

PRO HÅBO

Medlemstidning
6 2020



Innehåll

Ordförande har ordet	3
Nytt fr medlemsregistret + Rolands Ruta + Bild	4
Nationell friluftsdag den 21/10	5
PRO Håbo resor + Gådansarna	6
Alla 80+ +Viktigt meddelande + Efterlysning	7
Skeppsgården	8
Skeppsgården	9
Kort från KPR + Återhämtning från COVID-19	10
Reflektion + Klubbmästerskap i Boule	11
Trevligt från matlagningskursen	12
Medlemmarnas röst	13
Orientexpressen	14
Orientexpressen + Lura mig inte + "Båtlyftet"	15
Friluftsdagen den 8/9 + Nyhetsblandning	17
Efterlysning + Eva´s kåseri	19
Den svenska drömfabriken-del 2	21
Den svenska drömfabriken-del 2	23
Något om framtidsfullmakt	25
Att lyfta sig själv och andra	26
Oktober + Redaktörens röst	27
Studiecirklar och friskvårdsaktiviteter	28

Ett stort tack, till alla annonsörer.

Annons	Sida
Bålsta Begravningsbyrå	20
Bålsta Doktorn	20
Bålsta Däckcenter	16
Bålsta Gravstenstjänst AB	18
Bålsta Optik	16
Dragets IT	20
Fonus	22
Handelsbanken	12
Hjälpsam	12
Hälsoterassen fotvård	16
Hälsoterassen klippning	24
ICA Maxi	22
Kalmarsands restaurang	24
Klipphörnan	22
Krägga café & lanthandel	22
Kvarnibble butik & musteri	18
Lydias Friska Fötter	16
Peter Spolare AB	24
Sparbanken	18

Vill du bli medlem?
Ring Roland tel. 546 48
Eller gå in på www.pro.se/habo

Följ PRO Håbo på hemsida: www.pro.se/habo

Redaktionen för PRO Håbo medlemstidning

Ansvarig utgivare: Irene Lundbäck	070 640 30 97
Redaktör/layout: Rune Westerlund	070 535 15 50
Annonser: Åke Wahlstrand	070 832 42 36
Annonserarna ansvarar själva för sina annonser.	
Resor: Åke Wahlstrand	070 832 42 36
Hälsosam: Birgitta Sikström	070 753 69 31
Studier: Eva Svennerstedt Broander	070 732 90 83
Ekonomi: Kjell Ibbinger	070 868 17 45
PUB: Yvonne Vojbacke	070 795 60 37

Tidningens E-post: pro.habo.bladet@gmail.com

Bankgiro **5848-7521**

Bankgiro för resor **525-6888**

Organisationsnummer **817001-0535**

PRO Håbo hemsida: www.pro.se/habo

Hemsidans E-post: pro.habo.webb@gmail.com

**Redaktionen är intresserade av
sina läsaers synpunkter.
Därför inbjuds du att kontakta vem
du vill i redaktionen med din åsikt.
Tack på förhand för just din synpunkt.**

Omslag: Framsida: "Mälarens skepp" Foto Leif Schütz
Baksida: Studiecirklar och aktiviteter

Nästa nummer: Utkommer i december
Manusstopp i mitten av november

**Kulturarrangemangen
sker i samarbete med
ABF Uppsala län**



ARBETARNAS BILDNINGSFÖRBUND

Ordförande har ordet

Det har nu gått sju månader sedan Corona blev ett stort problem för oss. Det känns så konstigt att inte ha de vanliga aktiviteterna att gå till. Sommaren har varit bra i år, sol och lite regn. Det har gjort att jag varit mycket utomhus. Boule har varit räddningen. Då har jag träffat många andra två dagar i veckan. Antalet spelare har också ökat allt eftersom tiden gått. Nu är det inte så lång tid kvar innan det slutar för hösten och då blir allt mycket tråkigare. Att få åka ut på landet några dagar tillsammans med barn och barnbarn har varit toppen. Det var lätt att hålla avstånd där. En promenad varje dag på runt 3 km

för att få lite motion har också funnits på agendan.

