran. Nu gällde det att ta av objektivlocket och släcka ljuset i lokalen för nu skulle kassetlocket dras ut och blixten avfyras. Där satt alla i gruppen totalt förblindade av den kraftiga blixten. Det var nu dags att sätta tillbaka kassetlocket och vända på kassetten. Det hände ibland att dessa blixtrar, som var stora som vanliga glödlampor, exploderade. Det hände mig en gång när jag skulle fotografera farmor och farfar vid ett julbord. Vi måste sedan sanera dukningen från glasskärvar. Farfar utbrast ”ja se dessa nymodigheter”.

Efter en lång dag på uppdrag med fotografen kom vi hem till labbet, då skulle glasplåtarna tas ur kassetterna i mörkrummet utan att sätta fingeravtryck på bildsidan. Plåtarna skulle nu framkallas, fixeras och sköljas. Om man av misstag började med fixeringen så blev det bara vanliga glasskivor som det gick utmärkt att göra fönsterrutor av men några bilder blev det inte.

Det fanns också mindre kameror för enklare reportagefotograferingar och mer tillgängliga för vardagligt bruk. Filmrullar hade ju funnits länge och gjorde det nu enklare att fotografera för var och en.

I fotobutikerna började man nu också sälja mörkrumstillbehör så att de som hade utrymme hemma kunde framkalla och kopiera sina bilder själva. Då fick man ju se resultatet direkt

i stället för att vänta två veckor i en butik. När bilderna gjordes hemma behövde man bara göra kopior av de som var bra.

Det var bara svartvita bilder på den tiden. Men de bilderna finns fortfarande kvar och är inte alls blekta. Man började experimentera med färgbilder men det skulle dröja länge innan det blev bra bilder och god hållbarhet. En del kunder ville ha sina porträtt färglagda med oljefärger. Det gällde att hitta de rätta hudfärgerna och lyssna med kunden vilka blommor som fanns i buketten. Vid stora beställningar satt man långt in på småtimmarna och blandade färger, mina ögonvitor fick samma färg som huden av alla ångor från terpentin och andra kemikalier. Roligt att ha varit med om men skönt att den epoken är förbi.

Med dagens digitalkameror blir det så mycket bättre, och så bra bilder det blir även vid dåligt ljus.

Här har vi något att tänka på med dagens digitala teknik som är så viktigt.

Det finns fotolabb i dag som kopierar dina digitala bilder. Men innan du beställer, ta bort/radera de dubletter och dåliga bilder du inte behöver, det är ju onödigt att betala för dom. Du kan ju också skriva ut bilderna i din skrivare, men det kostar ju också med färgpatroner och papper och hållbarheten blir då begränsad.

Nej beställ bilder hos fotolabben av de foton av släkt och vänner som du vill ska vara kvar lång tid framöver, bilderna blir nu kopierade på riktigt färgfotopapper som kommer att finnas kvar ditt liv och kanske nästa generation också. När detta skrivs är priset på riktiga kopior lägre än någonsin.

Och en sak till som vi alltid måste tänka på är att hålla kameran stilla under hela exponeringen och någon sekund till. Man ser allt för ofta när folk tar kort så är ena handen i fickan, och man håller telefonen eller kameran med andra handen i luften, det blir inga bra kort då, vill gärna bli skakningsoskärpa, särskilt om det är dåligt ljus. Det spelar då ingen roll hur automatisk kamera du har. Och ett annat tips, sätt för all del inga fingeravtryck på objektivet, då blir det garanterat oskarpa bilder. Om du ska föreviga släkt och vänner för framtiden gå till ortens fotograf, där får du bilder av absolut toppkvalitet och hållbarhet, värt varenda krona.

Ja detta var en kort historik och några små tips om vår kära hobby, som varit mitt yrke sedan tonåren, och som blivit så populär tack vare sin enkelhet.

Lycka till med fotograferingen!

Eimer Boman

Foto Kerstin Eilert



Detta är blixtpulver från 1920 talet, lånat från fotograf Kerstin Eilerts samlingar.

