

Medlemsforum

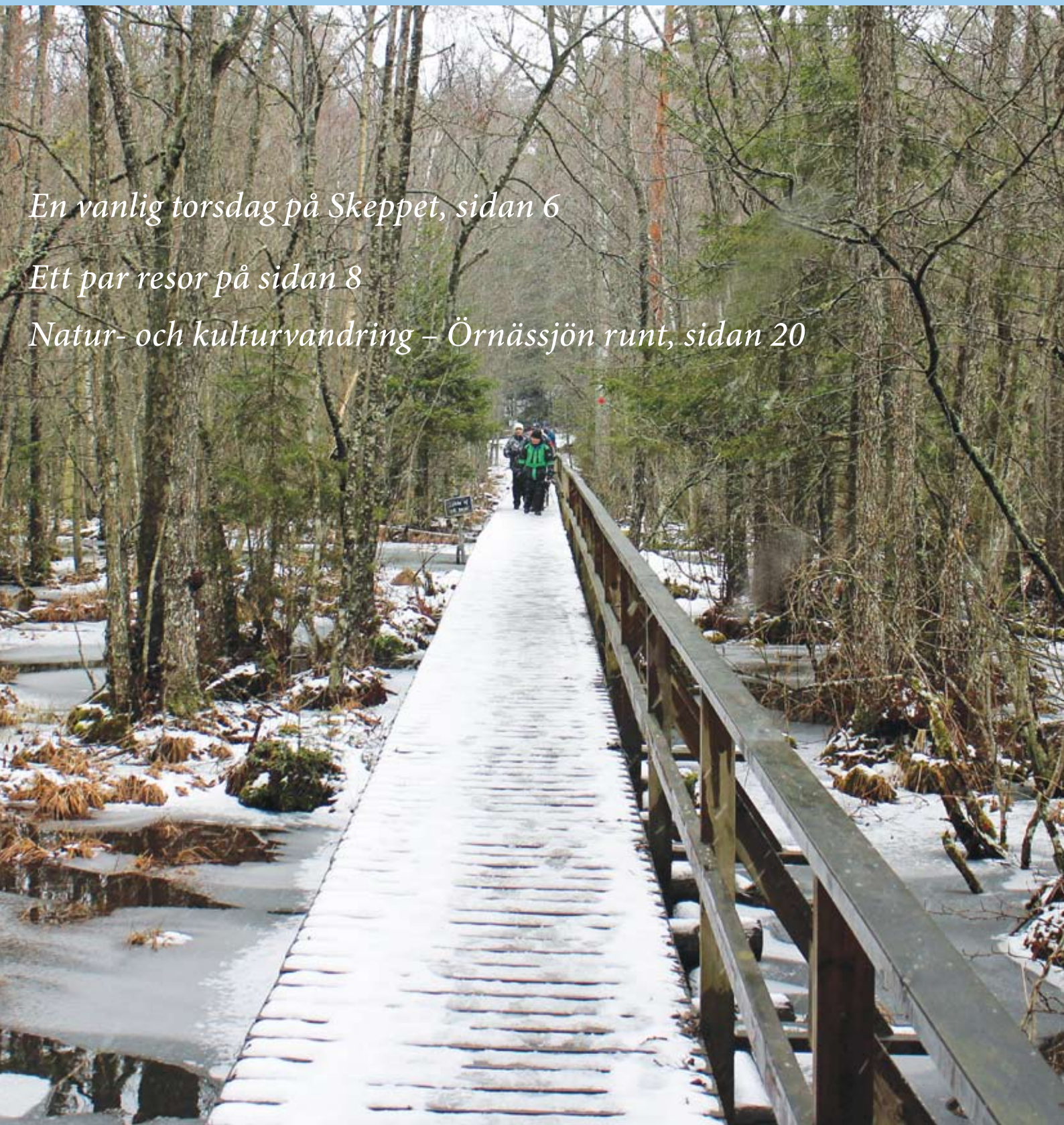
SENIORERNA

Håbo
Bålsta

En vanlig torsdag på Skeppet, sidan 6

Ett par resor på sidan 8

Natur- och kulturvandring – Örnässjön runt, sidan 20





Ordförande har ordet!

Hej alla SPF Seniorer!

Tack för ert förtroende, som jag fick på årsstämman att tillsammans med styrelsen styra skutan ett år till.

Vi har några nya som har mönstrat på, och skall vara med och jobba ombord. Det är Ingrid Kläringe och Lave Arnell som vi hälsar välkomna till oss. Jag vill även tacka Viveca och Tommy som mönstrade av.

2017 blev i många avseenden ett givande år, med nya aktiviteter på Skeppet och ett omtag när det gäller arbetet med att bygga ett nytt skepp.

Vi har jobbat på bred front i vår kommun, för att vi skall synas som förening och påverka politiker och beslutsfattare för en tryggare och roligare tillvaro.

Jag känner mig stolt över vår förening, som har över 170 medlemmar som jobbar och ställer upp för oss på olika sätt. Helt otroligt, eller?

Vi har nu ett helt verksamhetsår framför oss som är fyllt av aktiviteter, kasta loss och häng på så ses vi på Skeppet eller på någon aktivitet utanför.

Jag avslutar med en liten dikt av Nils Eric Sjödin (Ångermanland), som sneglar lite på det kommande riksdagsvalet.

Ljugarbänken:

Han källes för ljugarbänken.

Men int' lög vi väl na mer på'n hänn bänken än na annestäns.

Va dä beträff kônne vi like gött ha setä häri nan riksdagsbänk.

Vi ses!

Bo Lundgren



Pubafton 12 april. Bosses gitarrensemble..
Entréavgift 40 kronor inkluderar ost- och korvtallrik.
Dricka kommer därutöver. Även gäster är välkomna!

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Styrelsen i SPF 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
Lave Arnell, vice sekreterare, 073-352 41 15, lolavove@gmail.com
Inger Smedberg, kassör, 070-649 67 40, ingersmedberg@hotmail.com
Lars Bäck, vice kassör, 076-794 41 90, larsback01@gmail.com
Gustaf af Jochnick, ledamot, 070-815 80 45, gustaf@districon.se
Ursula Edfast, ledamot, 070-724 93 63, buedfast@gmail.com
Ingrid Kläringe, 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

*Aprilnumret av Medlemsforum utkommer vecka 15 – manus **senast den 30 mars**
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.*

E-post: medlemsforum.spfhabo@bktv.nu

Tidningen sätts i Berling 12/14.4, rubriker i Optima 19.

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

***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*

E-post till SPF-expeditionen: spfhabo@bktv.nu

Uppgifter/inlägg till hemsidan sänds till: spfhaboweb@boesha.se

***SPF Seniorerna Håbo hemsida:** www.spfseniorerna.se/habo*

Kommande månadsmöten:

22 mars. Månadsmöte klockan 13.30.

26 april. Månadsmöte klockan 13.30.

Kommande pub-kvällar:

12 april. Bosses gitarrensemble.

17 maj. Irändsk afton.

Underhållning på Pomona

i matsalen

torsdagar klockan 14.00.

15 mars	HörsOmHelst
12 april	Pancho Mihaylov
26 april	Durlaget
24 maj	Aila Mattila

Byfilosofen



Riktigt mogen har man blivit, när man finner större tillfredsställelse i att bevara en hemlighet än i att föra den vidare.

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.

Ring Fernando Mena, 574 84 eller Gustav Körner, 592 95, 070-683 78 72, eller kom ner till Pomona på onsdag ojämn vecka klockan 10.30.



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 Färghandel Colorama
- % 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.
- % Klipphörnan
- % Konditori Solslätten
- % 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?



Mitt första möte med SPF

Det var vid Håbo festdag då jag kom att prata med några trevliga damer som jag bestämde mig för att bli medlem i SPF. När jag fick det första numret blev jag imponerad av det stora utbytet av studiecirkelar och annan aktivitet och jag bestämde mig för att prova på i kören. Men tyvärr insåg jag med detsamma att min röst inte är vad den har varit, så jag gav upp. Dessutom är min dåliga hörsel ett hinder.

Men eftersom jag har svårt att låta bli att rimma när jag blir inspirerad så kunde jag inte låta bli att svänga ihop en sång till kören. Jag hade inte blivit ledsen om man inte ville sjunga den, men det var roligt att kören sjöng den vid novembermötet och att alla sjöng tillsammans dessutom än en gång. Jag kände mig riktigt hedrad.

Visst var det Lasse från Sura!

En annan kul grej hände vid det mötet. Jag hade läst i medlemsforum att Lars Bäck från Surahammar var invald i styrelsen. Jag tänkte att det kanske är Lasse som växte upp på samma gata som jag och var lekkamrat med mina bröder. Så jag tog med mig några foton av kvartersgänget med mina bröder och en som jag trodde var Lasse. De var i 6-7 års ålder då. Men hur skulle jag hitta honom bland alla dessa människor?

Rara Britt-Marie, som har visat mig så mycket omtanke, tog hand om mig och lyckades hitta ett bord med en ledig stol. När jag hade satt mig sträckte mannen bredvid mig fram handen och sa – Lasse Bäck! Och visst var det Lasse från samma gata som jag och visst kände han igen sig på korten. Fantastiskt sammanträffande!

