

MEDLEMSFORUM

för
SPF SENIORERNA HÅBO

Välkomna

till SPF Seniorerna Håbo månadsmöte
30 november klockan 13.30.

Program:

Bo Lundgren berättar det senaste från styrelsen.

Yvonne Lindström informerar
om framtidsfullmakten.

Vad händer i skidspåren på Granåsen,
Kenneth Eriksson berättar.

Duromoll sjunger in advent.

Dessutom lite information om vissa av våra verksamheter.

Allt detta samt kaffe med dopp för 40 kronor.



Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Pubafton 23 november 18.30.

Bosse Lundgren med gitarrister underhåller med en massa nya låtar.

Entréavgift 30 kronor inkluderar ost- och korvtallrik.

Dricka kommer därutöver. Även gäster är välkomna!

Kulturarrangemang i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Styrelsen har ordet!

Jag har ombetts att presentera mig själv för er läsare, hur sammanfattar man 70 år på 28 rader...

Nåväl, här kommer mitt förslag.

Jag heter Gustaf af Jochnick och närmar mig de 70 med blixstens hastighet, kommer ursprungligen från Kristinehamn i Värmland och flyttade till Bålsta 1975.

Jag är lyckligt gift sedan 44 år, min fru Lena kanske är av samma uppfattning, jag menar... fortfarande lycklig.

Vi har två gemensamma barn, Mathias, 1974 och Marcus 1976, båda har klarat uppväxten och utvecklats till goda samhällsmedborgare med egna liv, tills det dyker upp något problem... men det är ju det vi föräldrar finns till för.

På den tiden var nuvarande Stockholmsvägen detsamma som landsvägen till Stockholm och ingen hade väl egentligen ens en förening om vad Bålsta skulle komma att utvecklas till.

Bålsta var ett samhälle som dominerades av villaområden omgärdade med skog och en behaglig uppväxtmiljö för unga familjer, flerfamiljshus högre än tre våningar var sällsynta. "Gamla Bålsta", korvkiosken, som även servade oss med både tipsinlämning senast torsdagar, tjänade också som utlämningsställe för alkoholhaltiga drycker. Vid nuvarande "Hemköp" fanns då ett litet torg och där fanns frisör, färghandel, Bålsta livs m.m. som slogs om kommuninnevärnarnas köpvanor och innehållet i deras plånböcker.

Min yrkeskarriär har varit både omväxlande och utvecklande, huvudsakligen inom försäljning, marknadsföring och media, numera är jag en lycklig "fritidsvisionär" som älskar att dra mig på morgonen.

Jag tycker om att engagera mig i lokala frågor, bl.a. inom SPF och politiken, medverka, påverka och förhoppningsvis har mina åsikter någon betydelse som leder till en positiv utveckling.

Det stundar ett spännande val 2018, förhoppningsvis får vi en stabil "regering" i Håbo som gör att kommunen förtjänar epitet "Håbo – hjärtat i Mälardalen" Men vi måste hjälpas åt!

På min "fritid" spelar jag gärna golf med min fru, alltid med föresatsen att "göra mitt livs golfgrunda", där blir jag ofta besviken tyvärr. I övrigt ser nog mitt liv ut som de flesta andras, fånga dagen – idag!

Med varma hälsningar
Gustaf af Jochnick



HÅBOSENIOREN SKEPPET
Kalmarvägen 3, telefon 0171-557 47.



SPF-expeditionen öppen
måndagar – torsdagar 10.00 – 12.00.

Välkomna in till oss!

LIVSKVALITET * INFLYTANDE * VALFRIHET

Styrelsen i SPF Håbo 2017

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

Redaktionscirkel för Medlemsforum 2017

Barbro Larsson, 0171-507 49, 070-541 65 29
Bo Lundgren, 070-544 84 26
Lars Hansson, 0171-509 87, 070-453 61 24
Birgit Olofsson, 0171-530 83
Agneta Lindbohm, 0171-568 08
Olle Atling, 0171-515 80 eller 070-731 29 91
för annonser
Christin Jonsson, utdelning, 0171-516 30
christinjonsson@telia.com

Kommande månadsmöten:

30 november. Bo Lundgren berättar det senaste från styrelsen.
Duromoll sjunger in advent.

Kommande pub-kvällar:

23 november. Bosse Lundgren med gitarrister underhåller.

Underhållning på Pomona i matsalen torsdagar klockan 14.00.

23/11 Håbo Spelemän
7/12 Glade Glenn
21/12 Envisorna



SPF seniorerna trygghetsringning är tillgänglig för alla!

Den som ansluter sig ska varje dag före klockan 10.30 ringa en telefonsvarare och meddela att hon/han är på benen.

Om detta inte gjorts när en SPF-are lyssnar av svararen, kontrolleras omedelbart om något inte står rätt till. Därför ska den anslutne uppge anhörig eller granne som skall kontaktas om hon/han inte har ringt och inte svarar i telefon. Dessutom får man uppge vem som har en nyckel till bostaden. Nyckeln kan också förvaras på SPF:s expedition om så önskas.

Det sköts idéellt av SPF med visst bidrag från Håbo kommun.

Vi vill verkligen uppmana **ALLA** ensamboende att ansluta sig till trygghetsringningen. Även om ni känner er friska och är relativt unga vet man aldrig vad som kan hända.

Det är helt kostnadsfritt!

Ring Lars Hallberg 0171-515 35 för mer information och/eller anmälan.

Byfilosofen



Fånga en snöflinga på rockärmen! Studera den noga och du skall finna ett underverk. Snöflingor är ett av naturens bräckligaste ting – men tänk vad de kan åstadkomma när de håller ihop!

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
- 15% Bålsta Optik Klarsynt
- % Bålsta Zoo
- % Fantasifloristen
- % Go fix:it Datorer & service
- Handelsbanken
- Helins Bilcentrum
- Hjälpssam
- Hälsoterassen
- 5% ICA Kvantum, onsdagar klockan 8-16 för 65+ pensionärer med ICA-kort. Gäller ej spel, tobak, lotter och post.
- % Klipphörnan
- % Konditori Solslätten
- % Lillsjöns Trädgård
- % Lydias friska fötter KB
- % Må bra fot och kroppsvård
- 10% NextData
- % NordSyd resor
- Olavis Kiropraktik AB
- % SafeStore Förrådshotell
- Sehmans däck och service
- Sollanns LivsstilsCenter
- Sparbanken Enköping
- % Susan's Hårteam
- Vintage Room



Min matte/husse gillar reflexer!



Oktobervandring på Söder

Höstens sista vandring gick på östra Södermalm. Vi 36 SPFare tog pendeln till Odenplan, där vi åkte upp med rulltrappan direkt till den gröna T-banan, som tog oss till Medborgarplatsen. Eftersom det var lite kyligt smakade det gott med kaffe med tilltugg på Café Söder.

Tidigare låg sjön Fatburen på Södra stationsområdets plats. Sjön fylldes igen när Södra station, Stockholms första järnvägsstation anlades 1860. Torget bredvid stationen fick namnet Södra Bantorget. Medborgarhuset byggdes 1939 och då döptes platsen om till Medborgarplatsen 1940.

Medborgarhuset innehåller bl.a. Forsgrénka badet benämnt efter gåvodonatoren Carl Robert Forsgrén.

På den östra fasen mot Götgatan finns ett byggnadsur och ett klockspel med sju malmklockor som dagligen klockan 12.00 spelar melodin "Söderklockornas melodi och timlåten". Melodin är specialkomponerad av Ture Rangström 1940.

Vår vandring fortsatte längs Götgatan, som under alla tider varit en av Stockholms viktigaste utfartsleder. Vi passerade f.d. Skattekrapan, som i folkmun kallades Barskrapan, och som ligger i kvarteret med det passande namnet Gammen. Numera innehåller detta 26 våningar höga hus studentbostäder och längst upp i huset kan man besöka restaurangen tillika baren "Himlen".

Vi gick vidare längs Katarina Bangata, som har fått sitt namn efter planerna på att anlägga en järnväg längs gatan. Av detta blev dock intet och numera kan man gå i den vackra allén, som kantas av 93 lönnar.

Granne med Katarina Bangata ligger ett kvarter, där de äldsta delarna är från 1600-talet. Här var på 1700-talet ett kronobränneri och på 1800-talet epidemisjukhus för smittkopps-



sjuka. Sjukhuset avvecklades 1933. Husen renoverades på 1960- och 90-talen och är idag bostäder och konstnärsateljéer.

Vi rundade kvarteret och fann till vår förtjusning en lekpark som kallas Bryggartäppan. Den lilla parken är en gammal fruktträdgård som skapar en liten fickpark i stenstaden. I början av 2010-talet skapade konstnären Tor Svae här en annorlunda lekmiljö. Han hade inspirerats av P.A. Fogelströms roman "Mina drömmars stad" och byggde en liten lekpark som berättar om Stockholm förr i tiden.



Efter en kort promenad kom vi fram till monumentet över Nacka Skoglund, vars barnhem var på Katarina Bangata 42. Monumentet heter "Vi ses vid målet". På bilden ser vi Nacka sparka till en boll och strax bredvid finns ett mål, där bollen sitter i krysset.

En annan av våra berömda personer från Södermalm har också fått en skulptur och dessutom ett eget torg, Greta Garbo torg. Greta Gustafsson föddes på Blekingegatan och konstnären Thomas Qvarsebo har gjort ett porträtt i lackerat stål inramat av en filmruta.



*Greta Garbo, byggnadsur,
Nacka Skoglund och Nytorget.*



Konstnären vill visa filmstjärnan såsom vi minns henne – i svartvitt.

Vid Nytorget passerade vi en rad 1700-talshus. Här uppfördes på sent 1600-tal en textilfabrik av klädesfabrikören David Young från Skottland. Fabriken fick senare namnet Malongen. Idag används dessa byggnader till konstnärsateljéer.

På vår promenad kom vi så småningom fram till Werner Groens malmgård. Groen var vinhandlare och ägde gården i början av 1700-talet. Hit kom Elsa Borg 1879 och ledde en social verksamhet, där hon utbildade kvinnor som skulle hjälpa nödställda. Man inrättade systugor, skyddshem för fallna kvinnor och ett sjukhem. Elsa Borg kallades för Vita Bergens drottning. Idag bedrivs här en mindre handelsträdgård med försäljning av snittblommor, diverse frukt m.m. Här finns också ett litet café och vid jultid har man julmarknad. Anläggningen förvaltas av antroposofer från Järna.

Efter en promenad i det oväntade regnet kommer vi fram till Barnängens område. Namnet kommer från att man på 1500-talet tänkte bygga ett barnsjukhus mellan Vita bergen och Hammarby sjö. Men av detta blev i stället Barnängens manufakturverksamhet i slutet av

1600-talet, där det syddes bl.a. uniformer. Fabriken lades ner efter 130 år och nu blev det skola. Nu kom tidningsmannen Lars Johan Hierta och startade tillverkning av siden, bomull och andra tyger. Han importerade mekaniska vävstolar från England och använde ångmaskiner för kraften. På 1860-talet upphörde verksamheten och därefter kom Stockholms Bomullsspinneri och Väfveri AB.