SPF Seniorerna Håbos Italienresa

Lördagen den 15 september lämnade 48 glada men lite trötta medlemmar Bålsta i tidig morgongryning för att flyga till Rom.

Efter dryga tre timmar landade vi i Rom där vår buss väntade på att få ta oss ner till Sorrento där vi bodde i tre dagar. Vi passerade Neapel och på avstånd kunde vi se vulkanen Vesuvius.

Längs vägen såg vi grönsaks- och nejlikeodlingar. Så småningom var vi framme vid vårt fina hotell La Residenza som var omringat av en fantastiskt vacker park med tillhörande pool.

Vi checkade in och bar upp vårt bagage till rummen. Innan middagen samlades vi för en välkomstdrink, vilket kändes trevligt.



Nästa dag som var söndag åkte vi på en hel dagsutflykt på slingrande vägar längs fantastiskt vackra Amalfikusten, via Positano, en av kustens pittoreska och vackra småstäder. Det var ett under att vi kom fram överallt med så otroligt smala gator, bilar stod parkerade hur som helst längs gatorna. Dessa busschaufförer är fantastiskt skickliga, så de fixade det galant!



På måndagen var det så äntligen dags att åka ut med båten till Capri, det hade vi alla sett fram emot.

Från hamnen i Capri åkte vi med minibussar upp till Anacapri, där vi besökte den kände svenske läkaren Axel Munthes otroligt vackert belägna villa San Michele.



Den uppfördes under 1890-talet och överlämnades på 1940-talet till svenska staten för att främja de kulturella kontakterna mellan Sverige och Italien. Axel Munthe hade även en bostad inne i Rom vid Spanska trappan.

Efter tre dagar i Sorrento så var det dags att ge oss iväg till Rom. När vi åkt en stund med bussen så gjorde vi uppehåll i Pompeji. Vi gör en rundvandring med lokalguide i denna ruinstad som begravdes i aska år 79.

Staden återupptäcktes inte förrän på 1500-talet. En omtumlande upplevelse att se resterna av hus och samhälle väl bevarat i asklager i 2000 år.



Den här dagen var det väldigt soligt och varmt, de flesta av oss var utrustade med solhatten och några hade även paraply. Alla "knotade" tappert på och även vi som hade jobbigt med diverse krämpor, bra jobbat!

Nästa dag var vår sista dag i vackra Italien och vi gjorde en stadsrundtur i buss med lokalguide i Rom.

Vi passerade bland annat Colosseum och det pampiga Viktor Emanuel-monumentet.

Vi gick naturligtvis av bussen för att besöka Fontana di Trevi, den världskända fontänen i Rom där Anita Ekberg badade i filmen "Det ljuva livet". Spanska trappan var också sevärd likaså Petersplatsen och Peterskyrkan.





Denna sista kväll avslutades med en fantastisk middag på restaurang Aroma Osteria, det var verkligen supergod mat och gott vin, vi hade väldigt trevligt och stämningen var på topp.

Morgonen därpå var det så dags att resa hem till Sverige och vår hemort Bålsta igen.

Nu har vi många fina minnen med vackra platser och sevärdheter med oss hem att tänka på nu när hösten närmar sig och även att vi har umgåtts med varandra och haft väldigt trevligt.

Vi hade turen att få ha tre svenska guider som lokalguider och de var både trevliga och väldigt kunniga, men bäst var förstås vår egen guide och reseledare Raija.

En eloge till dig Raija som på bästa sätt tog så väl hand om oss och ledsagade oss genom alla sevärdheter och förmedlade dina enorma kunskaper till oss alla.

Stort Tack till er alla som var med på denna resa och gjorde den ännu trevligare och mer minnesrik.

Hälsningar, Lisbeth Nilsson

Bilder, Stanley Nilsson

Nu när boulesäsongen är avslutad vill vi skicka ett stort tack till Sonja Fahlström, Kristina Holländer och lilla hunden Gösta.

Vi hoppas på fortsättning till våren!

Boulegänget/Britt-Marie



Kommunala Pensionärsrådet (KPR)

Vi vill här lämna ett sammandrag av mötet den 14 september i KPR. 14 ärenden fanns upptagna på föredragningslistan.