Vill du ha en personlig sång eller tal på vers?

Eftersom jag har skrivit ett antal sånger och tal de sista 30 åren, nämnde jag på mötet att jag fortfarande gärna skriver något till jubileum eller bröllop – en personlig sång eller kanske ett kul tal på vers. Hör av dig om du är intresserad, ge mig några uppgifter, så skriver jag i mån av tid. Här är sången som sjöngs vid mötet:

Vi i vårt gäng

Var i Bålsta finns nu den
rätta sammanhållningen
och den bästa stämningen
jo, i vårt gäng.
Varje torsdag träffas vi
sången ger oss energi
skapar härlig harmoni
nästan som magi.

Här finns Bernt med handklaveret
är vår räddning, som vi ser'et
vi vet säkert att han gör'et
gott försök till toppen - kör!

På vårt möte här ida
vill vi hylla er, jaha
för ni gör ju allt så bra
just som de ska va.
Bosse är vår direktör
Kent han skriver som sig bör
Ekonomisk konnässör
Inger – vår kassör.

Alla älskar vi musiken
Bo och Jocke har tekniken
Pancho är ju en unik en
med sin sång och pianospel.

Säkert inser alla att
många gör vårt liv så glatt
för vår cirkelledar - skatt
lyfter vi vår hatt
Det vi älskar allra mest
det är när det bjuds till fest
Vi har funnit i vår test
SPF är bäst
ja, SPF är bäst

Birgitta Larsson
018-386907

En vanlig torsdag på Skeppet

Det var månadsmöte den 25 januari med ovanligt många besökare. I lokalen befanns sig hela 101 personer inklusive de 9 inbjudan gästerna.

Efter att Elisabeth Andersson hälsat alla välkomna tog Bo Lundgren, vår ordförande till orda och berättade en del om styrelsens arbete och nämnde speciellt alla de möten som hålls med Håbo kommun om ersättningslokaler för Skeppet, när det har sjunkit. Dessutom bjöd Bo in alla medlemmar till vår årsstämma den 14 februari som hålls i Fridegårdsscenen.

På filmduken bakom Bo rullade ett antal bilder som bland annat beskrev en kommande resa i september till Rom och Sorrento, en fin vandring den 13 februari runt Örnässjön och mycket mera av intresse.

Snart steg tre damer från vår förening upp på scenen, först Åsa Öman som informerade om våra studiecirklar, sedan Ursula Edfast som berättade att SPF Seniorerna säljer Bålstas Bästa för 200 kronor varav 100 kronor tillfaller föreningen. Sist ut var Elke Merkel Ragnarsson som bjöd in alla intresserade till en resa under början av april med Berlin som mål med många fina stopp såväl på vägen till Berlin som under hemresan.

Fler kvinnor klev fram och hade mycket att berätta!

Kathy Wiberg, Håbo bibliotek hade en hel del att informera om och det jag minns bästa är att man kan boka sin egen bibliotekarie i upp till en timme samt att om man har blivit ofärdig på något sätt kan man låna sina böcker per telefon och få dessa hemtransporterade till sin bostad utan kostnad.

Kathy slog också ett slag för alla de evenemang som biblioteket anordnar och delade ut vårens programblad.

Tina Tiefensee Lüning med den långa titeln "Ombudsman för dig som är äldre eller har en funktionsnedsättning" berättade om de möjligheter vi har att få hjälp med allehanda uppgifter som kan uppstå när man fått problem. Det var många uppgifter Tina hade på sitt bord, allt från hjälp med blanketter till medföljare vid läkarbesök.



Bo Hansson lade ut några bra länkar på vår hemsida direkt efter månadmötet.

Kaffe med gott dopp kom fram snabbt och elegant och nu blev det dags för Håbo musikskola att underhålla oss. I inbjudan till månadmötet stod att det skulle bli storbandsjazz men Anders Nilsson, lärare på musikskolan, berättade att det hade varit svårt att få loss så många elever under ordinarie skoltid.

Orkestern bestod av 4 elever, Nova Flink sång, Sofia Kinnman altsax, Gustav Huovilla tenorsax och Pontus Lardner bas.

Dessutom deltog tre lärare, Klas på bas och trombon, Fredrik på trummor samt Anders på piano.

Orkester framförde 5 bejublade låtar där alla elever fick sina egna solon och många kommer nog att minnas de fina basgångarna, saxsolona och Novas fina röst. Man blev nästa lite rörd över att dessa ungdomar spelar den musik vi lyssnade på en gång under 60 och början på 70-talet och på det sätt de gjorde det!

Naturligtvis bjöd de på ett extranummer.

Ännu en gång har Programkommittén ordnat en trevlig och innehållsrik eftermiddag för oss på Skeppet.

Kent Magnusson



Nova



Sofia



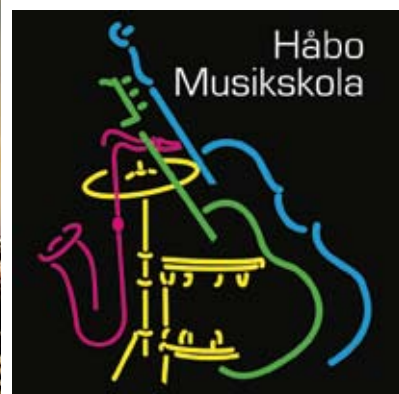
Gustav



Pontus



Musikskolan





Resa till Västerås

Tid: Tisdag 15 maj.

Program:

09.00 Avresa Bålsta (gamla jvstn, bussterminalen, Kalmar Livs).

10.00 Guidad visning av Domkyrkan.

12.00 Lunch Hässlö Vårdshus.

13.00 Flygmuseum guidad visning (simulatorflygning J35 Draken, DC 10, JAS 39 Gripen, **pris erhålles vid anmälan**).

Kaffe med bulle

15.30 ca Återresa Bålsta.

16.30 ca Ankomst Bålsta.

Pris: 450 kronor, ej medlem 500 kronor i mån av plats (Buss, guidning, lunch.)

Anmälan till Lennart Carlsson, 18 april klockan 09.00 (gäller även email), 070-569 75 74, lennart5592@gmail.com



*Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Följ med på galopplunch på Bro Park 25 april



Vi åker buss till Bro och blir där mottagna och sakkunnigt guideade i stallarna. Därefter äter vi en lunchbuffé och kan sedan från restaurangen bevittna och, om så önskas, spela på några av loppen på banan.

Tidtabell:

- 10.30 - Bussen avgår från gamla järnvägsstationen och stannar sedan vid bussterminalen och Kalmar livs (nära Skeppsrondden).
- 11.00 - Besök i stallarna.
- 12.00 - Lunchbuffé.
- 12.20 - Galopptävlingarna börjar.
- 14.00 - Bussen avgår mot Bålsta.

Kostnad för buss, guidning och buffélunch: 270 kronor (320 kronor för icke medlem i mån av plats). Anmälan till Kerstin Adestedt från klockan 9.00 den 22 mars, tfn 070-346 08 90 eller e-post: kerstin.adedstedt@gmail.com
Ange namn, telefonnummer, e-postadress och påstigningsplats.



Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan

Studiekommitte'n

Åsa Öman från Studiekommitte'n har besökt några av SPFs cirklar och fångat dessa på kort. Flitens lampa har lyst, datorerna gått varma och hälsan för kroppen var välbesökt.

Text och foto: Åsa Öman



Släktforskning med Catharina Josefsson och Inger Kölestam.



Sånggruppen Duromoll med Bernt Gahn.



Hälsa och välmående med Mari Starbakovic´



Släktforskning med Sven-Erik Svensson.



Knyppling med Ella Andersson.



Hantverk med Helena Löfgren.

En annan torsdagskväll på Skeppet

Det är mycket som kan locka våra medlemmar att komma till Skeppet en helt vanlig torsdagskväll. Pilsner och korv kan nog vara en ursäkt för att komma hit!

Nästan 60 personer kom för att titta på en gammal svart-vit film den 22 februari. I pausen bjöds det på korv i bröd och en god pilsner. Några var för unga och andra körde bil men det fanns något att dricka för alla.

Kön i pausen var lång men det fanns gott om att äta och dricka, tror alla var mätta och nöjda innan filmen fortsatte.

Korven serverades som vanligt av våra "korvmadamer" i luckan mot köket och naturligtvis var det "Bullens pilsnerkorv" som det bjöds på.

Det var ju vecka 8 och Uppland hade sin sportlovsvecka så någon mormor/farmor tog med sig sitt barnbarn till föreställningen. Simon, 11 år, tyckte att det var för mycket kärlek och sång och ville gärna gå hem efter att ha smakat korven och därtill hörande dricka i pausen.

Vi andra stannade kvar och såg slutet av filmen men jag undrar om de verkligen fick varandra?

Ett stort tack riktas till Program-kommittén för en trevlig kväll med en hel del skratt åt de gamla skämten eller som någon sa "Nu förstår jag vissa uttryck som mina föräldrar använde".