Strax bredvid textilverksamheten låg Faggens krog, som Bellman skildrar i Fredmans epistel nr 55.

Nu bar det uppför Vita bergen till Friluftsteatern, som under sommaren används av Stockholms Parkteater. Här finns också en mindre musikpaviljong som är över 100 år gammal. På denna Friluftsteater har bl.a. Carl-Anton framträtt med sina föreställningar med gäster med vissa uppehåll somrarna 1981–1995.

Vi går nedför teaterkullen och sedan vidare upp till Sofia kyrka, som invigdes 1906. Här hann vi med ett besök innan vi gick mot puben The Big Ben på Folkungagatan, där vi avslutade dagens vandring med en god lunch.

Text: Eva Lidö

Foto: Rolf Adolfsson, Gert Lidö



Utvisningen ur Ostpreussen

*Berättelsen tillägnas min moster Meta
och morbror Robert.
Detta är del 3 av 3.*

Det var varmt som på sommaren denna dag i maj 1947. Lotti och jag satt på resterna av en gammal arbetsläde som stod på gården. Vi hade tagit av oss strumporna och njöt av den friska luften, solen och grönskan. Den polska kvinnan satt i lugn och ro vid ett öppet fönster och letade efter löss på sin dotters huvud. Då kom moster Meta med raska steg på uppfartsvägen och vi såg på henne att något särskilt hade hänt. Hon hade väl inte förlorat jobbet?

– Bäst ni kommer in, ropade hon till oss, det kanske bär iväg nu!

I staden ryktades om att en utvisningstransport skulle gå iväg. Fast från polska sidan kom inte den minsta lilla information. Å andra sidan hade man i en grannby sett en kommission gå från hus till hus. Därefter vandrade folk iväg med sitt pick och pack till Bartenstein. Med viss tvekan tog vi fram våra ryggsäckar och bylten ur vrårna och packade färdigt. För säkerhets skull klädde vi oss resfärdiga och sov följande natt med kläderna på. Jag tog av mig min mammas bärnstenshalsband, eftersom låset var trasigt, och lade det i ett skåp.

Nästa dag, tidigt på morgonen, skickade morbror Robert pojkarna till bygatan för att hålla utkik efter kommissionen. Han själv kontrollerade packningen en gång till, rådslog med Lottis morbror, och delade ut de sista förhållningsorderna. På spisen kokade de bokstavligen sista potatisarna. Ingen vågade tänka på om det var falskt alarm även denna gång.

Fram på förmiddagen skrek pojkarna att det var något på gång längst bort på bygatan. Upphetsade sprang Lotti och jag bort till dem. Bakom oss ropade morbror Robert och Lottis morbror att vi genast skulle komma tillbaka och berätta om det hände något.

Vi svettades i de tjocka vinterkläderna, och ullstrumporna kliade förfärligt denna varma dag. (För att minska risken att bli bestulen på plagg hade vi klätt på oss så mycket som möjligt av det vi ägde.)

Gatan låg öde. Men längst bort vid det före detta värdshuset där vägen gjorde en svag krök rörde sig en grupp män. Kunde det vara utvisningskommissionen? De gick med raska steg och virvlade upp vägdamm. De var klädda i mörka kostymer och hatt. Några bar lång överrock. Utan att titta åt varken höger eller vänster gick de förbi oss och fortsatte direkt fram till byns sista hus där Lehmanns bodde. Några minuter senare såg vi hur familjen lämnade huset med sina ryggsäckar. Utan tvivel, nu skulle vi bli utvisade. Genast sprang vi alla så fort vi kunde tillbaka på den smala igenvuxna stigen.

Vår polska kvinna stod vid den gamla brunnen och tömde just en hink med avskräde i den, som redan var fylld upp till en meter under markytan med en seg stinkande massa. Morbror Robert, moster Meta, Lottis mamma och morbror stod i dörren och tittade förvåntansfullt på oss. Med andan i halsen skrek vi alla samtidigt:

– Nu börjar det! Lehmanns är redan ute på vägen! Vi kommer iväg idag!

– Jaha, då är det på riktigt den här gången! fastslog Lottis mamma.

Morbror Robert tog genast kommandot:

– Ställ er vid er packning, glöm inget, var och en ansvarar för sin ryggsäck! Otto; försök göra dig mindre. Jag är rädd att de håller dig kvar till tvångsarbete annars.

Vi var nu bara en liten del av de miljoner tyskar som efter kriget blev fördrivna från sina hem; de tyska områdena öster om Oder-Neiselinjen. Då alla tyskarna i dessa områden hade upplevt mycket grymheter och omänskligheter från ryssarnas och polackernas sida hälsade de utvisningen med glädje, för sämre kunde de ändå inte få det. Bartenstein hette inte längre Bartenstein, utan Bartoszcze. Landskron hade blivit Smolanka. Fortfarande två år efter krigsslutet saknades elektricitet, telefon och rinnande vatten liksom buss- och tågtrafik. Ingenstans såg man en vanlig bil, lastbil eller motorcykel, bara ibland en rostig cykel utan däck. Ingen visste hur det såg ut i världen, vi hade inte läst någon tidning eller lyssnat på radio under två års tid.

Vår dörr stod på glänt. Medan morbror Robert förmanade oss, fick jag syn på vår polska fru i farstun. Hon vinkade ivrigt till mig, något

som hon aldrig hade gjort förut. Nyfiket gick jag fram till henne. Hon pratade fort och gestikulerade vilt med händerna. Efter ett tag begrep jag att hon ville ha våra stolar innan kommissionen hann fram.

Morbror Robert såg mig och ropade förargat; "Gå till dina saker och stå inte där och tramsa!" Jag berättade för honom om stolarna medan kvinnan ivrigt nickade och pratade och visade med händerna. Han förstod genast, log och sade storsint: "Nåja flicka lilla, ge henne stolarna, de stackarna är ju så fattiga." Kvickt bar Karl och jag ut stolarna i farstun. Men då ingrep moster Meta. Hon högg tag med båda händerna på närmaste stolrygg och krävde djärvt sex ägg. Tvärt stannade vi upp och såg avvaktande på henne. Naturligtvis hade hon rätt, vi kunde begära något för stolarna. Men det måste gå fort, ty Otto och min bror, som vaktade vid ytterdörren ropade att kommissionen nu var på väg in till närmaste grannen en liten bit bort.

Den polska frun förstod ingenting. Moster Meta höll upp sex fingrar i luften och sade högt och bestämt:

– Ägg! Sex ägg!

"Jaika", ropade vi barn. Nu förstod hon, nickade och försvann snabbt in i köket och kom tillbaka med fyra ägg i händerna.

– Nej, sex ägg vill vi ha, sex! Vi är sex personer! Moster Meta viftade med sex fingrar i luften. Kvinnan svettades, så rusade hon tillbaka in i köket och kröp på alla fyra in i hönsburen och rafsade runt efter fler ägg. Hönsen kacklade och flaxade omkring, fjädrarna flög, men hon hittade bara ett ägg till. Röd i ansiktet och uppgiven stod hon framför moster Meta och skakade på huvudet. Moster Meta nickade nådigt och log, tog emot ägget och lade det till de andra i den ännu kokande potatisgrytan. Raskt bar sen pojkarna in de sex stolarna i polackernas rum, där kvinnan genast täckte över dem med vad hon hade till hands och stängde dörren inifrån. Genomsveviga men glada över äggen ställde vi oss vid vår packning. Nu kunde kommissionen komma. Och den kom.

Likt svarta olycksbådande fåglar trängde sig tre eller fyra män in i vårt rum. De såg sig omkring och en frågade på bruten tyska:

– Hur många personer?

– Vi är sex, svarade morbror Robert.

– Är alla barn era?

– Ja.

– Ni måste genast lämna huset och gå till uppsamlingsplatsen längst bort i byn. Där finns också ett fordon som tar packning och sjuka till Bartoszcze. Bostaden här blir förseglad.

Vi tog våra saker och bar ut dem. En av männen satte ett sigill över dörren och dörrposten, sen gick de upp till Holldners.

Morbror Robert hade snickrat ihop en liten tvåhjulig kärra. Omtänksam som han var, tyckte han att jag skulle ha den för att lasta mina saker på den, eftersom jag var så liten och svag som en myra.

Jag greppade stängeln till kärran och vände mig om. Det polska paret stod vid dörren, hon log och lyfte tveksamt handen till avskedshälsning och jag vinkade ivrigt tillbaka med ena handen, samtidigt som jag gick baklänges. Plötsligt kände jag att marken försvann under mina fötter, jag föll ner i brunnen!

Det svartnade för mina ögon. När kom till sans igen, trampade jag omkring i den tjocka, stinkande sörjan. Mina händer klamrade sig fast runt övre kanten på de murknande bräder som brunnsens insida var beklädd med. Jag titade upp och såg benen på alla runtom. Strax därpå, det kändes som en evighet, böjde sig morbror Robert ner och drog upp mig. Rasande arg gav han mig en örfil, så att jag vacklade till och nästan ramlade tillbaka ner i brunnen igen, och röt: "Din dumma gås!"

Därpå axlade han på nytt sina båda säckar och gick ilsket därifrån. Alla de andra följde efter honom. Moster Meta sade hastigt innan hon också försvann:

– Skölj av det värsta i dammen, sen kommer du efter. Jag tar din ryggsäck, men skynda dig!

De gick iväg allihop, stum av bestörtning och omtumlad efter den obehagliga upplevelsen såg jag efter dem.

Snyftande föll jag ihop bland de höga grästuvorna vid kanten av dammen. Chockad, med darrande händer försökte jag tvätta av det värsta, men vattenytan var täckt med pyttesmå gröna blad som klubbade fast överallt. Modlös sjönk jag ned i gräset, jag mådde illa.

Men så kom plötsligt ett stort lugn över mig. Det var helt tyst, jag hörde en fågel kvittra i närheten. Sommarvinden susade högt över mig i

lindarnas och askarnas lövverk där solen glittrade igenom. Det var som om Ostpreussen tog avsked av mig, omfamnade mig en sista gång med sina starka och kryddiga dofter från jord och vatten, från gräs, ängsblommor och buskar. Under ett andetag stod världen stilla.

Långsamt reste jag mig upp och gick tillbaka till bygatan, som nu var alldeles tom, och fortsatte tills jag nådde gruppen med de utvisade stå vid sina tillhörigheter i närheten av de sista husen i byn. Totalt utmattad sjönk jag ner på en packe bredvid moster Meta.