Demensteamet

Vi hade vid ett tidigare KPR möte önskat få information av demensteamet. Suzanne Linde informerar.

Demensteamet har funnits i 4 år och arbetar med att stötta personer med demenssjukdom genom hela vårdkedjan. Teamet består av arbetsterapeut och sjuksköterska. Teamet samarbetar med minnesmottagning, vårdcentraler, frivilligverksamhet, ombudsman för äldre och funktionsnedsatta samt anhörig-konsulent. Likaså samarbetar demensteamet med de olika boendena och hem-sjukvården, samt utbildar och handleder personal.

Mycket stöd ges till anhöriga, då hela familjer påverkas av sjukdomen.

Påpekas bör också att det inte är nödvändigt att ha fastställd diagnos för att ta kontakt med demensteamet, utan man kan ta kontakt även om man bara misstänker att man själv/en anhörig är på väg in i en demenssjukdom.

Anhörigvård ersättning, utökad tid /avlösningstimmar

Fråga om möjlighet till ersättning för anhörigvård (ersättning utbetalas till den som vårdar en anhörig eller nära vän), vilket förekommer i närliggande kommuner som Stockholm, har väckts tidigare och ska nu utredas av förvaltningen. Pensionärsrådet efterfrågar information om vad som kommer göras i denna fråga.

Socialchefen meddelar att medel till sådan ersättning inte finns med i förvaltningens budgetförslag 2019.

Statusrapport Trygg hemgång

Då projektet trygg hemgång inte kommer få stadsbidrag fortsättningsvis undrar pensionärsrådet vilka kostnader som beräknas för exempelvis förlängda vårdtider om man inte fortsätter projektet. Catrin Josefsson informerar att detta är svårt att beräkna.

Motion: Kostnadsfria resor för våra pensionärer

Håbo kommun har tidigare vid ett flertal tillfällen tillskrivit UL om "gratis" bussresor inom Håbo kommun för våra pensionärer. Tyvärr har vi fått negativa svar från kollektivförvaltningen i Regionen.

I maj fick vi ta del av en motion som handlade om subventionerade bussresor inom Bålsta. Vi i kommunala pensionärsrådet konstaterade då att om subventionerade bussresor för pensionärer skall införas, i enlighet med motionens förslag, måste detta inkludera pensionärer i hela Håbo och inte enbart i Bålsta. Att göra på annat sätt strider mot likställighetsprincipen. Därför avlogs motionen.

Vi har nu tagit del av en ny motion som handlar om gratis bussresor för pensionärer inom hela Håbo kommun, vilket KPR ställer sig positiva till.

Äldreboendet Kyrkcentrum

Äldreboendet diskuterades inledningsvis med utgångspunkt av det strömavbrott som tidigare ägt rum i kommunen samt sommarens värmebölja. Information om ifall det kommer att finnas möjlighet till nödgenerator samt luftkonditionering vid det nya äldreboendet efterfrågas. Svaret från Erik Johansson blir, att reservgenerator finns med i funktionsprogrammet men för närvarande finns inte luftkonditionering med. En kostnadsberäkning för eventuell installation av komfortkyla ska göras.

Referensgruppen där bl.a. Gunbritt Renefalk och jag Yvonne ingår har fått se föreslagna ritningar över boendet. Bedömningen är att dagrum och kök var för smått tilltagna. Därför har man beslutat att utöka huset något för att kunna bibehålla 10 lägenheter per avdelning. Arkitekten ritar nu om efter dessa nya förutsättningar.

(Fortsättning nästa sida)

Budget 2019

Vi har informerats om budgetprocessens fortsättning. Den 22 oktober kommer kommunstyrelsen ta ställning till budgetförslagen. Budgeten behandlas i kommunfullmäktige i november. Kommunala pensionärsrådet sammanträder den 24 oktober och hinner därmed yttra sig över budgeten innan fullmäktiges sammanträde.