Sedan försöker jag att cykla i stället för att ta bilen. Surströmming, en delikatess, bjöd Lennart och Lilly på en kväll i augusti. Det var så gott och roligt med trevligt sällskap.

Vi har haft ett styrelsemöte i augusti och då bestämdes att vi ställer in alla aktiviteter som styrelsen ansvarar för resten av året.

Vi får tänka nytt till våren då vi har mycket som är uppskjutet. Jag har i alla fall bokat lokaler för medlemmöten, pubar och The dans i vår på nya Skeppsgården. Om vi kan använda alla vet vi fortfarande inte. Tyvärr blir det inte heller nå-

gon julresa/julbord med Cinderella i december.

Något som ändå måste göras under hösten är flytten till våra nya lokaler. Det står lite mer om dem inne i tidningen. Kennet är den som organiserar flytten.

Under höstmötet skulle vi ta verksamhetsplan och budget men den tar vi i vår när vi kommer igång med våra möten igen. Vi har ju inte kunnat arbeta enligt de gamla planerna i år så det blir säkert överfört en del till nästa år.

Det var allt för denna gång. Hoppas vi ses snart och var försiktiga och tvätta händerna ofta.

Ordförande Irene Lundbäck

Stöd under Coronatider

Stöd för dig som vill ha praktisk hjälp

Röda Korset kan hjälpa dig som är 70 år eller äldre eller tillhör en annan riskgrupp för COVID-19.

Håbo kommun samarbetar med Röda Korset som organiserar frivilliga som vill hjälpa till. De tjänster Röda Korset kan erbjuda är:

- handla
- hämta ut medicin
- erbjuda stödsamtal
- hämta ut paket
- lämna tillbaka och låna böcker från biblioteket

Välkommen att ringa onsdagar och torsdagar klockan 9.00-15.00 och berätta vad du behöver hjälp med. Lunchstängt klockan 12.00-13.00. Tel. 076-262 65 82. E-post: beredskap.habo@redcross.se

Röda Korsets tjänster är kostnadsfria. Kostnader för exempelvis livsmedel eller mediciner betalas i efterhand till kommunen via inbetalningskort, swish eller postgiro.

Nationella telefonlinjen Äldrelinjen

Är du över 65 och längtar efter någon att prata med?

Du kan ringa Äldrelinjen på telefonnummer: 020-22 22 33 vardagar 8-19 och helger 10-16

Kommunens frivilligsamordnare vägleder dig

Välkommen att kontakta frivilligsamordnare Tina Tiefensee om du undrar vilket stöd du kan få från frivilliga i Håbo. Tina är också äldreombudsman och kan hjälpa dig med andra frågor.

Telefon: 0171-525 74, 070-617 14 31 E-post: frivillig@habo.se

PRO Håbo

Om du vill prata med någon i vår förening så hittar du telefonnummer i vår tidning till styrelsemedlemmarna. Expeditionen är bemannad tisdagar mellan 10 och 12 så då går det att ringa dit också.

Text Irene



Välkommen till PRO expeditionen!

Expeditionen finns på Skeppet

Besöksadress: Kalmarvägen 3. Tel. 0171 583 15

OBS! På grund av Coronaviruset

Öppet endast tisdagar kl 10.00 - 12.00

Dörrarna till Skeppet är låsta.

Ring så öppnar PRO åt er!

Café "Skeppet" är stängt tills vidare

E-post till expedition: habo.uppsala@pro.se

Meddelande från medlemsregistret.

PRO Håbo hälsar en ny medlem välkommen till PRO Håbo!

Lilian Norrmyr

Om du flyttar till ny adress meddela detta till:

- Roland Oscarsson telefon 546 48
- E-post: rolosk@bktv.nu
- PRO Håbo expedition tel. 583 15, öppet må-to kl. 10-12

Medlemsregister:

PRO Håbo och även det centrala medlemsregistret uppdateras kontinuerligt när det gäller mobiltelefonnummer och e-mail adress.