– Vad har du gjort så länge? frågade hon otåligt och borstade av andmaten från min kapp. I nästa ögonblick flög jag upp och ropade:

– Jag har glömt mammas bärnstenshalsband, det ligger kvar i det gröna skåpet!

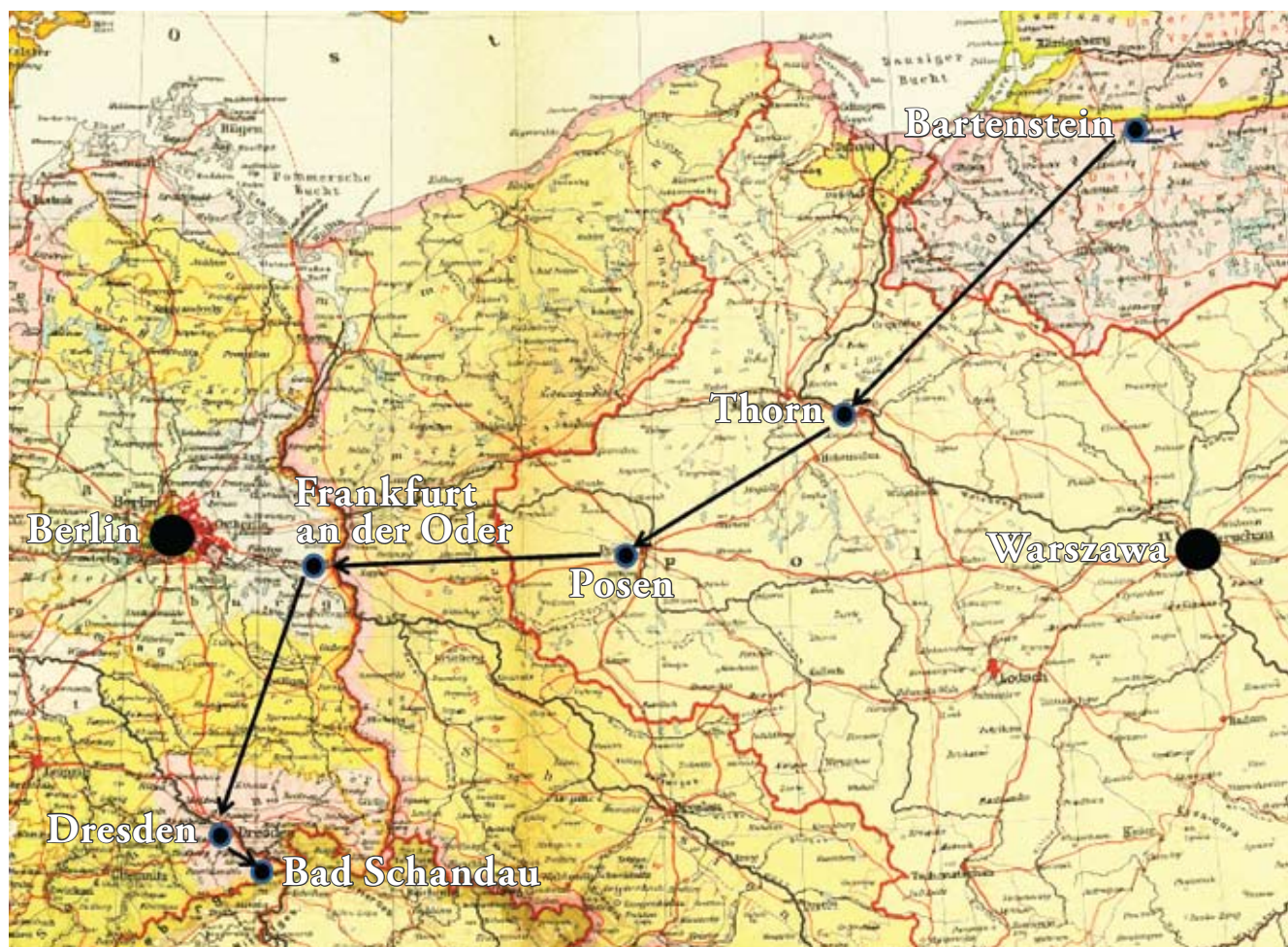
– O Gud! Inte det också! stönade hon. Hon saknade ord, försökte tillkämpa sig lugn och självbehärskning. Hon lyfte blicken mot himlen. Detta var för mycket!

Jag skämdes förfärligt och var fullständigt förkrossad. Moster Meta hade alltid vägrat att byta halsbandet mot bröd när jag bad henne

att göra det eftersom jag också ville bidra till försörjningen. Suck, de hade rätt, det stämde; jag var ett fullständigt hopplöst fall.

Emellertid hände det nu så mycket nytt omkring oss att jag snart glömde min olycka. Jag såg mig omkring. Antalet utvisade från denna by uppgick till ungefär 65 personer. Mest kvinnor med halvvuxna barn och några äldre män. Polackerna ställde några vagnar och hästar till förfogande för transport av packning, gamla och sjuka. Tyskarna blev förvånade över denna gest av humanitet. Misstroget antog dock några att polackerna skulle beslagta vårt bagage och ge sig iväg med det.

Så var det då dags för avfärd. För sista gången gick vi nu den välbekanta vägen mellan de höga alle'träden mot Bartenstein. Morbror Robert såg en sista gång ut över trakten där han föddes och hade vuxit upp, liksom sin far, farfar och farfars far. De hade i lugn och ro odlat sin mark och producerat livsmedel för folket. Han kände jorden här, visste vad åkrarna behövde för att ge en god skörd. Där på högra sidan låg hans fält förödda. Tistlar och ogräs frodades.



Det var med tungt hjärta och tårfyllda ögon som morbror Robert och moster Meta såg sin mark och sin hembygd för sista gången.

I staden blev vi ihopfösta med andra utvisade i en jättehäll, stor som en hangar, Karl berättade senare att det var kasernens ridhus. Det surrade som i en bikupa från folk som hade anlänt före oss. Damm och heta dunster slog emot oss därinne. Morbror Robert och Lottis morbror valde en plats åt oss mittemot den breda porten, så att vi fick luft.

Vi sjönk ned på några säckar, tog av ytterkläderna och pustade ut. Moster Meta gav oss av de kalla kokta potatisarna och delade upp de fem äggen på oss sex personer med förmaningen att inte visa dem för någon. Överlyckliga åt vi varsin äggbit med andakt. Under mer än två års tid hade ingen av oss ätit ägg.

Alltfler människor strömmade in i hallen och vi blev tvungna att tränga ihop oss. Jag uppskattade att minst tusen personer var samlade här. Området var bevakat, men trots det smög sig kvinnorna ut på staden, däribland moster Meta och Lottis mamma, för att med sina sista zlotys inhandla lite förplägnad för resan. Ty alla visste att vi inte skulle få något att äta. Vatten fick man hämta från en pump på en öppen plats och kön dit slingrade sig lång. Men eftersom morbror Robert tvivlade på att vattnet var rent, förbjöd han oss att dricka av det.

Vi fick ingen information om vad som skulle hända. Det enda som alla visste med säkerhet var, att polackerna skulle plundra oss innan de lät oss resa vidare. När det blev kväll stängdes de stora portarna. Folket kom till ro och en gammal man höjde sin röst och sade ungefär så här:

– Vi ska nu tacka Gud. Visst gör det ont in i själen att förlora vårt älskade Ostpreussen för alltid. Men var inte ledsna, vårt hem har ändå inte varit vårt hem de senaste åren, man har tagit det ifrån oss för länge sen. Se framåt, men glöm aldrig vårt älskade Ostpreussen och ha alltid minnet av vårt kära hemland i hjärtat, vart resan än ska gå.

Så tog han upp psalmen "Nun danket alle Gott". Alla de trötta, hungriga och fördrivna människorna stämde in i sången och natten sänkte sig över Bartenstein. Alldeles utmattad av denna dagens upprivande händelser som-

nade jag genast. Betonggolvet kändes lite hårt genom täcket men det gjorde mig ingenting; jag sov gott ändå. Så slutade dagen då vi blev utvisade. Det var en dag i maj 1947, och jag var 12 år gammal.

Redan tidigt på morgonen nästa dag var folk i farten. Man rullade ihop sina dammiga filter och gömde sina värdefullaste saker på ett bättre ställe i ryggsäcken. Vaktmanskapet befallde oss att gå med bagaget till en angränsande hall. Där stod bord uppställda tvärs över den stora hallen nära utgången. Vid varje bord stod två eller tre polacker som genomsökte allas ryggsäckar och bylten och plockade åt sig vad de ville ha. Sen fick de utvisade gå förbi borden och samla ihop sina ägodelar igen dvs. det som fanns kvar av dem.

Vår grupp avvaktade dröjande vid ingången till hallen. Morbror Robert ville skaffa sig en uppfattning om vad som pågick därinne och därför klättrade han upp på en avsats som fanns i väggen för att få lite bättre utsikt. När han kom ned igen var han röd i ansiktet av vrede: "Detta pack! Nu tar de ifrån folk det sista dom äger!" Men han hade redan tänkt ut en plan. Med dämpad röst förklarade han att vi måste sikta in oss på tredje bordet från höger. Männen där pratade mycket och tycktes inte vara så noga med visiteringen. Jag skulle gå först, därefter Karl. Medan morbror Robert fick sina säckar genomsökta på bordet skulle han med hjälp av min bror omärkligt fösa kistan med tyska pengarna och andra viktiga papper in under bordet. Karl och jag skulle sen ta emot allt på andra sidan och bevaka den. Moster Meta skulle bara stå där lugnt, och Ottos uppgift var att återigen försöka göra sig så liten som möjligt för att inte märkas.

Det surlade oroligt i hallen. Hettan tilltog under dagens lopp och solen gassade på taket. Svett och damm klibbade i ansiktet på folk. Den stora grå massan rörde sig långsamt framåt. Vi riktade in oss på det tredje bordet. Jag oroades över att jag inte helt förstätt allt som morbror Robert sagt, och var rädd att jag skulle göra något fel.

När vi äntligen nådde fram till bordet råkade personalen där plötsligt i ett häftigt gräl med polackerna vid det andra bordet och de skrek högljutt åt varandra. Morbror Robert tog ge-

nast tillfället i akt; "Gå nu!" viskade han uppfordrande åt mig och nickade.

Jag ställde min ryggsäck på bordet och öppnade den. Den ene polacken hejdade sig tillfälligt, såg på mig och viftade sen nonchalant med handen som en uppmaning åt mig att passera. Så kastade han sig åter in i det vilda grälet. Hans kamrat sprang tvärlilsken över till bord nummer två, alltjämt rytande och gestikulerande. Vi förstod inte ett ord.

Vilken tur vi hade! Hela vår packning fick vi bära orörd genom spärren. Även Lottis familj efter oss hade samma tur.