Plommonvägen 6

Nu har det varit invigning av korttidsboendet på Pomona vilket gläder oss i KPR oerhört mycket. Verksamheten är i full gång och boendena är väldigt trivsamma och fräscha. Föreståndarinnan, sjuksköterskor och undersköterskor är på plats och bemanningen är fulltalig.

Det är inte så långt till nästa KPR-möte så vi hoppas kunna återkomma, med rapport i slutet av oktober, med framförallt budgeten.

Yvonne Lindström/GunBritt Renefalk



Wenngarn-Sigtunastiftelsen

Fredagen den 26 oktober ca 09.45 - 16.00.

Program:

- 09.45 Avresa Bålsta.
- 10.15 Kaffe Wenngarns Slott.
- 11.00 Guidad visning av slottet.
- 12.30 Avresa Wenngarn.
- 13.15 Buffélunch Sigtunastiftelsen.
- 14.00 Guidad visning av Sigtunastiftelsen.
- 16.00 Ankomst Bålsta.

Pris 450 kronor/person, icke medlem 500 kronor.

Anmälan torsdag 27 september klockan 09.00 (gäller även mail) till 10 oktober till Lennart 070-569 7574 eller lennart5592@gmail.com

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Månadsmötet i september

Elisabeth Andersson hälsade alla hjärtligt välkomna till septembers månadsmöte och efter en kort genomgång av dagens program överlät hon mikrofonen till vår ordförande Bo Lundgren.

Bo berättade om att styrelsen kämpar vidare och har bland annat varit representerad vid både ett distriktsmöte och ett samrådsmöte. Vidare har styrelsen planerat en 80+ lunch i slutet av oktober på Lastberget och ett julbord för alla våra duktiga funktionärer. Vill du vara med på denna trevliga utflykt nästa år är du välkommen som funktionär. Många olika uppgifter finns det att välja bland!

Arbetet med att ersätta Skeppet går vidare men det planerade mötet med kommunen som skulle ha skett under september har skjutits upp en månad för att alla kvarnar hos kommunen skall mala klart. Det gäller framför allt tillstånd för de förändringar vi vill skall göras på Skeppsgården.

Kåre Ericsson informerade om ett föredrag som Parkinsonföreningen i Bålsta kommer att genomföra den 9 oktober på Källvägen.

Efter kaffe med dopp var det dags för dagens stora tilldragelse som var Seniorshoppen, representerad av Catarina Näslund. Tre damer och två herrar hade blivit utpekade att vara mannekänger för att visa ett litet axplock av de över 1000 plagg hon hade släpat på från Västerås.

Temat för visningen var höst- och vinterkläder och mycket fanns att välja på. Mannekängerna hade det lite snärjigt med bytena mellan visningarna men jag tror inte att publiken såg speciellt mycket av stressen.

Många plagg provades och kommersen var tämligen god. Själv köpte jag en av de skjortor jag visade för alla de 90 personer som tittade på.

Efter mötet hjälpte några att lasta Catarinas lilla buss och det är inte klokt vad kläder det får rum i ett tämligen litet fordon.

*Kent Magnusson, text
Bo Lundgren, foto*







Studieansvarig:

Åsa Öman, telefon 0171-59438, 070-212 21 27
Mail: asa.oman@mail.bktv.se

Jag efterlyser en cirkelledare i "Vardags-spanska" och ledare till Konstcirkeln!



Friskvårdsprogram hösten 2018 i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

De flesta cirklarna helt utan avgifter för deltagarna.