Kent Magnusson



Natur och kulturvandringar under vintern och våren

Dags att ta fram almanackan och boka in vintern och vårens vandringar. Vi startar som vanligt vid Smultronställets närköp (gamla PIA närköp) klockan 09.30 och efter ett antal kilometer tar vi paus med kaffe från ryggsäcken. Vi avslutar våra vandringar vid startplatsen. Ibland samåker vi från parkeringen till starten av vandringen.

Notera följande datum:

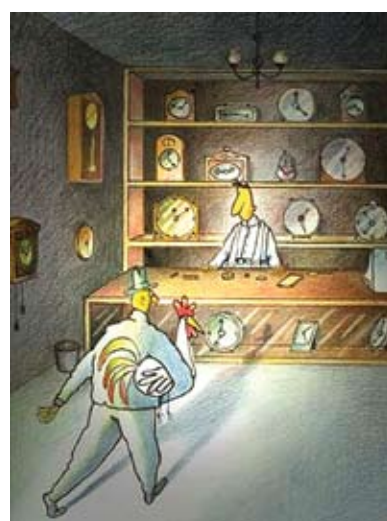
20 mars, 24 april, 15 maj och den 12 juni.

Var promenaderna kommer att ske är ännu så länge en hemlighet men kommer att framgå av inbjudan till respektive vandring.

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

Välkomna!

Kent Magnusson



Redaktionen önskar en Glad Påsk!

Snart dags att ställa om tiden igen!

Välkomna till månadsmöte 22 mars klockan 13.30 på Skeppet

Program:

Bo Lundgren presenterar vår nya styrelse.

Sven Nilsson kåserar och visar bilder från en seglats i Västindien.

Dessutom lite information om vissa av våra verksamheter.

Allt detta samt kaffe med dopp för 40 kronor.



*Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Hej du som besöker Skeppet!

Vi behöver bli fler i köket/cafét.
Det gäller några timmar på förmiddagen eller eftermiddagen varannan vecka.

Uppgiften består av att göra smörgåsar och koka kaffe.

Vi är alltid i sällskap med någon dvs. alltid två personer i köket samtidigt.

Du som har några timmar "extra" under dagen kom och delta.

För visst vill vi ha cafét kvar?

Vill du ha mer information, hör av dig till
Eva Fogelberg, telefon 0171-506 61 eller
mobil 073-801 43 94.

Februari 2018. Hälsningar "cafédamerna".



Medlemmar i SPF Håbo har alltid rabatt: 300 kr på flerdagsresor

Fyra huvudstäder Budapest Wien Bratislava Prag
ons 2/5, 9d, buss, hotell m frukost, 7 middagar, alla arr. 8 990 kr

Polen Warszawa-Krakow-Auschwitz
må 21/5 7d, buss, hotell, 6 frukost & 5 middagar, besök Auschwitz. 7 490 kr

Sommarkryssning - Kiel
ons 6/6, 3d, med Stena Line, 2 frukost & middagsbufféer. 3 250 kr

Midsommarresa Guldriket, Inlandsbanan Höga Kusten
ons 20/6, 6d, buss, hotell, halvp, alla arrangemang. 7 770 kr

Norska Fjordar & Fjäll ti 10/7, 5d 6 890 kr

Hardangervidda to 26/7, 4d. 4 690 kr

Finland - tusen sjöars land
sö 22/7, 8d, buss, båt, hotell, halvp, alla arr. 9 990 kr

Skottland med Edinburgh Tattoo
to 16/8, 7d, flyg, hotell m frukost, 4 middagar, alla arr. 13 490 kr

Rundresa på Sicilien Agrigento, Taormina, Etna, Palermo
fre 31/8, 8d, flyg, hotell, halvp, alla arr. 11 990 kr

Franska Rivieran Menton - citronernas stad
ti 4/9, 6d, flyg, hotell. 8 450 kr

Gotland Visby Fårö Hoburgen
Vi gör utflykter både till norr med besök på Ingmar Bergmans Fårö och söderut till Hoburgsgubben.
23/8, 4d, buss, hotell, båtresa. 5 280 kr

TEATERRESOR I HÖST! rabatt 50 kr/medl
"Så som i himmelen" to 4/10 995 kr
"Peter Jöback - Med hjärtat som insats" to 11/10 1 195 kr

NORD SYD RESOR Tel 018 474 49 44 0171 35663
NORD SYD FLYG OCH BUSS AB må-fre 9 -12 & 13 -18
info@nordsydneyresor.se
www.nordsydneyresor.se

Medlemmar i SPF Håbo har alltid rabatt: 300 kr på flerdagsresor

Florida med kryssning i Karibien

Resan börjar med fyra dagar i Fort Lauderdale i Florida där sol och bad varvas med utflykter som kanaltur och Everglades. En av kvällarna åter vi gemensam middag på den välkända restaurangen Mai-Kai. På resans femte dag går vi ombord på Celebrity Cruises fartyg "Reflection" Nu väntar en härlig 11-nätterskryssning. Under den högklassiga rutten besöker vi Grand Cayman, Colombia, Panama, Costa Rica och två stopp i Mexico. Innan hemresan stiftar vi också bekantskap med Miami, en stadsrundtur med skandinavisktalande guide innan hemresan påbörjas.
fr 2/11, 16 dagar, flyg, hotell, insides hytt, mm. 29 780 kr

Kina Peking - 8 dagar

Följ med på en spännande resa till Kinas huvudstad Peking. Under dagarna här får vi uppleva många berömda sevärdheter som exempelvis Kinesiska Muren, Den Förbjudna staden, Himmelska Fridens Torg, Sommarpalatset m. m. Vi besöker också någon av de många marknaderna där man kan fynda bland de många butikerna. Här finns ett enormt utbud av såväl kinesiskt hantverk, siden, pärlor, te som kläder klockor, skor m. m. När man beskriver Peking gör man det gärna genom att räkna upp den väldiga stadens alla sevärdheter. Det är inte underligt eftersom några av världens absolut främsta sevärdheter finns just här. Flera av dem finns med på UNESCO:s världsarvslista. Bli imponerad och fascinerad av deras storslagenhet!

to 15/11 8d, flyg, hotel, frukost och middagar, fem luncher, alla arrangemang, svensktalande lokalguide, Visum tillkommer. 12 690 kr

LIGGA STILLA RESOR

Spanien Andalusien 8 dagar ti 2/10, halvp 7 990 kr

Kroatien- Istrien 8 dagar, lö 29/9, halvp 7 990 kr

NORD SYD RESOR Tel 018 474 49 44 0171 35663
NORD SYD FLYG OCH BUSS AB må-fre 9 -12 & 13 -18
info@nordsydneyresor.se
www.nordsydneyresor.se

Varför så många fördomar?

Signaturen "Anhörig" har skrivit en insändare i ICA-kuriren nummer 8. Jag har liknande erfarenheter och tycker att det är träffsäkert skildrat.

Jag har levt i ett bra äktenskap i 39 år med en fantastisk fin man. Han är 20 år äldre än jag, och de senaste tre åren har jag varit anhörighetsvårdare, utan att tänka att jag var det. Jag yrkesarbetar fortfarande och har några år kvar till pensionen.

Vår situation har förändrats successivt. Min make har haft svår ångest och ett enormt kontrollbehov. Han har nattvandrat, inte vågat gå ut och så vidare. Jag har inte sovit en hel natt på tre år på grund av detta men alltid tänkt att det är av kärlek jag hjälper honom.

Förra sommaren blev han svårt fysiskt sjuk och låg på lasarett länge. Då klappade jag ihop och sov i tre veckor samt blev nedstämd och fick diagnos utmattning.

Då tog läkaren beslutet att han skulle få komma till ett korttidsboende. Han trivdes från första dagen och mår så väl av att bara ha sig själv att tänka på. Han har blivit mycket gladare, njuter av att samtala med andra, och har nu bestämt att han inte vill flytta hem igen, men att han vill komma på besök. Jag har gjort mitt livs kärlekshandling och låter honom få ha det gott den tid som är kvar.

Men vad händer? Jo, en del i omgivningen fördömer mig och tycker synd om min man som inte får bo hemma. Detta gör mig så ledsen. Tack och lov finns det andra som säger "tänk nu på dig själv och ta ansvar för ditt liv", vi ser ju att han är glad.

Varför ska det finnas så mycket fördomar om att bo i "särskilt boende" när hemmet blir ett fängelse och tryggheten finns på annat håll? Min man älskar att bli "klappad" på 3-4 gånger per natt av personalen. Det ger honom trygghet och han nattvandrar inte längre. Vi hörs per telefon flera gånger per dag och jag besöker honom varannan dag i dagsläget.

Kan vi inte hjälpas åt att avdramatisera eventuella flyttar till olika boenden? Det passar inte alla att till vilket pris som helst "bo hemma" med stora hemtjänstinsatser. Hemma kan också vara ett "särskilt boende"!

Barbro Larsson



SPF seniorerna trygghetsringning är tillgänglig för alla!

Den som ansluter sig ska varje dag före klockan 10.30 ringa en telefonsvarare och meddela att hon/han är på benen. Om detta inte gjorts när en SPF-are lyssnar av svararen, kontrolleras omedelbart om något inte står rätt till. Därför ska den anslutne uppge anhörig eller granne som skall kontaktas om hon/han inte har ringt och inte svarar i telefon.