Medan vi stod och väntade på tågagnsfördelningen, såg jag mig omkring. Vid de flesta bord skakade polackerna ut innehållet ur säckar och bylten på bordet och sökte igenom allt mycket noga. Några äldre män stod i bara underkläderna och blev kroppsvisiterade. I hallens bortre del hade man staplat upp de stulna sakerna. Där låg enorma berg av fjäderbolstrar, högar av kappor och andra kläder. Mängder av skor, stövlar, sänglinne, porslin, grytor och övrig köksutrustning låg i andra högar. På ett extra bord vid sidan om låg skrivböcker, brevpappersblad, halva blyertspennor, zloty och riksmark. Och kan man tänka sig; en reservoarpenna och en kamera. Vem var det som hade kunnat hålla dem gömda så länge?

– Kom nu, stå inte där och titta så nyfiket, ropade moster Meta och bar ut sina bylten genom den stora porten.

Vi hade fått vagn nummer 35. Lotti och hennes familj väntade redan på oss utanför, men de hade fått vagn nummer 34. Man försökte ändra det hos en polack men det gick dom inte med på eftersom man ville ha män som "vagnsledare". Det fanns så få män.

Vi fick order om att gå med vår packning till godstågstationen. Vägen var inte så lång men eftersom dagen var het, tyckte jag den var ändlös. Jag fick ont i ryggen av den tunga ryggsäcken, mina armar kändes som bly av att bära en korg med de nödvändigaste husgeråden. (Den lilla vagnen som morbror snickrat åt mig hade försvunnit i allt tumultet.) Jag var hungrig och törstig, men bet ihop som alla andra. Moster Meta ville hjälpa mig men hon orkade själv knappast bära sina saker. Gatorna där vi gick var helt avspärrade och vakter syntes här

och var. När jag kom förbi den stora, mäktiga stenfiguren måste jag vila en stund. Vi kallade den för "Bartel". Förmodligen en av Prussernas gudar. Prusserna levde under tidigare sekler i detta land. Nu fanns bara namnet kvar i Preussen och Ostpreussen. Det skulle ta 60 år innan jag fick återse den stora stenguden igen, där den ännu står på sin sockel vid sjukhuset i staden Bartoszyce som en gång hete Bartenstein.

Andra fördrivna vandrade sakta förbi mig, släpande på sina fattiga ägodelar. Ingen hade mer än "vad de kunde bära i sina händer", precis så som segermakterna hade bestämt.

Till slut kom vi fram till det långa godståget som vi skulle åka med. Morbror Robert, moster Meta och pojkarna gick sen tillbaka en bit igen, för att hjälpa de bybor som var gamla och sjuka och inte orkade med allt själva. Min bror och jag blev tillsagda att sitta kvar i vagnen och vakta vår packning. Det var en vanlig godsvagn mitt i ett vanligt godståg som var ungefär 65 vagnar långt. Vagnen var rensopad men tyvärr fanns varken en hylla att lägga sakerna på eller bänkar att sitta på, den var helt tom.

Sent på eftermiddagen kopplades lokomotivet framför tåget, det sveptes in i svart rök och stötte väsande ut vita ångmoln. Den polska följepersonalen intog sin vagn. Ingen informerade oss om vart resan skulle gå och vi fick ingen förplägnad. Med ett ryck satte sig tåget i rörelse. Välkända hus, vägar och små stigar gled förbi. Dungar med skuggande träd, fält, alle'er och bäckar skymtade vi från tåget. Aldrig mer skulle vi återse vår hembygd. Folk trängdes vid den öppna vagnsdörren för att kasta en sista blick på det kära hemlandet. Och alla sjöng "Nun ade du mein lieb Heimatland....." Solen stod redan lågt i väster när vi passerade det stället där man för ett ögonblick kunde skymta Landskron, min hemby. Vår gård syntes tydligt. Allt såg så fridfullt ut i det milda kvällsljuset. Moster Meta nickade åt mig;

– Farväl Landskron.

När uppståndelsen började lägga sig blev folk oroliga, eftersom envisa rykten sade att många tåg med utvisade hade fortsatt österut, istället för västerut. Morbror Robert stod i dörren och iakttog misstroget färdriktningen med hjälp av en gammal trasig karta. När han till sist kunde konstatera att vi åkte åt rätt håll, andades alla ut.

Man inrättade sig så gott det gick och satt på packningen. Till natten bredde man ut filter eller kappor, barnen fick sova hela tiden, men de vuxna fick sova i skift för det var så trångt. Tågresan tog ungefär tre dygn. Ibland gjorde tåget uppehåll på någon liten station då vi kunde komma ut och röra på oss och även dricka vatten vid en pump. I smyg, när morbror Robert inte såg, drack även jag en skvätt av det härliga, friska vattnet. Folk åt av det lilla de hade med sig. Ibland växlade tåget in på ett stickspår där vi fick stå en hel natt eller dag.

Vi for genom Ostpreussen – och Westpreussen som inte längre var Tyskland.

Städerna och byarna hade fått polska namn. Landet låg öde och tomt, fälten var så gott som obrukade. Inga ankor eller gäss fanns i byarnas dammar och inte en enda gris bökade i jorden. Vissa trakter var märkta av krigets härjningar, andra visade inga tecken på tidigare strider. Färden gick över floden Weichsel i staden Thorn i Westpreussen, fortsatte till Posen och nådde floden Oder. Sakta rullade vi över Oderbron och stannade till slut med skrikande bromsar på en liten bangård.

Vi hade anlant i den sovjetiska zonen. En grön girland var spänd över infarten till stationen och en skylt hälsade oss "Hjärtligt välkomna". Vitklädd personal från Röda Korset ilade från vagn till vagn och frågade efter sjuka, spädbarn och blivande mödrar. Samtidigt delades det ut lite mat; rökt fisk och en bit bröd till var och en. Vi förundrade oss över så mycket vänlighet och uppmärksamhet och en ofattbar glädje spred sig över våra gråa trötta ansikten. Tåget förde oss nu vidare till en annan station för avlusning av hela transporten. Sedan fortsatte färden söderut och då visste alla att vi skulle stanna i den ryska ockupationszonen. Glädjen dämpades betydligt.

Vi åkte genom Dresden, som nästan endast utgjordes av ruiner så långt ögat nådde. Vid anblicken av denna förstörelse tystnade vi av förfäran. En helveteseld måste ha rasat här. Svävade inte skriken från de sargade, olycksdrabbade offren fortfarande i luften? Här och där förkunnade jätteplakat med sovjetiska hjältars kolossala ansikten segern, och en rad röda fanor vajade lätt i vinden.

Vi for fram längs floden Elbe, genom skogar, förbi välskötta åkrar och i prunkande trädgårdar stod fina villor helt intakta. Så vackert allt var. Vi hann dock inte förundras länge över detta förrän mäktiga berg tornade upp sig runt omkring oss, berg som tycktes växa rakt upp i himlen. Elbsandsteingebirge.

I trakten av Bad Schandau stannade tåget vid ett Barackläger med ett högt stängsel runt om. Här blev vi inkvarterade och alla släpade sina saker till de anvisade barackerna. Vi fick dela ett stort rum med ca. tjugo andra personer. Det fanns trevåningssängar med halmmadrasser och täcke. Här bodde vi i ungefär två veckor. Vi fick så pass mycket mat att vi just överlevde.

Senare blev vi alla från transporten fördelade över olika små städer i Sachsen och tvångsinkvarterade hos folk där. Det härskade hungersnöd. Man fick ransoneringskort att använda när man handlade, men livsmedelsaffärerna var helt tomma. Ingen potatis, inget bröd eller annan mat fanns att köpa.

I skolan som vi barn fått börja i sade man att ryssarna och polackerna var våra bröder, våra vänner. Det bästa med skolan var att alla varje dag fick en liten rågbulle, bekostad av det "vänenskapligt sinnade, sovjetiska broderfolket."

De flesta familjerna försökte att illegalt ta sig över den strängt bevakade gränsen till de västliga zonerna eftersom situationen upplevdes som hopplös.

Våra egna upplevelser i samband med detta har jag redan skildrat i en annan artikel ("Den ljusblåa ängeln") och går därför inte in på det här.

Som avslutning kan nämnas att jag och min bror Martin i slutet av juli 1947 kom till släktingar i Schleswig-Holstein där vi fick bo sex personer i ett rum (18 kvm). Trots trångboddheten var vi ändå lyckliga och tacksamma över att ha funnit en fristad i den västliga zonen.

Morbror Robert hamnade med sin familj i närheten av Bremen och för dem har det också gått bra.

Min kusin Karl och jag är fortfarande i livet.

Eva Grabs

(Med hjälp av min sonhustru Kerstin.)

Natur och kulturvandringar

Dags att ta fram almanackan och boka in höstens 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 genast följande datum:

28 november – Ännu en favorit i repris, lätt vandring till Lastberget med eventuell lunch.

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



Lillsjöns Trädgård
Butiken med Kunskap,
Kvalitet och Kreativitet.

Besök oss i vinterbutiken!

Blommor och presentartiklar
för vinterns alla högtider!

Julgransförsäljning
från 1:a advent.

Välkomna!

SPF-medlemmar får 10% rabatt på växter och trädgårdsprodukter. (Gäller ej snittblommor, förmedling, eller externa uppdrag.)

Öppet hela året.
Vardagar 10-18, lördag - söndag - helgdag 10-15.
Dragrännan 2, Bålsta. 0171-58050.
info@lillsjons.se

Tapas restaurang

hos minigolfen i Bålsta.

Vid beställning, bokningar och frågor
kontakta oss på
070-975 53 55
eller cap86@hotmail.com



Fullständiga rättigheter, servering och
take away.

Öppet året runt!

Boka idag för nyårsafton!



Minigolf café/tapas i Bålsta



Årsrik – vad är det?

En eftermiddag i oktober besökte Sveriges äldsta riksdagsman oss på Skeppet. PRO Håbo hade bjudit in alla tre föreningarna på Skeppet till ett fördrag med titeln "Livskvalitet hela livsresan".

Barbro Westerholm höll ett långt och intressant föredrag där hon bland annat introducerade ordet *Årsrik* som ett alternativ till många mer eller mindre förnedrande ord om de som har lagt många år bakom sig.

Barbro berättade också om det fåtal riksdagsmän som har uppnått 65-årsstreck och uppmanade alla att åtminstone kryssa, vid nästa val, de som uppnått den åldern.

Du som inte var där uppmanas att ta del av Barbro Westerholms kloka ord via hennes presentation som ligger på vår hemsida.

Kent Magnusson



Visste du...

Att du kan skriva en fullmakt till anhörig eller granne för att kunna hämta din medicin på apoteket. Du kan ha flera personer som fullmaktshavare. Be om en anmälningsblankett på apoteket.