Studieförbundet
Vuxenskolan

Studiecirkel:	Dag och tid:	Anmälan:
Odlå på liten yta Robin Welch	Start i februari/mars 2019.	070-728 79 13
Surfplatta & telefon i vardagen Lennart Carlsson	Inget till hösten. lennart5592@gmail.com 070-569 75 74	0171-548 59
Fransk konversation Staffan Wöhrne (Ej nybörjargrupp.)	Klockan 09.00-11.00. Hösten: 3/10, 17/10, 31/10, 14/11, 28/11, 12/12.	070-287 22 50 0171-577 90
Konstcirkel	Återkommer när vi fått en ledare.	
Må bra i knopp & kropp Margareta Persson	Samtal om livet. 18/9 - 27/11. Tisdagar jämna veckor kl. 9.00 - 11.00	073-372 03 94
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	Återkommer till våren vid intresse.	0708-72 07 65
Hälsa och välmående Mari Starbakovic'	I Ekan 11/9, & 9/10, på Bryggan 18/9 & 2/10. Klockan 11.00-13.00	070-585 74 38
En cirkel som handlar om hälsa och välmående! Vi gör bland annat ansiktsbehandling, handspa och fotspa. Vi anpassar delar av programmet utifrån deltagarnas önskemål. Passa på att få dig några härliga Må-bra-stunder samtidigt som du får veta hur och varför du skall ta hand om din hud.		
Disgen nybörjare Gert Lidö	15/10, 29/10, 12/11, 26/11, 10/12. Klockan 08.30-11.00.	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. Fortsättningkursen som tidigare.		
Disgen fortsättning Gert Lidö	24/9, 8/10, 22/10, 5/11, 19/11. Klockan 9.30 - 11.00.	0171-545 64
Öppen texttydning Vi tittar på gamla texter S-E Svensson, Isa Brenmark, Eva Lidö	6/9 - 29/11, torsdagar varannan vecka. Kl. 09.00-11.00.	
Skeppet sjunker Ralph Abrahamsson		070-726 63 00

Studiecirkelar:

Snacka om nyheter
Bibbi Lundgren

Sånggruppen Duromoll
Bernt Gahn

Historia
Ronny Kjellqvist

Litteratur
Göte Eriksson

Engelska
Karl-Axel Boström

Redaktionscirkeln
Barbro Larsson

Släktforskning fortsättning
Catharina Josefsson
Inger Kölestam

Nybörjare/fortsättning:

Släktforskning grupp 1
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 2
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 3
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 4
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 5
Sven-Erik Svensson

Släktforskning grupp 6
Sven-Erik Svensson

Data för noveller
Olle Atling

Våra fordon, gamla som nya
Bengt Olof Olsson. bolov.ol@telia.com

Knyppling
Ella Andersson

Hantverk
Helena Löfgren

Busk- & trädbeskrifning
Robin Welch

Män i köket "på egen hand"
Bo Lundgren

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

Vi spelar gitarr
Bo Lundgren

Dag och tid:

3/9, 17/9, 1/10, 15/10, 29/10, 12/11, 26/11, 10/12.
Klockan 13.00-15.00. Jämna veckor.

30/8 - 6/12 varje torsdag. Klockan 10.00-12.00
bernt.gahn@telia.com

11/9 - 4/12.
Tisdagar ojämna veckor kl. 9.00 - 13.00

12/9 - 4/12.
Onsdagar ojämna veckor kl. 11.00-13.00

Start 5/9 - 12/12. Bryggan.
Onsdagar kl. 13.00-15.00.

Start 25/7. Plommonvägen 10.
Onsdagar jämna veckor, 10.00-12.00

30/8 - 22/11.
Torsdagar ojämna veckor 8.30-11.00.

31/8 - 7/12.
Fredagar ojämna veckor 8.30-11.00.

24/8 - 30/11
Fredagar jämna veckor 8.30-11.00

31/8 - 7/12
Fredagar ojämna veckor 11.00-14.00.

24/8 - 30/11
Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.

31/8 - 7/12
Fredagar ojämna veckor 14.30-17.00.

24/8 - 30/11
Fredagar jämna veckor 14.30-17.00.

13/9 - 29/11.
Torsdagar kl. 15.00-17.00.

Vad vi har haft & kanske har kvar i garaget.
Klockan 13.00-15.00. 10/9, 8/10, 5/11, 3/12.

21/9 - 30/11.
Fredagar 9.00-11.00. Materielkostnad.

21/9 - 30/11.
Fredagar 9.00-11.00. Materielkostnad.

Återkommer till hösten.

5/9, 26/9, 17/10, 7/11, 28/11, 12/12.
Onsdagar kl. 17.00 - 22.00.