Var vänlig att meddela eventuella förändringar så snart som möjligt!

Rolands blandningar

Flugan utan efterlevnadskydd

På väg in parkeringsgaraget halv-dunkel ser jag att en fluga kommit med hemifrån. Den spatserar runt i taket, uppochner dessutom. Ett begåvat sällskap i bilen.

Första tanken var att jaga ut den, men så kom jag att tänka på flugans familj. Vem tar hand om barnen där hemma, det är tre kilometer tillbaka. Kan den klara sig på en helt främmande plats och i avgaserna här i garaget. Och, var går gränsen för vilka insekter man kan jaga med en smällare eller deportera till exil?

Under pandemin kommer de här frågorna upp som en del i terapin.

Japansk visdomsord

Om det inte är ditt, ta det inte.
Om det inte är rätt, gör det inte.
Om det inte är sant, säg det inte.
Om du inte vet, förbli tyst.

Nödläge

De blev rätt nödiga och sprang ikapp till närmaste kommunala toalett.

"Du är välkommen! Ladda ner vår app! Betala sen med kort! Der är så lätt".

De valde pin-kod för att installera ett lösenord, adress och epost-fält. Men knappen Öppna ville ej fung-

era. Och plötsligt var det inte aktuellt. Saxat från DN

En liten hjärtevärmare!

En helt vanlig dödlig mamma satt och fyllde i ett frågeformulär i kvällstidning. En fråga var bl.a Anser du att du är överviktig? Hon läste frågan högt för sig själv men hennes 9-årige son lyssnade och funderade. Sen sa han: "Nää, mamma du är inte överviktig du är jätteviktig" Med andra ord det är inte så viktigt om man är underviktig normalviktig eller överviktig

Tyst är

Corona. Jorden slipper vanligt buller.

En sällspord tystnad, sägs det, inget muller.

Från flygplan, industri och krogkastruller.

Och diskodunk och kräftraketters smäll.

Och skulle Eiffeltornet ljudlöst falla som vår mest kända knappål, kunde alla runt hela jorden höra ljudet skalla i en pandemisk brist på decibel.

Saxat från DM

Lite smått och gott

Om verkligheten inte stämmer finns en digital version.

Var hos doktorn för min yrsel och

när jag skulle betala fick jag balansräkningen

Konungen bland knoppar. Älgstek!

Den där greven som kom i tid, vem var det egentligen?

Socialt medium för de yngsta; Minstagram.

Var kommer alla taskiga virus från och vart har alla bussiga bakterier tagit vägen?

Erik den 14:e gick hädan av otjänlig årtsoppa och Ludvig den 16:e av schavottenlök. Huvva!

Roland Oscarsson 90+



Välkommen till PRO!

Gör som 330.000 redan gjort - gå med i PRO och få vänner och upplevelser för livet! Ta del av ett stort utbud av aktiviteter och stöd PRO:s viktiga intressepolitiska arbete.



PRO



PRO Håbo Hälsosam en del av PRO:s nationella friluftsdag onsdagen den 21 oktober

PRO:s riksorganisation har beslutat att inspirera och uppmana till en gemensam rikstäckande friluftsdag onsdagen den 21 oktober 2020 .

Jag har konstaterat att många genomför och har genomfört olika aktiviteter på många olika sätt och utifrån egna intresseområden – trots de kontaktsvårigheter vi har haft under större delen av året. Det är jag oerhört glad för och vill verkligen framföra en eloge till Er!!

De som har sina ordinarie aktiviteter och vill utföra dessa den här speciella dagen gör naturligtvis det men jag har ett förslag på en aktivitet som alla kan delta i och det är:

SKOGSBAD

(OBS! inga badkläder och inget vatten behövs!!)