Att du kan få hjälp på apoteket att kolla om dina mediciner passar ihop. Du kan be farmaceuten på apoteket att gå igenom dina recept med hjälp av Elektroniskt expertstöd – EES. En förutsättning är att dina recept är sparade elektroniskt.

Barbro Larsson

Duromoll på Pomona

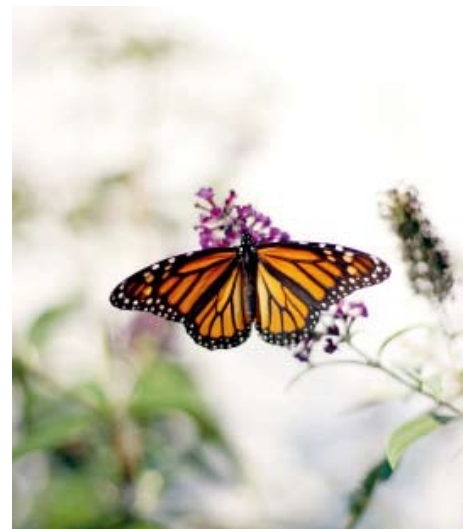
SPF Seniorernas egen kör Duromoll gjorde ett uppskattat framträdande på Pomona en torsdageftermiddag i oktober under ledning av Bernt Gahn. Flera glada sånger framfördes med stort engagemang och med Ove Janssons trevliga presentation.

Det var Pomonas intresseförening som stod för arrangemanget och det bjöds också på kaffe och bulle i den fullsatta matsalen.

Barbro Larsson

Framtidsfullmakter

Från den 1 juli 2017 gäller lagen om framtidsfullmakter. Den innebär en lagstadgad rätt för privatpersoner att upprätta en fullmakt som blir giltig när han eller hon på grund av sjukdom, psykisk störning eller liknande inte längre kan ta hand om sina angelägenheter. Fullmakten utställs alltså för ett framtida behov.



Vad är en framtidsfullmakt?

- Från den 1 juli 2017 gäller lagen om framtidsfullmakter. Den innebär en lagstadgad rätt för privatpersoner att upprätta en fullmakt som blir giltig när han eller hon på grund av sjukdom, psykisk störning eller liknande inte längre kan ta hand om sina angelägenheter. Fullmakten utställs alltså för ett framtida behov.
- Fullmaktsgivaren bibehåller sin rättshandlingsförmåga, det vill säga kan, trots att det finns en framtidsfullmakt som har trätt i kraft, ingå avtal, hantera sina personliga och ekonomiska angelägenheter, med mera.
- Vanliga fullmakter, som inte återkallas, fortsätter att gälla enligt svensk lag även om en framtidsfullmakt upprättas.

Innehåll

- Fullmakten får omfatta de personliga eller ekonomiska angelägenheter som fullmaktsgivaren själv bestämmer, till exempel skötsel av löpande ekonomiska angelägenheter såsom att betala räkningar, hantera avtal om hyra, el, och andra abonnemang. Den kan även omfatta förvaltning av tillgångar såsom tillgångar i bank.
- Fullmakten får inte omfatta åtgärder inom hälso-, och sjukvård,

eller tandvård, till exempel att bestämma viss vård. Fullmakten får inte heller omfatta frågor om att ingå äktenskap, bekräfta faderskap, upprätta testamente, och liknande frågor av personlig karaktär.

Formkrav

- Fullmakten får upprättas av den som fyllt 18 år.
- Fullmakten ska vara skriftlig och den ska skrivas under i två myndiga vittnens närvaro.
- Vittnena ska bekräfta fullmakten med sina underskrifter.
- Fullmaktshavare får inte vara vittne.
- En framtidsfullmakt kan enligt lag återkallas.
- Vid ändring av framtidsfullmakten gäller samma krav som när man upprättar en framtidsfullmakt för första gången, om inte ändringen endast gäller att fullmakten ska begränsas.
- Fullmakten ska uppvisas i original när den används gentemot tredje man, till exempel en bank.

När träder fullmakten i kraft?

- När den som har ställt ut framtidsfullmakten på grund av sjukdom, psykisk störning och liknande varaktigt och i huvudsak

inte kan ta hand om de angelägenheter som framgår av fullmakten.

- Det är fullmaktshavaren som bedömer när ett sådant tillstånd har inträtt. Fullmaktshavaren kan begära att tingsrätten ska pröva om fullmakten har trätt i kraft.
- Det kan också anges som ett krav i framtidsfullmakten att tingsrätten ska pröva om fullmakten har trätt i kraft.
- Den som innehar fullmakten ska meddela fullmaktsgivaren, dennes make eller sambo samt dennes närmsta släktingar att fullmakten har trätt i kraft och vad den innehåller. Ett sådant meddelande kan göras muntligen eller skriftligen.

Vad får fullmaktshavaren göra?

- Fullmaktshavaren har behörighet att utföra de åtgärder som framgår av fullmakten.
- Fullmaktshavaren får ställa ut en fullmakt till någon annan, till exempel en advokat, om det behövs i en särskild fråga, till exempel juridiskt stöd i samband med tvist eller fastighetsförsäljning eller för förvaltning av viss egendom.
- Fullmaktshavaren får inte använda fullmakten om det kan finnas motstridiga intressen mellan den som har ställt ut framtidsfullmak-

ten och fullmaktshavarens eller dennes släktingars intressen.

- I framtidsfullmakten kan det anges att fullmaktshavarens åtgärder ska granskas av en viss person. Dessutom kan fullmaktsgivarens make/sambo eller släktingar begära att fullmaktshavaren redovisar vad han eller hon har utfört. Även överförmyndaren kan begära en redovisning.
- Överförmyndaren kan bestämma att fullmakten helt eller delvis inte längre får användas om fullmaktshavaren har missbrukat fullmakten.
- Fullmaktshavaren får återkalla andra fullmakter som avser samma sak som framtidsfullmakten.
- En fullmaktshavare bör dokumentera de åtgärder som utförs med stöd av framtidsfullmakten för att underlätta granskning och redovisning.

Gåvor och arvode till fullmaktshavaren

- I framtidsfullmakten kan frågor om gåvor och arvode regleras.
- Om fullmakten inte reglerar gåvor gäller att fullmaktshavaren kan lämna personliga presenter till andra än sig själv. Värdet på presenter måste vara rimligt med hänsyn till fullmaktsgivarens ekonomiska förhållanden.
- Arvode får inte tas ut om inte framtidsfullmakten anger detta särskilt. Om belopp saknas måste beloppet vara skäligt i förhållande till uppdraget.

Fullmaktens upphörande

- Fullmakten kan enligt lag alltid återkallas av fullmaktsgivaren.
- Överförmyndaren kan besluta att framtidsfullmakten helt eller delvis inte får användas om fullmaktshavaren missbrukar sin ställning och inte tar till vara fullmaktsgivarens intressen.
- Fullmakten saknar verkan i den utsträckning godmanskap eller förvalterskap har anordnats för fullmaktsgivaren.
- En granskare har rätt att återkalla fullmakten om detta framgår av fullmakten.

Fullmaktsgivarens dödsfall etc

- Om fullmaktsgivaren avlider fortsätter framtidsfullmakten att gälla enligt lag, om fullmaktsgivaren inte angivit annat i fullmakten.
- Vid fullmaktsgivarens konkurs upphör fullmakten att verka från konkursbeslutet.
- Om fullmaktsgivaren får förvaltare har fullmaktshavaren rätt att utföra sådana rättshandlingar som är nödvändiga för att skydda fullmaktsgivaren.

Framtidsfullmakter i banken

En framtidsfullmakt gäller i förhållande till tredje man, till exempel en bank. Den som har ställt ut en framtidsfullmakt ger en rätt åt fullmaktshavaren att ingå avtal, med mera för dennes räkning i förhållande till tredje man. Den som innehar en framtidsfullmakt ansvarar för att fullmakten är riktig och att han eller hon handlar inom de ramar som anges i fullmakten. Fullmaktshavaren kan bli skadeståndsskyldig gentemot den som har ställt ut framtidsfullmakten och även gentemot en godtroende tredje man, till exempel en bank. Det kan inträffa om fullmaktshavaren till exempel har handlat utanför fullmaktens gränser och detta har orsakat skada.

Bankerna har i enlighet med lagen om penningväxt långtgående skyldigheter att ställa frågor för att lära känna sina kunder och den som företräder kunden. Detta gäller således även vid ställföreträdarskap med framtidsfullmakt.

Fullmaktsgivaren bör noga överväga innehållet i en framtidsfullmakt och med jämna mellanrum se över och ändra innehållet i framtidsfullmakten med hänsyn till livssituation, tillgångar med mera.

För banken och för fullmaktsgivarens trygghet är det viktigt att banken har möjlighet att utföra vissa kontroller för att verifiera att fullmakten är giltig och inte har upphört att gälla. Banken kan därför komma att ställa vissa kontrollfrågor i samband med att en framtidsfullmakt presenteras i banken. Banken behöver exem-

pelvis verifiera att fullmaktsgivaren hade fyllt 18 år vid upprättandet av fullmakten samt om god man eller förvaltare har utsetts. Framtidsfullmakten saknar verkan i den utsträckning godmanskap eller förvalterskap anordnats för fullmaktsgivaren (27 § lagen om framtidsfullmakter).

Bankerna åtar sig inte att bli fullmaktshavare åt sina kunder.

Att tänka på vid upprättandet av en framtidsfullmakt

Det här bör man särskilt tänka på när man upprättar en framtidsfullmakt:

- Noga överväga innehållet i fullmakten. Innehållet kan också behöva ses över med jämna mellanrum.
- Det är möjligt att ange i fullmakten att en domstol ska fatta beslut om att fullmakten ska träda i kraft.
- Framtidsfullmakten kan innehålla villkor för gåvor.
- Framtidsfullmakten kan reglera frågan om ersättning ska utgå till fullmaktshavaren för dennes åtgärder.
- Framtidsfullmakten kan innehålla krav på granskning och redovisning av fullmaktshavarens åtgärder.
- Framtidsfullmakten kan ange vad som ska ske när fullmaktsgivaren avlider, till exempel att fullmakten ska upphöra att gälla.



Svenska Bankföreningen
Swedish Bankers' Association

Seniorråd i LPO (Lokalpolisområdet) Enköping/Håbo

Som jag tidigare berättat om, har det bildats ett Seniorråd i Enköping/Håbo där bl.a pensionärsföreningarna ingår. Det är ett möte per termin då vi får träffa polisen från Enköping. Meningen är att polisen då informerar om vad som händer i vårt lokalpolisområde. Vi får även möjlighet att föra fram vad vi i föreningarna har för erfarenhet eller fått höra om i vårt närområde. Detta är viktigt för oss och inte minst för polisen som på så sätt kan sprida sådan information till hela området.



I början av oktober hade vi ett möte, där vi var ett 15-tal personer som deltog.