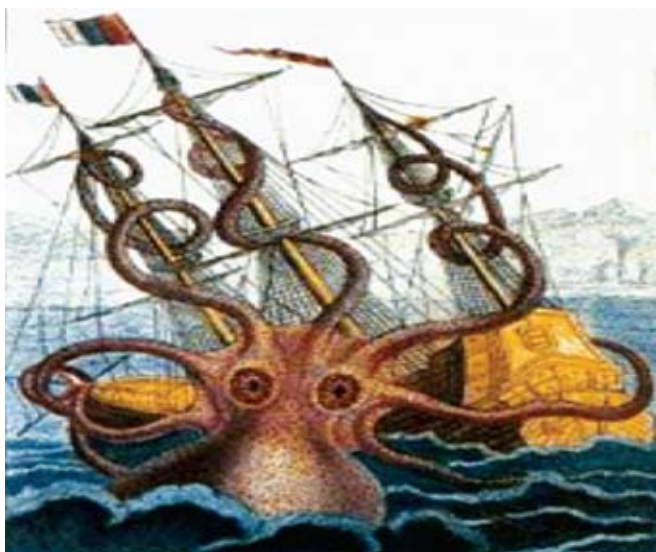
Det är helt kostnadsfritt! Det sköts idéellt av SPF med visst bidrag från Håbo kommun.

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.

Ring Lars Hallberg 0171-51535 för mer information och / eller anmälan.

Skeppet sjunker!



Nära 2500 pensionärer bedriver aktiviteter i Skeppet som så sakteliga håller på att dras ned i djupet. En kula som släpps vid södra väggen i stora salen rullar med tiden allt snabbare mot scenen. Golvet ”däcket” och hela Skeppet sjunker så sakteliga ned i dyn.

Våren 2017 gick pensionärsföreningarna samman och startade upp ”Skeppet sjunker projektet”. De som jobbar i projektet är Bo Lundgren (ordförande SPF), Peje Josefsson (SPF), Kjell Dufvenberg (ordförande PRO), Ulf Lundgren (ordförande finska föreningen) Bo Koch (finska föreningen), samt Ralph Abrahamsson (SPF).

Målet för gruppen, är att snarast försöka få fram ett nytt ståligt skepp, så att vi kan fortsätta bedriva våra verksamheter för ett aktivt liv efter pension.

Den 26 september 2017 hade vi möte med Agneta Hägglund (S) som till fullo förstod vår oro inför framtiden. Hon lovade att ta upp ärendet på nästa KSAU. Strax efter mötet fick vi följande mail från Agneta.

Hej Vänner.

Jag har idag på KSAU yrkat på följande förslag:

1. Påbörja utredningen av ersättningslokal för SPF, PRO och Finska föreningen m.fl.
2. Utredningen skall genomföras i nära samarbete med de berörda föreningarna.
3. Förslag skall vara klart senast april 2018.

Den 23 oktober 2017 träffade vi Carina Lund (M kommunalråd) och Per Nordenstam (kommundirektör) i samma ärende. Vi diskuterade ombyggnad av Skeppsgården och övriga befintliga potentiella lokaler. Per pekade på svårigheterna och kostnadssidan av föreningsverksamheten enligt en nyligen genomförd utredning och att det kan bli svårt och ta tid att få fram ersättningslokal.

Den 21 november 2017 mötte vi VD Håbohus Mats Norrbrand och styrelseordförande Leif Zetterberg. De informerade oss om att Håbohus vill bygga nytt kontor på Skeppsgårdens tomt men att man kan tänka sig att i den lokalen även inrymma lokaler som svarar mot de krav vi ställer på ”Skeppets” ersättare.

Den 17 januari 2018 hade vi möte med Karin Gustavsson, (tf. fastighetschef) som vi kallat till möte. Vi ville få till stånd utredningen i enlighet med Agnetas förslag 3/9 2017, tiden börjar rinna iväg med tanke på att utredningen ska vara klar april 2018. Karin kom till mötet med Mats Norrbrand VD Håbohus.

Vi tryckte på att vi vill ha en oberoende utredare och att denne tillsammans med oss specificerar lokaler som svarar mot vårt behov. Detta enligt beslut i KSAU 3/10 och i KS 26/11. Vi kom överens om att vi ska göra en sammanställning över omfattningen av våra verksamheter och då Karin fått den överlämnar hon den till en arkitekt för genomförande.

Vi kommer att kontinuerligt rapportera det som händer i ärendet via våra medlemstidningar.

Ralph Abrahamsson

”För projektet SKEPPET SJUNKER”

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. Värdeinsknipning 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.

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

Konditori Solslätten

Stockholmsvägen 32, 746 33 Bålsta
Telefon 0171 - 556 88

Vi hjälper dig med tårter, bakverk och smörgåstårter.
Alla SPF-pensionärer har 10% på hela vårt sortiment
mot uppvisande av medlemskort.

Välkommen!

BBM 
I BÅLSTA

Bista Bil & Motor AB
Helgövägen 1 Telefon: 0171-57000

Allbilverkstad
Däck service
SAAB-Parts
Reservdelar
Anslutna till MECA
M  CA

10% rabatt på arbete vid
uppvisande av SPF-medlemskort.

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 pensionärer.
Jag gör hembesök.

Jag erbjuder nu även zoonterapimassage.



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

Svend Asmussen var en riktig speleman

Han var den sista av jazzens stora underhållarna. Tillsammans med Alice Babs och Ulrik Neumann bildade de trion Swe-Danes. I mer än 75 år stod han på scenen och underhöll trogna jazzentusiaster runt om i Skandinavien och Internationellt. Men tre veckor före sin 101 årsdag gick han ur tiden.

Svend Harald Chistian Asmussen föddes den 28 februari 1916 och lär ha sagt inför sitt 100-årsfirande: "Om jag inte haft så bråttom att komma till världen, utan väntat en dag, då hade jag bara fyllt 25 år idag." – eftersom 1916 var ett skottår.

Asmussen växte upp i Köpenhamn. Vid sjuårsålder började han ta violinlektioner och som suttonåring började han sin karriär som musiker. Det var inte alls populärt i den högborgerliga familjen, som tyckte att tandläkare varit ett mera passande yrke.

I slutet av augusti 1943 blev Asmussen oväntat beskyldd för spioneri av nazister, som ockuperat Danmark sedan den 9 april 1940. De satte honom i fängelse på vatten och bröd, men fann naturligtvis inga bevis och efter en tid var de tvingade att släppa honom på fri fot.

Efter krigsslutet 1945 blev Asmussen snart en världsartist av rang och började uppträda på olika kryssningsfartyg tillsammans med bland andra Josefin Baker och Fats Waller. Ganska snart började Benny Goodman, också kallad The King of Swing, bli intresserad av den skickliga violinisten, men Asmussen tackade nej till drömjobbet med motiveringen att han hellre ville spela med sin egen grupp.

Först 1960, drygt tio år senare, fick amerikanerna möjlighet att lyssna på The Fidding Vikings, som Swe-Danes trion kallade sig under turnén i USA. De ansågs vara bland det absolut främsta man kunde få uppleva i underhållningsbranschen på den tiden. De var oerhört skickliga men dessutom också humoristiska showartister.

Svend Asmussen gjorde sig tidigt ett namn i Sverige och spelade bl.a. med Jan Johansson, Putte Wickman och Ivan Renliden. Senare i karriären spelade han även med Duke Ellington, Count Basie, Herbie Hancock, Edith Piaf, Victor Borge, Toots Tideman och ackompanjerade även Eric Erikssons kammarkör.



Svend Asmussen 90 år i Tivolis Glassal.

Swingjazzen blev hans främsta kännemärke. Sven Asmussen hade en säker teknik och en oerhörd musikalisk fantasi. Han var dessutom en mycket framstående showartist där humorn var av stor betydelse i hans framträdande.

Vid 95-års ålder drabbades han plötsligt av blodpropp som tyvärr nedsatte hans rörelseförmåga i höger arm och som han själv uttryckte det, "var det den som utförde det konstnärliga musicerandet" – därför tvingades han sluta spela.

Svend Asmussen var gift två gånger. Äktenskapet med Annegrete varade i 62 år, tills hon avled i cancer. Efter en tid gifte han om sig vid 94 årsålder med amerikanskan Ellen (Bick) som var en nära bekant och bosatt i Danmark sedan många år.

De sista tolv åren bodde de under vinterhalvåret i Sarasota i Florida och den övriga tiden i sitt hus i Dronningmölle vid Gilleleje, väst för Helsingör.

Hela hans liv var präglad av musik och slutade precis som födelsedagssången, "Ja, må du leva uti hundra år".

Arne E Due



PRO

SENIORERNA

Håbo
Bålsta

Välkomna till Skeppet måndag 26 mars klockan 14.00.

Vilka försäkringar behöver vi på äldre dar?



Anna-Karin Baltzari Danfors, känd bland annat som försäkringsexpert i radioprogrammet Plånboken i P1 och dessutom chef för Konsumenternas försäkringsbyrå, kommer till Skeppet för att informera oss om försäkringar.