Ny forskning talar numera om "att skogsbada för hälsans skull"! Forskningen har visat att skogsbad hjälper oss att:

- skapa lugn
- lösa problem
- dämpa ångest
- slappna av
- bli gladare
- sänka blodtrycket
- öka kreativitet, uppfinningsrikedom och fantasi
- förbättra koncentration och minne

Här är det skogen och inte aktiviteten som är i fokus.

Det går ut på att vi träffas och går en lugn, lätt promenad i skogen under vilken vi använder alla våra sinnen som syn, hörsel, lukt!

Pratar med varandra gör vi först när vi gått promenaden klart. Vi sätter oss då ner för en gemensam fika och pratstund.

Så ha därför med dig fika, sallad, frukt eller vad du själv vill ha.
Tag på dig kläder efter väder.

**Vi träffas vid parkeringen mellan Lidl och Sparbanken
– onsdagen den 21 oktober kl 13:00**

Undrar du över något - ring Birgitta Sikström tel. 070-753 69 31.

VÄL MÖTT TILL ETT SKOGSBAD !

Hälsar Birgitta Sikström
Hälsosam

PRO HÅBO RESEKOMMITTÉ

OBS! INGA RESOR ÄR PLANERADE

Har du något förslag på resmål ?

Hör gärna av dig till resekommittén, för framtida planering.

Välkommen med ditt förslag.

- Åke Wahlstrand, tel. 070-832 42 36

- Johny Jexell, tel. 070-658 49 12

- Kennet Jonsson, tel. 070-320 05 06

- Anders Hillgren, tel. 076-901 34 49

- Monica Vikström, tel. 070-733 04 35

Håll dig uppdaterad på www.pro.se/habo

Gådansarna vandrar vidare

PRO Håbo följer naturligtvis Folkhälsomyndighetens restriktioner. Därför är alla möten, danser, PUB-kvällar och mängder av aktiviteter pausade tills restriktionerna ändras. Utomhusaktiviteter i min-

dre grupper som håller avstånd och där deltagarna är friska har hela tiden varit tillåtna att göra.

En sådan aktiv och hälsofrämjande grupp har sedan i våras varit deltagarna från de båda dansgrupperna, som har promenerat tillsammans på onsdagar och fredagar.

Alla som har vilja och möjlighet är välkommen att följa med på vandringarna.

Samling sker kl. 10:00 utanför Skeppet onsdagar och fredagar. Du går i din egen takt och så länge du själv orkar.

Aktiviteten är helt kostnadsfri.

Text Rune W

Gådansarna

Foto: Sonja Granholm



Motion eller dårskap?

Sedan den förskräckliga pandemins intåg i våra liv i år har allas våra kontakter minskat. Vi är dock några som flitigt genomfört skogsvandringar men självklart med social distans.

För egen del har det resulterat i, att jag sedan i mars och till för tre veckor sedan tillryggalagt en sträcka motsvarande Bålsta – Skellefteå. Där har jag vänt och är nu på väg tillbaka och nu nått trakten av Umeå! Text/Bild Birgitta S



PÅMINNELSE!

Tyvärr ser det inte bättre ut än att Folkhälsomyndighetens rekommendationer åter är högaktuella.

Därför vill vi påminna om att:

- **Hålla avstånd**
- **Tvätta händerna noga och ofta**
- **(med tvål och varmt vatten)**
- **Stanna hemma vid minsta symtom.**

Text Birgitta S

HEJ ALLA 80+are

Vi har inte glömt bort den årligen återkommande lunchen. Liksom ni hade vi sett fram emot, att få träffa er alla över en bit mat och underhållning.

Dessvärre tvingas vi ställa in 2020 års 80+lunch och vår förhoppning är, att vi ska kunna genomföra den vid lämpligt tillfälle under våren 2021.

Vi tänker på er och hoppas att ni trots de tider som råder har det bra!

Styrelsen

Text Yvonne V

VIKTIGT MEDDELANDE TILL VÅRA LÄSARE

VI VILL PÅMINNA OM ATT VÅR MEDLEMSTIDNING FINNS ATT LÄSA DIGITALT PÅ VÅR HEMSIDA.