Vi fick information om brottsutvecklingen sedan förra mötet, (20 april 2017) bland annat statistik över bostadsinbrotten vilket var den brottstyp som ökat mest i vårt område.

Fickstöld/stöld ur väskor, samt väskryckningar från oftast äldre personer.

Bilstöld, stöld av mc, båtar och cyklar.

Statistiken sammanställdes från vårt LPO, under en begränsad del av året.

Enköping hade statistiskt betydligt fler brott än Håbo. För vår del kunde man dock se att det fanns en tydlig "trend" av brott runt vår pendel/tågstation, där man har konstaterat att det ofta är ungdomar från Bro som är inblandade.

Vi fick information om hur DNA märkning av ägodelar går till. Denna information finns även tillgänglig på internet, och det går också bra att kontakta sitt försäkringsbolag för mer information om metoden.

Grannsamverkan är något man gärna framhåller som ett bra instrument för att minska riskerna när man är exempelvis bortrest. I vår kommun har vi också tillgång till hjälpmedel om några är intresserade att starta "Grannsamverkan". Det är inte bara i villaområden som det går bra att starta grannsamverkan utan även i flerfamiljshus.

Det finns också en informationsbroschyr, om hur du som är äldre skyddar dig mot brott. Vi kommer få tillgång till denna broschyr och jag kommer se till att den finns tillgänglig på Skeppet.

Nästa möte äger rum april 2018.

Yvonne Lindström

Exempel på hjärngympa på Pomona, Anagram

Hitta länderna:

1. EINARS LUTA
2. MINSKA RUTTEN
3. EINARS BIL
4. GE HALSBAND
5. NIONDE ISEN
6. INTERN AGA
7. GIFT SA HANNA

Hitta yrket:

1. KINES ARC
2. RÄNNIL ARA

RÄTT SVAR PÅ SIDAN 26.

Natur- och kulturvandring – Vandrarleden

En typisk höstmorgon träffades ett antal "årsrika" vid PIA-närköp för att ta en längre vandring till och runt vandrarledan vid Sjöändan, nära Draget och tillbaka till utgångspunkten. Gänget blev fulltaligt efter det att vi plockat upp några som väntande vid Skeppet. De senaste dagarna hade vädret bjudit på både sol och värme men inte denna dag. Lite smårugigt var det från början men efter ett tag tittade solen fram.

Vi hade precis passerat ingången till den så kallade fornborgen när Elisabeth tog till orda och krossade alla våra funderingar på att det en gång har varit fornborg. Amatörarkeologen Börje Sandén från Upplands-Bro tillsammans med några riktiga arkeologer har kommit fram till att den med största sannolikhet inte har varit en fornborg utan någon form av kultplats.

Vi hann inte gå många steg med de nyvunna kunskaperna förrän några stod på huvudet i mossan och plockade stora och fina trattkantareller som raskt hamnade i en påse. Senare plockades också stolt fjällskivling.

Den normalt lilla-lilla bäcken som rinner ut vid Sjöändan har, efter den sista tidens myckna regnande, nästan blivit en mindre å så det blev till att hoppa ordentligt.

Väl uppe på höjden har man en stående utsikt bort mot teknikbacken, tyvärr har den tystnad som kunde upplevas här bytts ut mot ett ständigt sorl från motorvägen.

Väl framme vid de fina klipporna vid Ullevifjärdens strand satte vi oss ned för att njuta av vårt medhavda kaffe med allehanda tilltugg.

Stärkta till kropp och själ gav vi oss i klinch med "branta backen" som någon kallade "djävulsbacken" men trots det klarade alla helt galant att komma upp.

Det myckna regnandet hade gjort det svårt att gå förbi den fina utsiktsplatsen med brevlådan och gästboken varför vi istället tog den gamla "timmervägen" en bit bort mot Håbo häradsväg.

Det kändes skönt att slippa kontrollera varje steg för att undvika att slinta på hala rötter och stenar.

Den sista biten mot parkeringen vid Sjöändan iakttog vi de hålvägar som löper parallellt med stigen och förundrades över deras tillkomst en gång i tiden.

Naturligtvis började det regna under sista stegen mot den hägrande lunchen hos Micke & Malin som håller till i Dragets industriområde. Raggmunk med fläsk verkar vara populärt!

Efter lunchen tittade solen fram igen och glada i hågen avverkade vi de sista 3 km till PIA-närköp. Totalt blev det 11 km under regn, sol och en del blåst.

*Elisabeth Andersson, Kent Magnusson
och Rolf Adolfsson.*



Vinterstädning

Det är inte ett vanligt begrepp detta med att vinterstäda. Vår, höst och julstäda gör vi nog litet till mans eller kvinns.

För mig som varken vår- eller höststädat var det absolut nödvändigt, för i boden där växterna skall övervintra har det samlats en hel del "bra att ha"-saker som måste bort för nu bedömer jag dem inte så viktiga eller outhärliga längre.

Här har ni en drömmare som försöker bli realist. Slänger med tvekan, släpar hellre användbara ting till Röda Korset och hoppas någon annan har nytta av grejerna. Slit och släng är inte min melodi. Eftersom jag är som Barbro Westerholm säger en "årsrik" person och som i barndomen upplevt fattigdom har jag svårt att se hur slösaktigt en del lever, ung som äldre. Har varit en stor loppis-entusiast i många år, långt innan det var "inne" med Hemma-Hos reportage-are och Stile-program.

Gå tillbaka till vinterstädningen. Apropå *gå*, släng inte de sköna varma stövlarna med bra sula, varma mössan eller gästavarna av bara far-ten!

Halkskydden, stavarna och reflexerna är en välsignelse vid halt väglag. Blev litet av en moralpredikning och där har väl realisten i mig fått fäste, eller hur?

Drömmaren skulle aldrig använda vare sig stavar eller halkskydd. Ramla? Nej "det händer inte mig". Kanske är det bara fåfänga och inte behovet som avgör ens val, vad vet jag. Du är inte äldre eller ser äldre ut p.g.a de nämnda attributen.

Det har varit några frostnätter här ute i Krägga så nu är växterna med sönernas hjälp inburna i bodarna och där har jag ett konvektorelement som håller 5-10 plusgrader. En del av de yvigaste har jag klippt in och de fick plats tack vare vinterstädningen.

Du som inte har någon tomt men kanske en uteplats eller balkong får tänka litet annorlunda. Se till att de kommer upp från golvet eller marken, isolera med bubbelplast, trasmattor, träull och tidningar och även säckväv är bra att linda runt överdelen med. Pelargonier och andra t.ex. Bägarranka du vill spara är det bäst att ta in om det finns plats.



Bägarranka

Gärna i det svalaste men frostfria utrymmet du har, men går också inomhus fast räkna då med att de tappar bladen och ser helt vissna ut. Sparsam vattning rekommenderas.

Jag vattnar även de stora växterna som står i boden men sparsamt, bara så mycket att de inte dör. En tumregel är vid 5 grader 5 gånger per säsong vid 10 lika många gånger som grader.

Plantera lök också, det är inte för sent, så länge tjälen inte gått för djupt ner i jorden. När vi hade blomsterhandel och sålde lök blev det ibland kvar och då kunde vi t.o.m. spetta ner löken och då kom den upp senare på säsongen men blev lika fina som de tidigplanterade.

Som tomtägare får man ovälkomna, men väldigt vackra gäster t.ex. rådjur och harar. Något de älskar är tulpaner och krokus m.m. så vill du ha dem ifred är det stängsel som gäller.

Narcisser och påskliljor gillas inte av dem så ös på för fullt. Många säger "djuren var här före oss" så varför inte finna sig i att det vi serverar äter de upp. I så fall bör man nog inte plantera över huvud taget för hos oss äter de t.o.m. Bergenablada. Här kommer nog drömmaren tillbaka för jag vill att det skall se fint ut nästkommande vår, sommar och höst. En sak till: Tror inte på att kajorna ska ha förköpsrätt till bästa trädet i tätbefolkat område. De var inte först men gillar värmen i människans närhet.

Rättinvasionen har väl inte undgått någon. Vildsvin förökar sig explosionsartat och utgör en stor trafikfara, större än älg. Enligt Vilt-skadeföreningen var antalet viltolyckor under 2016 58 000 varav rådjur toppade statistiken med 44 000. Så titta noga när du är ute och kör, i skymning och gryning sker flest viltolyckor.

En sak jag reflekterat över eller som snarare är en fråga. Varför bär nästan alla svarta kläder, unga mest, men även "årsrika"?

Har sett på Kräggavägen att de som bär ljusa kläder och de med reflexer syns så mycket bättre. En billig livförsäkring kan man tycka!

*Med vänliga och förmanande hälsningar
Birgit Olofsson*

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/bålsta

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

GoFix:it
Datorer & Service

Vi fyller 10 år!

Dator-hjälp hemma!

500:-



1 tim, med RUT-avdrag



Drop-in

500:- vid löst problem



0171 - 66 77 20

mån - fre 9-17 Mjöd. 6, Bålsta

lördag 11-14 www.gofixit.se

Ring 8-17 för bokning annan tid!

SPF/PRO-rabatt!
10% på Drop-in
tjänster!

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.



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

Då ger vi alla ålderspensionärer

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

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

Varmt välkommen
önskar Krister med personal

ICA KVANTUM
Bålsta Centrum
Din färskvarubutik

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



www.facebook.com/icakvantumbalsta



KlarSynt.

**Hos oss får du
alltid 15% rabatt**

Gäller ej för redan prisnedsatta produkter,
paketprisprodukter och synundersökning.

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

Du får ett livslångt köputrymme på 15 000 kr och så länge du har en skuld dras 295 kr/månad via autogiro.
Inga räntor och uppläggningsavgifter tillkommer.
Av månadsbeloppet utgår en kontoavgift på 14 kr.

Bålsta Optik.

Centrumstråket 11, Bålsta, Tel 0171-561 09

Öppettider:

Måndag - Fredag: 10-18 • Lördag: 10-14 • Söndag: Stängt

MEDTAG ANNONSEN TILL BUTIKEN FÖR
ERHÅLLANDE AV OVANSTÅENDE ERBJUDANDEN



VIANOR
Member of Nokian Tyres

**SEHMANS DÄCK
OCH SERVICE**

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

Din VIANOR-verkstad i Bålsta.

Montering

Balansering

Bilservice

Reparation

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

Öppet måndag - fredag 8 - 17.

0736-26 17 54

www.sehmansdack.se

Sehmans
däck & service



Månadsmöte i oktober

Långt innan Olle Eilestam och Deri Rowlands släpptes loss hälsade Bo Lundgren minst fem nya medlemmar välkomna till vår förening och delade ut SPF-nålar.

Britt-Marie Petterson berättade om shuff-leboard och Hans Rennar om bowling och de hälsade alla intresserade välkomna till dessa aktiviteter.