Anmälan:

0171-59412

0171-50206

0171-51615

0171-50024

073-5013412

0171-50749

070-5488052

070-7405335

070-7332489

070-7332489

070-7332489

070-7332489

070-7332489

070-7332489

0171-51580

0171-51061

070-4400636

0171-59965

070-7287913

0171-59412

070-9315991

0171-59412

Fysiska aktiviteter:	Dag och tid:	Anmälan:
Rullstolspromenader	Pomona onsdagar ojämbna veckor kl. 10.30.	
Qi gong. Lokal Korpen Eva Hermansson	Start 18/9. Tisdagar klockan 14.30 - 15.30. I samarbete med Korpen. 450 kronor för 10 gånger.	073-641 56 64
Vattengymnastik Kontaktperson Birgitta Pettersson	Onsdagar 18.00 - 18.45, lördagar 9.15 - 10.00 Start prel. vecka 36. Stora bassängen.	0171-500 32
Stavgång vid Granåsen Solveig Fredriksson	Start 12/9. Onsdagar 9.00 - 10.30 Anmäl dagen före om du är ny.	0171-507 43
Bowling, 110 kr/gång. 10-kort 90 kr/gång Hans Renner	Start 14/8 - 18/12, tisdagar. Grp 1, 9.40-10.55. Grp 2, 11.00-12.15. Grp 3, 12.20-13.35. Grp 4, 13.40-14.55.	070-750 32 37 0171-590 10
Bowling nybörjare Hans Renner	Anmäl intresse.	070-750 32 37 0171-590 10
Boule Medborgarhuset utomhus Sonja Fahlström, Kristina Holländer	Start 8 maj - 2 oktober. Tisdagar klockan 10.00.	073-154 83 83 070-571 12 74
Boule Skokloster Bygdegården Christer Ridderstråle	Start preleminärt 14 augusti. Tisdagar klockan 10.00 - 12.00.	018-38 60 62
Shuffleboard Skeppet Britt-Marie Pettersson	Start 4/9 - 27/11. Tisdagar 18.00 - 20.00.	0171-46 77 56
Bordtennis Karl-Åke Palm	Start 12/9 - 5/12. Onsdagar 09.00 - 10.30.	076-186 56 25
Tennis Staffan Wohrne	Intresserad? Kontakta Staffan.	0171-577 90
Golf Bo Ekberg Leif Lindberg	Prel. start 8 maj. Tisdagar kl. 09.00. Avgift: Rangebollar, spel enl. gällande avgift. Sofielunds golfklubb.	0171-591 37 070-687 63 32
Senior-Yoga Svea Sahlén	Start 27/9 - 6/12. Skeppet torsdagar klockan 08.30 - 10.00.	0171-542 19
Senior-Dans Yvonne Vojbacke	Start 20/8 - 5/11. Måndagar klockan 10.00 - 12.00.	070-795 60 37
Skidåkning Kenneth Eriksson	Återkommer till hösten. romoraf@balsta.net	
Övrig verksamhet:	Dag och tid:	Anmälan:
Bridge Staffan Wohrne	Start 22/8 - 12/12. Onsdagar kl. 12.30 - 17.30.	0171-577 90
Övningsbridge Gert-Inge Öman	Start 27/8 - 10/12. Måndagar kl. 13.00-16.00	070-932 59 91
Träslöjd på f.d. Träffen Olle Atling	Start 12/9 - 28/11. Onsdag 15.00-17.00. Ring gärna dagen före om intresse finns.	070-731 29 91
Vävning Inger Moberin	23/8 - 6/12. Klockan 09.30 - 13.00. Talltorpskolan. I samarbete med PRO.	070-323 14 18
MC-gruppen Bengt Breemark Royne Eriksson	Torsdagar klockan 10.00. Samling vid Gamla Järnvägsstationen.	073-967 64 46 070-225 49 38



Vår expedition finns på SKEPPET, Kalmarvägen 3, 746 31 Bålsta.
Öppettider måndagar – torsdagar 10.00 - 12.00.
E-post till SPF-expeditionen: spfhabo@bktv.nu
Telefon 0171-557 47.