DU SOM HAR TILLGÅNG TILL DATOR OCH SOM SKULLE KÄNNA DIG BEKVÄM MED ATT LÄSA TIDNINGEN DIGITALT, VÄNLIGEN MEDDELA DETTA TILL NÅGON I TIDNINGSREDAKTIONEN.

SE SIDAN 2 HÄR I TIDNINGEN FÖR KONTAKTUPPGIFTER

Text Yvonne V

NU MÖNSTRAR VI AV FRÅN SKEPPET OCH ÄNTRAR SKEPPSGÅRDEN

I skrivande stund är ombyggnaden av Skeppsgården inne i slutfasen. Det är full aktivitet med de sista arbetena med målning, montering av takarmaturer, parkettläggning i stora salen mm.

Lokalerna är totalrenoverade och anpassade efter våra önskemål och är ljusa och trivsamma. Högt till tak är det i stora salen, som rymmer 150 personer. En lokal vi kan vara stolta över. I anslutning till

salen ligger caféet med 25 platser. Därutöver inryms kapprum, expeditioner, kök, datasal samt fem aktivitetsrum av varierande storlekar. Enligt plan kan en successiv inflyttning påbörjas under november månad. Gårdsrådet planerar och genomför flytten i samråd med föreningarna.

Visning av lokalerna görs under december månad. Datum är ännu inte fastställda. På grund av Covid-19

kommer Folkhälsomyndighetens rekommendationer att följas. Visningen schemaläggs med 20 personer i varje grupp samt gäller förhandsanmälan.

När schema för visning fastställts, meddelas detta på vår hemsida. Det går även att ringa till exp. 0171-58315, under våra öppettider **VÄLKOMMEN!**