Björn Burström och de andra trafikombuden berättade och visade en förskräcklig film om vad som kan hända när man träffar på en älg eller annat djur i trafiken. Sparbanken hade sponsrat reflexer till oss alla.

Hjälpsam i Bålsta hade bjudits in att berätta om alla de hjälpmedel de har och Roger Sjödin visade och demonstrerade allt från strumpor till "eloped" för hugade spekulanter. Det blev lite av ett "mopperace" framför scenen när dessa fordon provades.

Det blev lite snärjigt för Programkommittén att återställa lokalen innan PRO skulle ha sin PUB-afton.

Kent Magnusson



Julen



– är en mycket stor högtid för de allra flesta, medan andra tycker att den bara kostar en massa pengar och firas enbart på grund av gammal tradition. Men vet vi allt om denna helg? Kände du kanske till detta?

1. Föddes Jesus verkligen på julafton? Många forskare, inte minst astronomer, har olika teorier om Jesu födelse. Där många är rörande överens om att han i vart fall inte föddes i december. Mera troligt är att han blev född på våren, sommaren eller hösten. Men traditioner ändrar man inte gärna på och på den tiden i Rom firade man redan solguden den 25 december och därför var det enkelt att byta ut den högtiden med något annat som låg mera i tiden.
2. I vårt land höll vi kvar namnet jul från en tidigare högtid som vi firade i förbindelse med midvinterståndet. Vad ordet *jul* egentligen betyder vet ingen riktigt men man tror att det kommer från urgermanskan, där även finnarna lär ha hämtat sitt ord för jul, *jouli*. Engelsmännen däremot bytte ut sitt motsvarande Yule till det mer religiösa Christmas (Kristus mässa).
3. Ordet *julklapp* och dess eventuella koppling till de tre visemännens gåvor vid Jesu födelse är omtvistat och något man kanske inte ska beröra. Däremot blir det mer och mer vanligt att vi köper julklappar åt oss själva och den får då vanligtvis kosta omkring en femhundra eller strax däröver.
4. Den första adventskalendern som är allmänt känd bestod av 24 kakor som var uppsatta på en bit kartong. Det var på 1800-talet som en tysk kvinna gjorde detta åt sin son så han lättare skulle genomlida den långtråkiga tiden fram till julafton. Den första svenska adventskalendern blev utgiven 1934.
5. Den första Gävlebocken ställdes upp mitt på torget inför julen 1966, men på nyårsnatten brändes den ner, något som därefter blivit en underlig tradition och sker nästan varje år. Men tio år senare 1976 rasade den ihop efter det en manlig förare kört in i dess bakben med en Volvo Amazon.
6. Naturligtvis går det inte att beskriva julen utan att också nämna jultomten och huruvida han verkligen har en chans att hälsa på alla

snälla barn runtom i hela världen. På företaget Swedco har de räknat på detta och kommit fram till om han färdas med sin släde i 5 800 kilometer i timmen och stannar 34 mikrosekunder i varje hem, då hinner han precis.

7. Sedan är det julgranen. Varje år stjäls det drygt en halv miljon granar i de svenska skogarna enligt flera enkätundersökningar, och det motsvarar faktisk tjugo procent eller att var femte julgran som står i våra hem är stulen. Men många känner nog inte till att julgransstöld kan ge fängelse enligt lagboken, dessutom har skogsägaren rätt att gripa förövaren och tillkalla polis. Men i flesta fall kommer tjuven undan mot att han betalar ett skäligt belopp och sedan får han ta granen med sig till hemmet. Det är ju trots allt jul.

8. En jul utan "Kalle Anka och hans vänner" kan nog inte många tänka sig och är bland det allra heligaste på julafton. Men här kommer en hälsning från oss alla till alla er som tror att tv-programmet alltid har sett likadant ut. Ni har nämligen fel. Fram till 1982 byttes alla inslagen ut varje år utom ett fåtal och just det året togs "Tjuren Ferdinand" bort, något som orsakade en enorm folkstorm. Dessutom har SVT försökt två gånger ta bort programmet helt och hållet ur julaftonens tv-tablå och misslyckats varje gång.

9. Det är viktigt att ta hand om varandra under julen och då speciellt barnen, det är ju trots allt deras högtid. Julhelgen anses dessutom vara mycket farligt för äktenskapet eftersom januari ligger otroligt högt i skilsmässostatistiken. I England och USA kallas första måndagen efter jul- och nyårshelgen för "divorce Monday" på grund av att så många ansöker om skilsmässa.

10. Känns julhelgen alldeles på tok för kort, då skall du vara glad att du lever nu och inte på 1600-talet. Då flyttades nämligen Knuts namnsdag från den 6 till den 13 januari och man flyttade även julfirandets slut till denna dag.

*Till slut vill jag önska er alla en riktigt
God Jul och ett Gott Nytt År!
Arne E Due*

Rapport från årets FB i bowling 11 - 12 okt

Årets förbundsmästerskap i bowling 11-12 oktober arrangerades av Glanshammarbowlarna (SPF Seniorerna Glanshammar) i Strike & co i Örebro. Denna hall har 24 banor, i Bålsta har vi 6 banor.

Från vår förening deltog i år 8 spelare och det glädjande för mig var att 4 av dessa deltog för första gången i denna typ av arrangemang.

I god tid innan vår starttid klockan 16 den 11 oktober samlades vi för en gemensam fika i hallen, samtidigt som vi kunde kolla in hur det gick för spelarna i omgången innan vår.

Innan det var dags för "testa-banorna-tiden på 5 minuter" blev det uppställning för det obligatoriska gruppofotot och sedan var det bara att invänta starten.

Vi hade blivit tilldelade banorna 1-4, som startbanor, så våra trogna supportrar bänkade sig bakom dessa banor i god tid innan.

I denna typ av tävling spelar man 6 serier utan handicap. Herrarna och damerna är indelade i 5 åldersklasser.

Förutom att vi spelade individuellt hade vi anmält 4 stycken 2-mannalag.

Vid samtal med tävlingsansvarige Thorsten undrade jag varför det var så få deltagare från SPF-föreningarna i närområdet.

"Vi är inte tillräckligt bra" fick han som svar från de flesta...

Jag är glad att jag fick ihop 8 spelare, varav 4 "debutanter".

Totalt var vi drygt 210 SPF:are från ett 35-tal olika föreningar från Sundsvall i norr till Ystad i söder som deltog i detta mästerskap.

Föreningen Freja från Sundsvall kom med hela 22 spelare.

Vi tre i ledningsgruppen tycker att det är lärorikt att delta i dessa tävlingar, samtidigt som vi genom vårt deltagande visar att föreningen SPF Seniorerna Håbo "finns på kartan".

Spelet gick väl så där, några var nöjda med sitt resultat och andra vet att de kan bättre... som alltid.





Vi var i alla fall där, spelade efter bästa förmåga och tyckte att det var jätteroligt, samt träffade även i år spelare som deltagit i mästerskapet, som vår förening arrangerade i Bålsta år 2011.

Nästa år kommer FB att spelas i Falun någon gång i oktober.

Efter ombyte till civila kläder och ett besök i cafeteria/baren var det så dags för hemresan i mörkret till Bålsta.

Här är en länk till resultatlistorna

www.svenskalag.se/glanshammarsbowlarna/sida/50088/spf-masterskapet-2017

Text och foto Hans Renner

Svaren på hjärngympa på Pomona

Hitta länderna:

1. AUSTRALIEN
2. TURKMENISTAN
3. BRASILIEN
4. BANGLADESH
5. INDONESIEN
6. ARGENTINA
7. AFGANISTAN

Hitta yrket:

1. SNICKARE
2. LÄRARINNA

Besök på Riddarhuset i Stockholm, för andra gången.

Den 9 oktober gjorde 31 medlemmar från Håbo/Bålsta ett besök på Riddarhuset i Stockholm. Första gången, den 21 februari i år, var vi 47 tappra deltagare, som vågade att ge sig iväg en vinterfrisk tisdag.



Eftersom så många intresserade ville följa med den 21 februari, så lovade jag att boka ett andra besök.

Vi begav oss iväg på förmiddagen den 9 oktober, klockan 08.30, från Gamla Järnvägsstationen, vidare till Bussterminalen och Kalmar Livs.



Vid ankomsten till Riddarhuset möttes vi av Oscar Langensköld, som på ett intressant och innehållsrikt sätt informerade om Riddarhuset och dess gamla och nuvarande bestämmelser. Riddarhusets bestående, medlemskap och fortsatta verksamhet, bedrivs enbart av adliga medlemmar i privat regi.

Vi guidades runt i palatset, med Riddarsalen och familjernas vapensköldar som ett av det intressantare momenten.

Flera av våra besökare hittade en och annan släktings vapensköld på väggarna. Allt i nummerordning i enlighet med introduceringen av den adliga släkten.



Efter besöket här begav vi oss per buss till *Restaurang Ebenist* vid Stortorget i Gamla Stan.

Erfarenheten av vårt första besök här den 21 februari, föranledde mig att även denna gång boka vår lunch här.

Vi avslutade besöket i Stockholm och Gamla Stan med en fantastisk lunch, proffsigt bemötande, både på Riddarhuset, Restaurang Ebenist och åter igen vår förträffliga chaufför – Mats, som även körde oss vid utflykten till Örebro med Wadköping den 19 september i år.

Jag tackar alla för trevligt sällskap på denna och andra resor.

Text och foto: Elke Merkel Ragnarsson



Restaurang
Ebenist



Hur får jag in appen i mobilen?

Det finns inga dumma frågor.

Vad är Mobilt BankID?

Fråga oss så hjälper vi dig att komma igång med banken i mobilen. Välkommen in!

Hur hittar jag mitt lösenord?