Vad kan vara viktigt att tänka på när man gått i pension? Vilka försäkringar behöver vi och vilka kan vi vara utan? Konsumenternas försäkringsbyrå ger privatpersoner oberoende fakta och vägledning inom försäkringsområdet.

Välkomna till ett givande informationsmöte hälsar pensionärsföreningarna på Skeppet.

PS
Vi bjuder på fika!

Välkomna att följa med på vårens första stadsvandring tisdag 3 april.

Vi träffas klockan 8.40 vid pendeltåget och reser med tåget till Stockholms City. Efter fikapaus på Kafferepet besöker vi Klara kyrka med omnejd, går vidare mot Rosendal och Riksdagshuset, passerar Gustaf Adolfs torg, tittar in i Jakobs kyrka, strövar längs Strömka-
jen och Nybrokajen, går längs Biblioteksgatan och avslutar på något lunchställe vid Sergels torg.

Anmälan görs till Elisabeth tfn 515 75, Eva tfn 545 64 eller Margareta tfn 577 90.



*Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan*

Succéartat framträdande på Skeppet!

Det var nog inte många som hade en aning om vad som skulle bjudas på under PUB-kvällen den 8 februari.

Priset hade höjts för tallrikarna med tio kronor men det var känt sedan annonsen i Medlemsforum. I och för sig var det också känt att orkestern har namnet Pommac Duo men inte var det många som hade hört talas om dem.

Programkommittén hade verkligen lyckats med att skapa en riklig och smakfull tallrik. Alla 80 tallrikarna som hade preparerats gick åt!

Stämningen i lokalen var god och många var samtalen om de senaste händelserna men det var inget mot vad som hände när Pommac Duo drog igång underhållningen.

Alla sjöng med och höll takten med både händer och fötter. Att två yngre killar kan få nästa alla seniorer att ge stående ovationer har väl aldrig hänt tidigare på Skeppet.

Deras låtskatt var stor, allt från Cornelis till Elvis och mycket däremellan fick vi njuta av. Mest imponerande var nog att solisten lyckades låta nästan som originalartisterna.

Publiken önskade fler och fler nummer men till slut bad Pommac Duo att få plocka ihop sina instrument för de skulle fortsätta mot Trysil efter spelningen hos oss.

Vilken kväll vi hade!

Kent Magnusson och Bo Hansson



Natur- och kulturvandring – Örnässjön runt

Vi samlade ihop oss i så få bilar som möjligt när vi lämnade PIA-närköp i Bålsta för att ta oss till parkeringen vid Lillsjön i Kungsängen den 13 februari.

Målet med dagens vandring var att ta oss runt Örnässjön, en sträcka på cirka 6,5 km. Vid starten av vandringen fick vi veta en hel del om tillkomsten av naturreservatet och vilken typ av vegetation som vi skulle träffa på under vandringen.

Efter att vi lämnade parkeringen snuddade vi vid Lillsjöns norra del innan vi vandrade in i en fin skog utefter det motionsspår som kantas av en frisbee-bana. Tätduon var lite ouppmärksam och missade den lilla stig vi tänkt gå men det gav oss möjlighet att upptäcka fortsättningen av motionsspåret som har en fin dragning utefter Örnässjön fram till en annan entré till den långa spång som vi hade planerat att gå på.

Vegetationer runt spången är ganska unik, kallas för lövsumpskogen. En liten bäck, för att inte säga sumpmark, förbinder nämligen Örnässjön med Lillsjön.

Vandringen fortsatte under trevlig samvaro i ett väder som var sisådär men vi hade mestadels vinden i ryggen.

Vi förundrades över alla de stora hus som ersatt de små sommarstugorna här ute i "ingenstans", fast motorvägen ligger förstås nästgårds. Klockan var gått och väl 11 och kaffet lockade verkligen. Strax innan Örnäs säteri finns en läktare som tydligen används för åskådare vid dressyr och/eller hopptävlingar vilken passade ypperligt för vår kaffepaus.

Att det också kom ut en del hästar med rytare i "ovädret" var en överraskning.

Information om Örnäs säteri och den produktion av sylt och saft som förevarit här har inte varit lätt att hitta men en del fick vi i alla fall veta.

Med omvägen hade de 21 deltagarna avverkat cirka 8 km innan vi var tillbaka till parkeringen vid Lillsjön.

Elisabeth Andersson och Kent Magnusson

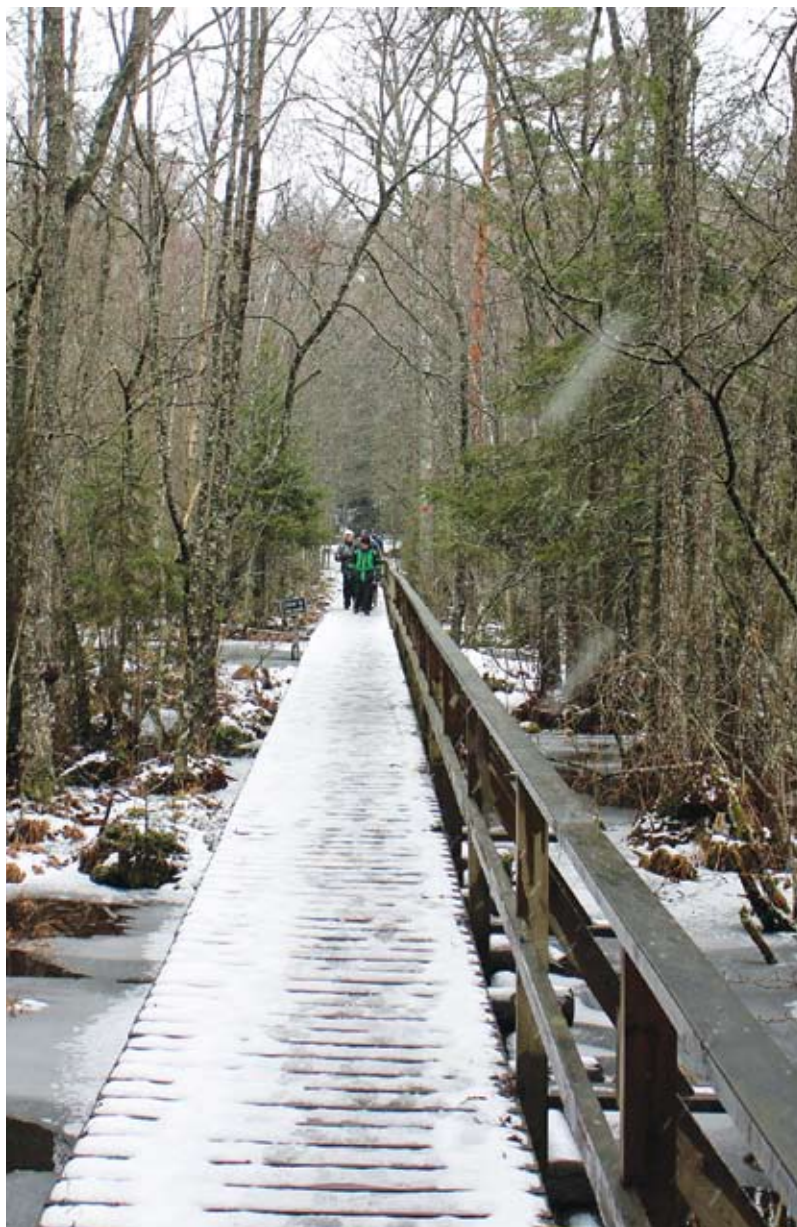




Foto: Rolf Davidsson

Besök på Stadsteatern och My fair lady den 14 februari

Musikaloperetten My fair lady har nästan alla sett tidigare och har sina minnen från olika uppsättningar, kanske med Ulla Sallert och Jarl Kulle.

Nu, cirka 50 år senare, fick vi i SPF Håbo uppleva en ny och modernare version. Enligt annonsering skulle Johan Rabéus och Magnus Ugglas medverka, men Magnus Ugglas råkade ut för sjukdom och kunde inte vara med. Björn Kjellman ersatte honom som Doolittle. Det visade sig också att Johan Rabéus alternerar med två andra skådespelare som professor Higgins. Denna kväll spelades den rollen av Rolf Lydahl, en mångkunnig musikalartist. Båda ersättarna gjorde mycket bra insatser och de ordinarie skådespelarna saknades inte mycket.

En modern version av ett skådespel kan uppfattas på olika sätt, och här hade regissö-

ren lyckats bra med att få fram grundtanken. Alla skådespelare var goda sångare och orkesttermusikerna, som satt längst bak på scenen var mycket duktiga. Tyvärr var det i särskilt två musikstycken lite för hög ljudnivå, vilket gjorde att texten nästan försvann. Men för övrigt samklangade musiken bra med sångerna.

Texten var nyöversatt och man hade fått med "Den spanska räven" utan ändring men översättningen av "med en gnutta flax" var inte så lyckad. Elizas roll är inte så enkel att spela och sjunga men Nina Zanjani lyckas från att vara en liten osäker blomsterflicka till att bli en sofistikerad dam. Hon har också en mycket fin röst som framhäver denna roll.