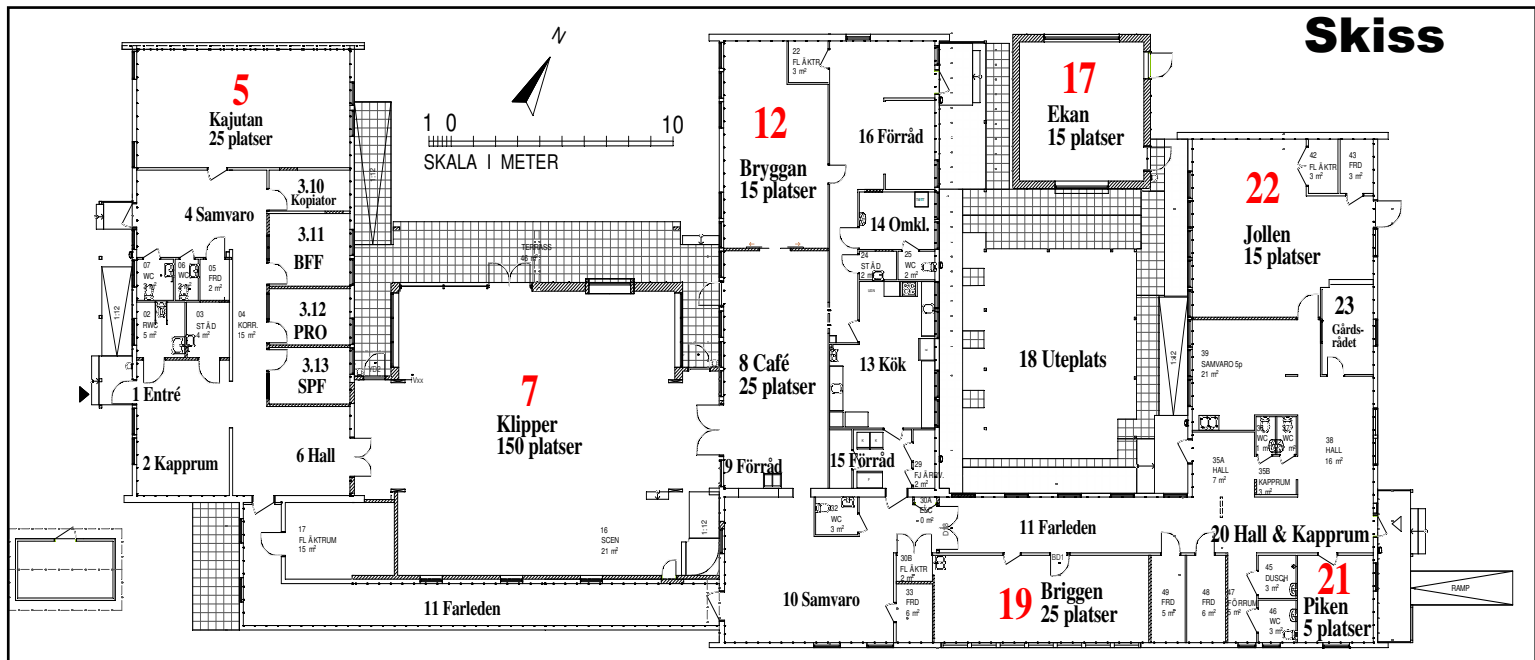
Kennet

Text + Foto Kennet J





Gården mellan hus B och C



**Jaha, det var den sommaren det !!
Men misströsta inte,
om ½ år åker hon i igen !**



Kort rapport från KPR

Under våren kallades vi inte till något KPR-möte pga Corona. Då begärde vi ett möte med en representant för varje förening (presidiummöte) och det hölls i början av juli. Sedan hade vi ett ordinarie KPR den 27 augusti.

Vi har fått information om hur läget var runt Corona och smittspridning i kommunens verksamhet. Totalt 7 avlidna på kommunens boende/eller kommunal hemtjänst. Inga nya fall sedan 9 maj vilket var positivt.

Kommunen har nu byggt upp ett lager på skyddsutrustning som räcker i fyra månader. Det har varit jobbigt för ordinarie personal i sommar. Det har varit mer ordinarie personal än vanligt under sommaren då det har varit viktigt att alla rutiner ska följas. På grund av detta har personalens semester spridits ut mer än vanligt. Vikarier och ny personal har fått utbildning om Corona för att undvika smittspridning.

Korttidsboendet och växelvärderna i kommunen har varit stängt under denna period. Detta har varit mycket påfrestande för anhöriga som inte fått den avlastning de behöver.

Vi har fortfarande inte fått klart besked om planerna för Pomona i framtiden.

Det har också framkommit klagomål på maten på Pomona och matleveranserna.

Det är fortfarande personer som har vård utanför kommunen. De flesta finns numera på en ny avdelning i Enköping men en del finns kvar längre bort och väntar på plats i kommunen.

Förvaltningen håller på och se över riktlinjerna för beställning av riksfärdtjänst.

Text Irene L



Foto Pixabay

Återhämtning från COVID-19

Jag har mottagit en kraftig positiv reaktion på berättelsen om mitt insjuknande och behandling på Akkis i förra numret.

Här kommer en kort berättelse om min hem-rehabilitering, återhämtning och befrielse från COVID-19.

Efter en månads vistelse på sjukhus ansågs jag vara så pass återställd att jag kunde återvända hem. Positivt eftersom jag:

- inte hade någon feber
- kunde andas utan hjälp av syrgas
- tog mig upp ur sängen utan hjälp
- klarade av att göra toabesök
- klarade av att gå utan hjälpmedel
- kunde äta fast föda själv
- äntligen fick återförenas med min familj och vänner.

Min sjukskrivning fortsatte under hela maj månad då jag satte mig själv i karantän. Torrhostan ville inte ge med sig och folk kunde bli rädda om jag började hosta. Orken vägrade att infinna sig trots allt längre promenader och träning.

Sedan den 1:a juni är jag återigen arbetssökande.