Elin Johansson-Aminder
Tel. 0171-854 25

Sparbanken i Enköping

Båistakontoret - Stockholmsvägen 85
www.sparbankenenkoping.se

Studiecirkel:	Dag och tid:	Anmälan:
Odlå på liten yta Robin Welch	Återkommer till våren.	070-728 79 13
Surfplatta & telefon i vardagen Lennart Carlsson	Inget i höst. Återkommer i vår. lennart5592@gmail.com	070-569 75 74 0171-548 59
Plocka rätt svamp Kristina Winroth	Återkommer i höst.	072-312 00 80
Fransk konversation Staffan Wohrne	4/10, 18/10, 1/11, 15/11, 29/11, 13/12. Onsdag 9.00-11.00 Äpplets samlingslokal.	070-287 22 50 0171-577 90
Konstcirkel Olof Bentz	Möjlig tid i december? Fredag klockan 14.00-16.00. Olof Bentz, bildlärare & konstnär leder oss.	
Frågor om cirkeln besvaras av Agneta Wahlström på telefon		070-617 11 33
Må bra i knopp & kropp Gun-Britt Renefalk, ej nyanmälningar	Samtal om livet. 19/9 – 28/11. Äpplets samlingslokal. Tisdagar jämna veckor kl. 9.30-12.00	0171-56 11 7
Skrivarcirkel Gunnel Ferm	Återkommer till våren. gunnelferm43@gmail.com	0730-46 47 21
Tyda gamla texter, fortsättning (Ej nyanmälan.) 24/8 – 30/11. Inger Kölestam Catharina Josefsson	Torsdagar jämna veckor 8.30-11.00	070-740 53 35 070-548 80 52
Vi hjälps åt att tyda gamla texter, t.ex. kyrkböcker. Cirkeln mycket lämplig för alla släktforskare.		
Religionskunskap Gunnel Ferm	Tisdagar udda veckor klockan 13.00-15.00 gunnelferm43@gmail.com	0730-46 47 21
Våra fåglar Tillsammans får vi lite mer kunskap om våra fåglar. T.ex. vandring vid Hjälstaviken för att se fågellivet där på hösten. Vilka fåglar stannar hos under vintern, hur överlever de? Vart flyttar våra fåglar under vintern? Cirkeln följs upp under våren med nya träffar för att då ta emot våra fåglar. Arne Lindqvist	19/9, 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 14/11 kl. 14.00-16.00	0708-72 07 65
Hälsa och välmående Mari Starbakovic'	13/9, 27/9, 11/10, 25/10 klockan 15.00-17.00 På Bryggan på onsdagar.	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	25/9, 9/10, 23/10, 6/11, 20/11, 4/12, kl. 9.00-12.00 20/11 kl. 08.30-11.30.	0171-545 64
Grundkurs i att lära sig att mata in uppgifter i och hantera släktforskningsprogrammet <i>Disgen</i> . Rika möjligheter att hålla reda på personuppgifter, församlingar, orter och boställen under släktens levnad. Cirkeln hanterar också utskriftsmöjligheter och kartfunktioner.		

Studiekommitén söker ledare i engelska och latin.

Latin är ett önskemål. Nu slutar Brian Turner efter att ha haft Engelska i 8 år.



Studiecirklar:	Dag och tid:	Anmälan:
Snacka om nyheter Bibbi Lundgren	4/9 - 11/12. Klockan 14.00-16.00. Jämna veckor.	0171-59412
Sånggruppen Duromoll Bernt Gahn	Start 24/8 t.o.m. 7/12 varje vecka. bernt.gahn@telia.com	0171-50206
Historia Ronny Kjellqvist	12/9 - 5/12. Tisdagar ojämbna veckor kl. 10.00-12.00	0171-51615
Litteratur Barbro Eriksson	29/8 - 5/12. Onsdagar ojämbna veckor kl. 10.00-12.00	0171-50024
Engelska Brian Turner	Start 5/10, 10 gånger. Äpplets samlingsal. Torsdagar kl. 10.00-12.00.	0171-55761 070-5741224
Redaktionscirkeln Barbro Larsson	Start 26/7. Plommonvägen 10. Onsdagar jämna veckor, 10.00-12.00	0171-50749
Släktforskning nybörjare/fortsättning Catharina Josefsson	31/8 - 7/12. Torsdagar ojämbna veckor 8.30-11.00.	070-5488052 070-7405335
Inger Kölestam		
Nybörjare/fortsättning:		
Släktforskning grupp 1 Sven-Erik Svensson	1/9 - 8/12 Fredagar ojämbna veckor 8.30-11.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 2 Sven-Erik Svensson	25/8 - 1/12 Fredagar jämna veckor 8.30-11.00	070-7332489
Släktforskning grupp 3 Sven-Erik Svensson	1/9 - 8/12 Fredagar ojämbna veckor 11.30-14.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 4 Sven-Erik Svensson	25/8 - 1/12 Fredagar jämna veckor 11.30-14.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 5 Sven-Erik Svensson	1/9 - 8/12 Fredagar ojämbna veckor 14.30-17.00.	070-7332489
Släktforskning grupp 6 Sven-Erik Svensson	25/8 - 1/12 Fredagar jämna veckor 14.30-17.00.	070-7332489
Data för noveller Olle Atling	14/9 - 30/11. Torsdagar kl. 14.30-17.00.	0171-51580
Våra fordon, gamla som nya Bengt Olof Olsson. bolov.ol@telia.com	Vad vi har haft & kanske har kvar i garaget. Klockan 14.00-16.00. 4/9, 2/10, 30/10, 27/11.	0171-51061
Knyppling Ella Andersson	Start 15/9 - 1/12. Fredagar 9.15-12.00. Materielkostnad.	070-4400636
Hantverk Helena Löfgren	Start 22/9 - 1/12. Fredagar 9.30-12.00. Materielkostnad.	0171-59965
Busk- & trädbeskäring Robin Welch	Börjar september/oktober.	070-7287913
Män i köket "på egen hand" Bo Lundgren	6/9, 27/9, 18/10, 1/11, 6/12. Onsdagar kl. 17.00 - 21.00.	0171-59412
Goda och lättlagade måltider		
Tillsammans med Gert-Inge lagar vi god mat. För tillfället inga nya anmälningar. Kostnad: Självkostnadspris på det som tillagas, äts och dricks.		
Gert-Inge Öman	24/8, 14/9, 5/10, 26/10, 16/11, 7/12, kl. 17.00 - 21.00.	070-9315991
Vi spelar gitarr Bo Lundgren	Start 21/8. Måndagar 12.00 - 14.00	0171-59412

Fysiska aktiviteter:**Rullstolspromenader**

Fernando Mena
Gustav Körner

Qi gong. Lokal Korpen

Eva Hermansson

Seniordans på Skeppet

Monica & Björn Källberg

Vattengymnastik

Kontaktperson Birgitta Pettersson

Stavgång vid Granåsen

Solveig Fredriksson

Bowling, 110 kr/gång.

10-kort 90 kr/gång

Hans Renner

Bowling nybörjare

Hans Renner

Boule Medborgarhuset utomhus

Sonja Fahlström

Boule Skokloster Bygdegården

Christer Ridderstråle

Shuffleboard Skeppet

Britt-Marie Pettersson

Bordtennis

Karl-Åke Palm

Tennis

Staffan Wohnr

Golf

Bo Ekberg

Leif Lindberg

Senior-Yoga

Svea Sahlén

Övrig verksamhet:**Bridge**

Staffan Wohnr

Övningsbridge

Håkan Jonsson

Hans Hedström

Träslöjd på f.d. Träffen

Olle Atling

Bingo

Anders Boström

Vävning

Inger Mobrin

MC-gruppen

Bengt Bremark

Royne Eriksson

Dag och tid:

Pomona onsdagar ojämn veckor kl. 10.30.

Start 19/9. Tisdagar klockan 15.00-16.00.

I samarbete med Korpen. 450 kronor för 10 gånger.

Start 18 september t.o.m. 20 november.

Måndagar 10.00-12.00.

Onsdagar 18.00-18.45, lördagar 9.15-10.00

Start vecka 36. Stora bassängen.

Start 13/9 - 20/11. Onsdagar 9.00-10.30

Anmäl dagen före om du tänker delta.

Start 15/8 - 19/12, 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.

Anmäl intresse.

Start 9 maj - 3 oktober. Tisdagar klockan 10.00.

Start preleminärt 15 augusti.

Tisdagar klockan 10.00 - 12.00.

Start 5 september t.o.m. 5 december.

Tisdagar 18.00 - 20.00.

Start 13 september t.o.m. 6 december.

Onsdagar 09.00 - 10.30.

Intresserad?

Kontakta Staffan.

Start 4 april. Tisdagar kl. 09.00.

Avgift: Rangebollar, spel enl. gällande avgift.

Sofielunds golfklubb.

Start 28 september t.o.m. 7 december.

Skeppet torsdagar klockan 08.30 - 10.00.

Dag och tid:

Start 23/8 - 13/12.

Onsdagar kl. 12.30 - 17.30.

Start 4/9 - 11/12. Måndagar kl. 13.00-16.00

jonssonh46@gmail.com

Start 13/9 - 29/11. Onsdag 15.00-17.00.

Ring gärna dagen före om intresse finns.

Onsdagar 23/8-13/12. Pomona 18.45-20.45.

Mansängstorg 2, 10.30-12.30.

Torsdagar 24 augusti t.o.m. 7 december.

Talltorpskolan. I samarbete med PRO.

Start 27 april klockan 10.00.

Samling vid Gamla Järnvägsstationen.

Anmälan:

0171-574 84

0171-592 95

073-641 56 64

0171-544 18

0171-500 32

0171-507 43

070-750 32 37

0171-590 10

070-750 32 37

0171-590 10

073-154 83 83

070-571 12 74

018-38 60 62

0171-46 77 56

076-186 56 25

0171-577 90

0171-591 37

0171-507 74

0171-542 19

Anmälan:

0171-577 90

0171-516 30

0171-579 33

070-731 29 91

0171-549 62

070-323 14 18

073-967 64 46

070-225 49 38



Välkommen till oss i SPF Seniorerna Håbo!
Ingen är för gammal att delta i våra aktiviteter.
Vår expedition finns på SKEPPET, Kalmarvägen 3, 746 31 Bålsta.
Telefon 0171-557 47. Organisationsnummer: 817 001-1079
Vill Du bli medlem? Kontakta Britt-Marie Danielsson
telefon 070-497 58 56 eller Gunilla Kjerrström 0171-565 96,
e-post medlemsregistret.spfhabo@bktv.nu

*Decemblemumret av Medlemsforum utkommer vecka 49 – manus **senast den 20 november**
till Lars Hansson, Granelundsvägen 4, 746 34 Bålsta
Telefon 0171-509 87 Mobiltelefon 070-453 61 24
E-post: medlemsforum.spfhabo@bktv.nu
Tidningen sätts i Berling 12/14.4, rubriker i Optima 19.
Vid annonsfrågor: Vänd dig till Olle Atling, 0171-515 80, 070-731 29 91, olle.atling@bktv.nu*

SPF Seniorerna Håbo hemsida: www.spfseniorerna.se/habo
Uppgifter/inlägg sänds till: spfhaboweb@boesha.se
SPF Seniorerna Uppsala distrikts hemsida: www.spfseniorerna.se/uppsaladistriktet
SPF Seniorerna Förbundets hemsida: www.spfseniorerna.se
SPF Seniorerna expeditionens mailadress: spfhabo@bktv.nu
Ordförande i SPF Seniorerna Håbo mailadress: ordf.spfhabo@bktv.nu
Sekreteraren i SPF Seniorerna Håbo mailadress: sekr.spfhabo@bktv.nu
Bankgiro SPF 5111-1425. Bankgiro för resebetalningar SPF 688-1684.
Ansvarig utgivare: Bo Lundgren, 070-544 84 26, bosbi@telia.com