Vi skall inte heller glömma Robert Fux, som axlar överste Pickerings roll på ett förnämligt sätt.

Text: Eva Lidö. Foto: Gert Lidö.



(bli inte förskräckt, det handlar om mer jordnära ting än fallskärmschopp)

Välkommen till temadagen

Trygg och aktiv vardag

Skeppet torsdag 12 april kl. 14-17

Utställning - Presentationer - Föreläsningar

Läs mer på vår hemsida
www.spfseniorerna.se/habo



**Välkomna att följa med till
FILMVISNING på Anders Hansers biograf
måndagen den 16 april då vi ska se
Benny Andersson & Orsa Spelmän 30år.**

Vi kommer att se ett bildspel om Benny Andersson & Orsa Spelmän 30 år.

Förfilm blir ett kortare bildspel om Orsamålet.

Föreställningen tar ca 1,45 timme inklusive paus, då vi serveras 1 glas vitt vin alternativt alkoholfri cider.

Efter föreställningen äter vi lunch på The Londoner.

09.30 Avfärd med buss från gamla järnvägsstationen, stopp vid Bussterminalen, Kalmar Livs.

11.00 Föreställning på Hansers biograf, Nybrogatan 60.

12.45 Föreställningen är slut.

13.00 Lunch.

15.30 Hemkomst.

Pris 460 kronor inkluderar buss, lunch, filmföreläsning, 1 glas vin eller cider / medlem och 510 kronor för icke medlem i SPF Seniorerna Häbo.

Välkommen med anmälan från den 21 mars klockan 9.00 (gäller även mail) till Lisbeth Nilsson, telefon 073-929 06 61 eller e-post: lisbeth.nilsson@lisy.se

Sista anmälningsdag är den 31 mars.

Icke medlemmar får medfölja i mån av plats. Bokningsbekräftelse med betalningsanvisning skickas efter anmälan.



Kulturarrangemang i samarbete med
Studieförbundet Vuxenskolan

Årsstämma

Det var Alla hjärtans dag när 104 medlemmar samlades i Fridegårdsskolans aula för att lyssna på vad styrelsen och föreningen haft för sig under 2017.

Vår ordförande, Bo Lundgren hälsade alla "hjärtligt" välkomna till årets stämma och introducerade årets stipendiater från Håbo musikskola. Stipendiaterna var Jason Smit och Wesiyanee Sringam. Jason spelade saxofon och Wesiyanee sjöng och de båda ackompanjerades av Stefan Karlberg på piano.



Wesiyanee Sringam och Jason Smit

Stipendiaterna erhöll varsitt diplom och en liten uppmuntran av Bo Lundgren för att fortsätta sina musikaliska strävanden.



Revymakarna

Eftermiddagens underhållning stod Revymakarna Irene och Olle Sangemark för. De är kända för alla uppträdanden de har haft i Västerås och under Reseskaparnas "Alla hjärtans kryssningar" på Birka Princess. De är också välrenommerade för sina guidade resor i Skottland och Wales. Idag framförde de ett potpurri på Karl Gerald's mest kända revykupletter.

Den egentliga stämman 2018 öppnades därefter av Bo Lundgren. Första punkt på dagordningen var den sedvanliga parentationen.

Vår "egen" präst Sven-Erik Svensson höll en stämmingsfull parentation med temat "Alla hjärtans dag och askonsdagen" över de 21 medlemmar som gått bort under 2017.

Stipendiaten Wesiyanee Sringam sjöng med djup inlevelse "Som en bro över mörka vatten" som avslutning på parentationen. Hon ackompanjerades av Stefan Karlberg.



Wesiyanee Sringam och Stefan Karlberg

Till ordförande för stämman valdes Håkan Jonsson och till sekreterare valdes Kent Magnusson.

Verksamheten 2017 har varit omfattande och stämmans ordförande refererade till årets första Medlemsforum (nummer 1 2018) där alla dokument inför stämman finns publicerade. Inga frågor ställdes avseende verksamheten. Resultat- och balansräkningen förorsakade inte heller några frågor. Ralf Diktonius, föreningens

revisor, läste revisionsberättelsen varefter styrelsen beviljades ansvarsfrihet för 2017.

Påstyrelsensförslag valdes Yvonne Lindström, Karl-Erik Thulin och Elke Merkel Ragnarsson att nomineras till det kommunala pensionärsrådet (KPR) för mandatperioden 2019 - 2022.

Eftersom förbundskongressen 2017 beslöt om nya normstadgar för bland annat SPF Seniorernas föreningar beslöt stämman att göra vissa smärre ändringar i våra stadgar. De nya stadgarna återfinns på vår hemsida för de intresserade.

Nu blev det dags för verksamhetsplanen och budgeten för 2018. Bo Lundgren presenterade verksamhetsplanen som återfinns i Medlemsforum nummer 1 2018.

Inger Smedberg informerade om den tänkta budgeten för 2018 och gjorde ett antal påpekanden. Bland annat att de olika äskanden våra kommittéer har gjort finns med i budgeten.

I stora drag ser vår budget ut enligt tårtdiagram på nästa sida som också speglar storleken på vår verksamhet.

Diagrammen visar budgeten för 2018, exklusive våra resor. Totalt belöper budgeten på 649 000 kronor.

Nästa punkt på dagordningen handlade om medlemsavgifterna för 2019 och styrelsens förslag var att höja medlemsavgiften till 300 kronor och avgiften för vänmedlemmar till 100 kronor. Stämman beslöt enligt styrelsens förslag.

Valen inför verksamheten 2018 utföll helt enligt valberedningens förslag och följande valdes in i styrelsen.

Bo Lundgren som ordförande i styrelsen samt Ingrid Kläringe, Lave Arnell, Kent Magnusson som ledamöter på två år. Gustaf af Jochnick valdes som ledamot i ett år.

Inger Smedberg, Ursula Edfast, Ralph Abrahamsson och Lars Bäck kvarstår ytterligare ett år.

Till revisorer på ett år valdes Ralf Diktonius och Lars Hammar med Laila Carlsson som ersättare.

Den nya valberedningen består av Yvonne Lindström, Per-Eric Josefsson och Gert Inge Öman.

Traditionen bjuder att stämman skall avslutas med en hel del hedersbetygelser och årets silvermedaljörer var Gunilla Kjerrström, Kris-

tina Eskolin, Christin Jonsson, Catarina Josefsson, Ulla-Britta Tidhult, Inga Andersson, Margareta Wohrne, Egon Cederling, Anita Cederling, Håkan Jonsson, Gustav Körner, Staffan Wohrne, Monica Källberg, Björn Källberg, Fernando Mena och Inger Kölestam.

I år utsågs tre meriterade SPFFare som hedersmedlemmar i vår förening. Bo Lundgren läste upp motiveringarna för utmärkelserna och delade ut blommor och diplom till Yvonne Lindström, Birgitta Pettersson och Per-Eric Josefsson (allas vår Peje).

Innan ordföranden avslutade stämman avtackades Viveca Alexander och Tommy Landegren som avböjt omval till en ny period i styrelsen.



Efter att stämmans ordförande lämnat över klubban till Bo Lundgren, den återvalde ordföranden för SPF Seniorerna Håbo avslutades stämman med blommor till presidiet och fotografering av den nya styrelsen.

På bilden syns Inger Smedberg, Ralph Abrahamsson, ryggen på Bo Lundgren, Kent Magnusson, Lave Arnell och Lars Bäck men tyvärr saknas Ingrid Kläringe, Gustaf af Jochnick och Ursula Edfast.

Alla aktiviteter under 2017 är därmed "lagda till handlingarna" och vi ser fram emot ett spännande och aktivt 2018!

*Kent Magnusson, text & foto
samt Bo Hansson foto.*

Inger Smedberg, Ralph Abrahamsson, ryggen på Bo Lundgren, Kent Magnusson, Lave Arnell och Lars Bäck.

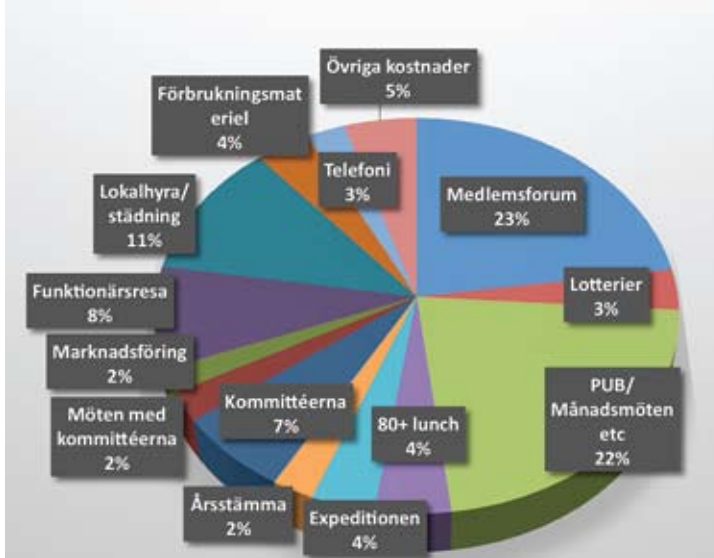


Tyvärr saknas Ingrid Kläringe, Gustaf af Jochnick och Ursula Edfast.

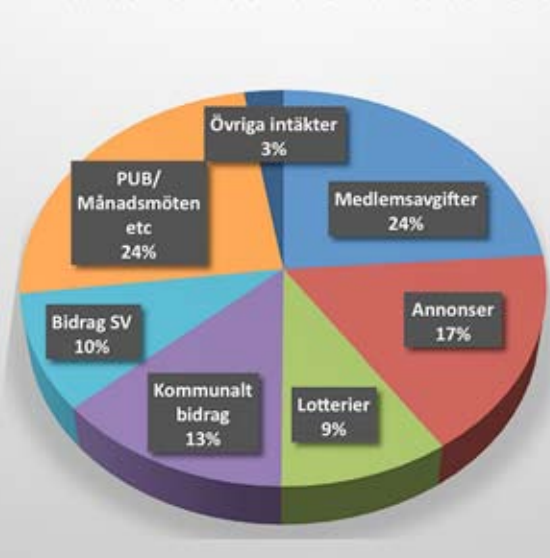
Silvermedaljörer



Kostnader SPF Seniorerna Håbo 2018



Intäkter SPF Seniorerna Håbo 2018



När Kamprad plötsligt försvann

Signaturen Anders skriver denna historia i DN:s Namn och nytt.

Jag jobbade 11 år i Kina med IKEA. Så många minnen. När Ingvar Kamprad var 83 år gammal besökte han IKEA i Shanghai på en rundresa bland leverantörerna i Kina.

Kinas regering hade försett honom med två livvakter. Antagligen för att de såg med viss oro på att en av världens rikaste män, dessutom i mycket aktningsvärd ålder, var på besök och reste runt med tåg och buss och bodde på enkla hotell utan någon som helst bevakning (han ville ha det så).

På morgonen när han skulle ha möte med personalen på varuhuset i Shanghai blev det halv (eller hel) panik. Ingvar var försvunnen, han hade till och med smitit ifrån livvakten. Halva vårt varuhus gick på jakt efter honom utan att hitta honom, men han dök till allas lättnad upp avtalsenligt efter lunch och höll sitt föredrag inför den samlade personalen.

Det visade sig att han hade smitit iväg till biltillighetsmarknaden mitt emot IKEA och köpt sig en tröja eftersom han hade frusit i sitt enkla rum under natten.

Det var en klarröd ylletröja och han frågade personalen vad de trodde att han hade betalat. Förslagen haglade: 200, 600, 100 men till slut berättade han att den varit riktigt billig, bara 50 kronor. Jublet steg som på en rockkonsert.

Alla var nöjda, mästerruppköparen hade slagit till igen. I övrigt handlade hans tal om "management by example", att en ledare ska föregå med gott exempel, och även om alla förstod att tröjan kanske var köpt med tanke på budskapet, så gick budskapet hem, för det kändes äkta.

Vi ställde oss sedan i kö, mer än 100 personer, för att få Ingvars autograf och han stod lydigt kvar och skrev på vad vi hade att räkna fram. Jag fick mitt personalkort signerat och det har jag fortfarande kvar.

Sedan åt han en kory, drack ett glas cola, och for vidare till nästa leverantör.

Barbro Larsson

Tankar om en tankning och bilar i trafiken

När man råkar ställa sig i fel kassakö på ICA och märker att den kö man inte valde flyter mycket snabbare. Då kan en viss irritation uppstå i huvudet. Kunden i kön framför mig krånglar med något i kassan som tar tid. Kassörskan måste ringa och fråga om någon vara.

Det ska alltid flyta, alla har bråttom, inget får krångla. Men hur irriterad får man bli?

Det får mig att tänka på en biltankning i min ungdom för många år sedan. Jag bodde då i Bergshamra/Solna och hade köpt min första bil. En Volvo Amazon/kombi/gräddvit/65 års modell. En "pärla" tyckte jag.

Vid Haga norra hade Bilia bensinförsäljning med lite lägre pris än OK-macken i närheten. Man hade inte så mycket pengar så det gällde att hålla bränslekostnaden låg. Bensinpriset blev bara dyrare och närmade sig en hel krona per liter. Inte klokt vad dyrt. Försäljningen skedde i ett inhägnat område med en bensinpump samt ett litet tält där man kunde köpa diverse biltillbehör, samt betala för bensinen.

Vid infarten vid grinden var det trångt. En rad av bilar köar utanför grinden för att komma in till den enda bensinpumpen. När man kommit in genom grinden delade kön upp sig i två köer för att komma fram till pumpen på höger eller vänster sida. Framför mig i kön utanför grinden, stod en bil som valde vänster kö innanför grinden. Jag valde den högra köen. Köerna flöt olika snabbt. Min kö flöt snabbare och när jag var framme vid pumpen klev jag ur och började tanka, eftersom pumpen var ledig.

Sedan kom bilen, som stod framför mig utanför grinden, fram till pumpen efter att jag börjat tanka. Föraren kom nu utfarande ur sin bil och stegade fram till mig med ilsken uppsyn. "Du trängde dig före mig din ..djxxxxvl..." uttryckte han med mycket hög röst! Han var fortfarande högröstad och sa att han "borde göra något obehagligt ...yyyy... med mig". Jag tyckte att när pumpen var ledig var det naturligt att ta den och börja tanka. Jag verkade antagligen helt oförstående. Han kom närmare mig och hade högerarmen höjd som om han tänkte ge mig en rak höger. Jag upphörde att tanka men

höll fortfarande pumpens slangmunstycke i handen. Jag kommer nästan inte ihåg hur dispyten fortsatte. Men han lugnade ner sig och gick tillbaka till sin bil. Nu tankade jag klart och betalade. Jag undrade efteråt varför han hade lugnat ner sig så snabbt, när jag insåg att jag stått och pekat på honom med mitt slangmunstycke. Pumpen var påslagen. Det var nog inte läge att ge mig en snyting. Bensin hade kunnat spruta ut på honom. Det kanske räddade mig från en "propp". Men hur irriterad får han bli?

En gammal Amazon, med lister och krom... californian vit...

Min Volvo Amazon var försvunnen en gång när vi bodde i Bergshamra/Solna. På morgonen när jag skulle ta bilen för att åka till jobbet fanns den inte på min hyrda parkeringsplats. Hade jag ställt bilen på något annat ställe? Jag gick runt och letade samtidigt som mitt minne arbetade febrilt i mitt huvud. Vad hände och vad gjorde jag i går? Till slut fick jag acceptera att bilen var stulen. Jag ringde och polisanmälde stölden. Tog en buss till jobbet i Solna centrum. När jag passerade OK-macken i Bergshamra med bussen såg jag några bilar på mackens parkering. Det var några Amazoner, men jag hann inte se så mycket. Jag fick en tanke i huvudet. På jobbet ringde jag till OK-macken och bad att de skulle titta på sin parkering om det var min bil som stod där. Det stämde, det var min bil. Jag ringde polisen och berättade om fyndet. Bilen hade använts vid ett inbrott någonstans eftersom det låg en ny tandborste i obruten förpackning på golvet.

I samma veva handlade jag en stor förskärare till vårt hushåll. Jag undrade senare om det var någon omedveten reaktion av ilska över bilstölden?

På kvällen fick jag hämta bilen från OK-macken. Mina polaroid-solglasögon var borta. Jag fick ingen ersättning för dessa av försäkringsbolaget. För övrigt var dörrlås och rattlås sönderbrutet. Det blev en hel del krångel med försäkringsbolaget eftersom andra saker var försvunna. Kanske bodde tjuven någonstans i området. Men hur irriterad blir man inte?

En annan historia som hände när jag fått låna en bil av min chef på mitt första jobb. Bilen tillhörde chefens fru.

Jag jobbade som konsult åt ett annat företag och behövde bil för att ta mig dit.

Jag skulle hämta bekanta på fritiden och vi blev uppmärksammade av ett "fyllor" som skulle "prata med oss". Han var svår att bli av med. Vi försökte få honom att ge sig i väg. När vi slutligen satt oss i bilen stod han kvar bakom bilen och bankade på bakluckan. Eftersom jag lånat bilen av min chef så var jag rädd om bilen och ville inte få den skadad. Jag blev så ...djxxxxla... irriterad och tänkte lägga i backväxeln och backa. Men som tur var gjorde jag inte det. Men hur irriterad kan man inte bli?

På vägen hem från min gamla mor var det köer i trafiken. Jag märkte att kön bredvid flöt fortare så jag bytte kö. Bakifrån kom en bil som blinkade irriterat på mig. Han fick bromsa. Längre fram kom den andra bilen upp jämsides med mig. Mannen i framsätet stirrade ilsket på mig. Nästa gång jag tittade åt bilen hade han tagit upp en pistol som han visade mig. Det kändes mycket obehagligt. Jag körde vidare och såg i backspeglarna att den andra bilen följde efter mig på avstånd. Jag ville inte köra ut på motorvägen där det var mörkt och inga vittnen. Jag ringde 112 och berättade om situationen och positionen. Polis larmades som snabbt hittade och stoppade bilen. Jag hade hela tiden kontakt med polis via min mobiltelefon.

Efter ytterligare kontakter med polis på plats kunde jag återvända hem.

Men hur irriterad får en bilförare bli? Det finns tydligen inga gränser.

Det är betydligt lugnare i ICA-kön hos oss nu för tiden. Även om man väljer fel kö så ska man bara ta det lugnt och tänka på något trevligt.

Såg på nätet att bensinen är billigare i Enköping just nu. Undrar om det är köer?

Jan Westergren





Studieansvarig:

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



Friskvårdsprogram våren 2018 i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

De flesta cirklarna helt utan avgifter för deltagarna.



Studiecirkel:	Dag och tid:	Anmälan:
Odla på liten yta Robin Welch	Start i februari/mars.	070-728 79 13
Surfplatta & telefon i vardagen Lennart Carlsson	26/4 - 17/5. Varje vecka kl. 14.00 - 16/30. lennart5592@gmail.com 070-569 75 74	0171-548 59
Plocka rätt svamp Kristina Winroth	Återkommer i höst.	072-312 00 80
Fransk konversation Staffan Wöhrne (Ej nybörjargrupp.)	14/1, 7/2, 2/2, 7/3, 21/3, 4/4. Kl. 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 Olof Bentz	16/2, 2/3, 20/4, 18/5 kl. 14.00-16.30. 11/5 kl. 13.00-17.00 Olof Bentz, bildlärare & konstnär leder oss.	070-617 11 33
Må bra i knopp & kropp Gun-Britt Renefalk, ej nyanmälningar	Samtal om livet. Start 23/1. Tisdagar jämna veckor kl. 10.00 - 12.00	0171-56 117
Skrivarcirkel har upphört.		
Tyda gamla texter har upphört.		
Religionskunskap har upphört.		
Våra fåglar Tillsammans får vi lite mer kunskap om våra fåglar. T.ex. vandring vid Hjalstaviken 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	10/4, 17/4 + några träffar i naturen kl. 14.00-16.30	0708-72 07 65
Hälsa och välmående Mari Starbakovic'	18/1, 1/2, 15/2, 1/3, klockan 11.00-13.30 På Bryggan på torsdagar.	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 varfar du skall ta hand om din hud.		
Disgen Gert Lidö	15/1, 29/1, 12/2, 26/2, 26/3, 9/4, 23/4, 7/5. 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.		
Öppen texttydning Vi tittar på gamla texter S-E Svensson, Isa Brenmark, Eva Lidö	11/1 - 3/5, torsdagar varannan vecka. Kl. 08.30-11.00.	

Studiecirklar:	Dag och tid:	Anmälan:
Snacka om nyheter Bibbi Lundgren	8/1 - 11/6. Klockan 13.30-15.30. Jämna veckor.	0171-59412
Sånggruppen Duromoll Bernt Gahn	Start 18/1 t.o.m. 17/5 varje vecka. Kl. 10.00-12.00 bernt.gahn@telia.com	0171-50206
Historia Ronny Kjellqvist	16/1 - 22/5. Tisdagar ojämbna veckor kl. 10.00 - 12.00	0171-51615
Litteratur Barbro Eriksson	17/1 - 9/5. Onsdagar ojämbna veckor kl. 11.00-13.30	0171-50024
Engelska Karl-Axel Boström	Start 7/2 - 30/5, 16 gånger. Bryggan. Onsdagar kl. 13.30-15.30.	073-5013412
Redaktionscirkeln Barbro Larsson	Start 10/1 - 2/5. Plommonvägen 10. Onsdagar jämna veckor, 10.00-12.00	0171-50749
Släktforskning fortsättning Catharina Josefsson	18/1 - 19/4. Torsdagar ojämbna veckor 8.30-11.00.	070-5488052
Inger Kölestam		070-7405335
Nybörjare/fortsättning:		
Släktforskning grupp 1 Sven-Erik Svensson	19/1 - 11/5. Fredagar ojämbna veckor 8.30-11.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 2 Sven-Erik Svensson	12/1 - 4/5 Fredagar jämna veckor 8.30-11.00	070-7332489
Släktforskning grupp 3 Sven-Erik Svensson	19/1 - 11/5 Fredagar ojämbna veckor 11.00-14.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 4 Sven-Erik Svensson	12/1 - 4/5 Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 5 Sven-Erik Svensson	19/1 - 11/5 Fredagar ojämbna veckor 14.30-17.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 6 Sven-Erik Svensson	12/1 - 4/5 Fredagar jämna veckor 14.30-17.00.	070-7332489
Data för noveller Olle Atling	18/1 - 3/5. Torsdagar kl. 15.00-17.00.	0171-51580
Våra fordon, gamla som nya Bengt Olof Olsson. bolov.ol@telia.com	Vad vi har haft & kanske har kvar i garaget. Klockan 14.00-16.30. 29/1, 26/2, 26/3, 23/4, 21/5.	0171-51061
Knyppling Ella Andersson	19/1 - 4/5. Fredagar 9.00-12.00. Materielkostnad.	070-4400636
Hantverk Helena Löfgren	19/1 - 27/4. Fredagar 9.00-12.00. Materielkostnad.	0171-59965
Busk- & trädbeskärning Robin Welch	Återkommer till hösten.	070-7287913
Män i köket "på egen hand" Bo Lundgren	17/1, 7/2, 28/2, 21/3, 11/4, 2/5, 23/5. Onsdagar kl. 16.30 - 22.00.	0171-59412
Goda och lättlagade måltider Tillsammans med Gert-Inge lagar vi god mat. För tillfället inga nya anmälningar. Kostnad: Självkostnadspris på det som tillagas, äts och dricks. Gert-Inge Öman	18/1, 15/2, 15/3, 19/4, klockan 17.00.	070-9315991
Vi spelar gitarr Bo Lundgren	Start 15/1 - 28/5 Måndagar 11.00 - 13.30	0171-59412

Fysiska aktiviteter:	Dag och tid:	Anmälan:
Rullstolspromenader Fernando Mena Gustav Körner	Pomona onsdagar ojämnta veckor kl. 10.30.	0171-574 84 0171-592 95
Qi gong. Lokal Korpen Eva Hermansson	Start 30/1. Tisdagar klockan 15.00-16.00. 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 vecka 3. Stora bassängen.	0171-500 32
Stavgång vid Granåsen Solveig Fredriksson	Start 14/2. Onsdagar 9.00-10.30 Anmäl dagen före om du tänker delta.	0171-507 43
Bowling, 110 kr/gång. 10-kort 90 kr/gång Hans Renner	Start 9/1 - 15/5, tisdagar. Grp 1, 9.40-10.55. Grp 2, 11.00-12.15. Grp 3, 12.20-13.35. Grp 4, 13.40-14.55.	070-750 32 37 0171-590 10
Bowling nybörjare Hans Renner	Anmäl intresse.	070-750 32 37 0171-590 10
Boule Medborgarhuset utomhus Sonja Fahlström, 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 16 januari. Tisdagar klockan 10.00 - 12.00.	018-38 60 62
Shuffleboard Skeppet Britt-Marie Pettersson	Start 9 januari t.o.m. 15 maj. Tisdagar 18.00 - 20.00.	0171-46 77 56
Bordtennis Karl-Åke Palm	Start 17 januari t.o.m. 25 april. Onsdagar 09.00 - 10.30.	076-186 56 25
Tennis Staffan Wöhrne	Intresserad? Kontakta Staffan.	0171-577 90
Golf Bo Ekberg Leif Lindberg	Prel. start 10 april. Tisdagar kl. 09.00. Avgift: Rangebollar, spel enl. gällande avgift. Sofielunds golfklubb.	0171-591 37 0171-507 74
Senior-Yoga Svea Sahlén	Start 25 januari t.o.m. 26 april. Skeppet torsdagar klockan 08.30 - 10.00.	0171-542 19
Senior-Dans Yvonne Vojbacke	Start 29 januari t.o.m. 23 april. Måndagar klockan 10.00 - 12.00.	070-795 60 37
Skidåkning Kennet Eriksson	23/1, 30/1, 6/2, 13/2, klockan 10.00-11.00. 100 kronor för alla tillfällena. romoraf@balsta.net	
Övrig verksamhet:	Dag och tid:	Anmälan:
Bridge Staffan Wöhrne	Start 10/1 - 16/5. Onsdagar kl. 12.30 - 17.30.	0171-577 90
Övningsbridge Gert-Inge Öman	Start 22/1 - 14/5. Måndagar kl. 13.00-16.00	070-932 59 91
Träslöjd på f.d. Träffen Olle Atling	Start 17/1 - 2/5. Onsdag 15.00-17.00. Ring gärna dagen före om intresse finns.	070-731 29 91
Bingo Anders Boström	10/1 - 30/5. Mansängstorg 2, 10.30 - 12.30.	0171-549 62
Vävning Inger Moberin	11 januari - 7 juni. Klockan 09.30 - 13.00. Talltorpskolan. I samarbete med PRO.	070-323 14 18
MC-gruppen Bengt Breemark Royne Eriksson	Start 26 april 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.
Telefon 0171-557 47.