Ett stort glädjeämne sedan jag lämnade sjukhuset är den sociala bekräftelsen och gemenskapen som mitt engagemang i de ideella föreningarna gett och ständigt ger mig. Under två veckor i juli kunde jag åka till min stuga i Norrbotten. Denna gång var frugan och vårt barnbarn på sex år med på resan. Väl framme fick vi slåss mot väldigt blodtörstiga mygg och högt gräs, men även hälsa på släkt och vänner.

Jag, frugan och vår son Philip tog

ett antikroppstest hos en vårdcentral i Bålsta. Samtliga av oss visade positivt resultat.

Lite orättvist att vi i Uppsala behöver betala 200 kr för testet medan det är gratis i Stockholms län.

Under min behandling mot COVID-19 blev jag tillfrågad om jag ville vara med i en studie som Universitetet och Akademiska genomförde bland de som drabbats lika hårt av COVID-19. I studien ingick flera olika mätningar av lungkapaciteten. Några blodprov, ett minnestest och motionstest ingick också. Blev intervjuad om hur jag mår efter allt jag gått igenom. Det avslutades med en lungröntgen.

En del av de som haft liknande behandling som undertecknad har fått en bestående nedsatt lungfunktion. Jag befärrar att jag också har drabbats av det.

Sedan en tid tillbaka ingår jag och min familj i en samtalsgrupp hos Bålsta Doktorn för personer som har haft COVID-19

Text Rune Westerlund
En COVID-19 kämpe och överlevare.

Red. anm. COVID-19 har innan åter börjat spridas skoningslöst på många platser i Sverige, och hela världen. Sverige har en ökning av antalet insjuknade, men ett minskat behov av patienter som kräver CIVA och respiratorvård.

Det som kan vara lugnande nu är att COVID-19 denna gång inte är lika aggressiv som den var tidigare. För att minska risken att bli drabbad, följ Folkhälsomyndighetens restriktioner.

Reflexion

I slutet av förra året tänkte jag mej en härlig vinter med skidåkning i konstsnöspåret på Granåsen och fika i kaféet. Så blev det inte, det blev en tråkig vinter med mildväder, barmark och Coronavirus. Förhoppningsvis får jag och andra vinterälskare en snörik, lagom kall och solig skidsäsong nästa år, 2021. Och innan dess har vi haft en helt oväntad och annorlunda vår och sommar. Nu påbörjar vi hösten med fortsatt avstånd och handtvätt.

När ska jag få känna närhet, värme och gemenskap med DE MINA i måltider, utflykter, nöjen och dela bekymmer och glädje fysiskt? När?

Det mentala avståndet till anhöriga är frustrerande. Den långa tid vi

avhållit oss från att ses, har vi anpassat oss till varningarna, haft tålamod och funnit oss i andra sätt att njuta av vår och sommar. Anpassningen ökade det mentala avståndet, jag kände en risk att tappa bort varandra. Optimist som jag är hoppas jag att innerligheten återkommer när vi får kramas igen.

I brist på anhängiggemenskap i Coronamånaderna har seniordansen varit en välsignelse, inte med dans, utan med den vänskap den givit under flera år. Många av oss dansare har träffats, spelat boule, vandrat, gjort cykel/bilutflykter varje vecka, ickedansare likaså, behovet att göra något tillsammans verkade större när det förväntade nöjet inskränktes.

En omtyckt träffpunkt i Gröna

Dalen bland Pioner, Dalier, Gladiolus, tomater, bärbuskar och annat grönt och skönt gav oss odlare plus gäster många trevliga lunch/fika stunder som blev välgörande för både pensionärer och växter. Skratt och bra samtal, planerade nya träffar att se fram emot, har hållit rädslan för smitta på avstånd, nu är bra vaccin höstens hopp.

Yvonne bad mej skriva om hur jag upplevde faran, begränsningarna i nöjen, möten, resor på grund av smittorisken. Jo, som naiv optimist accepterar jag situationen, telefonkontakt med barn och barnbarn ger mej ro, med vänner, trädgård och god hälsa har livet varit oväntat härligt de senaste månaderna, en ny dag är en gåva. Text Eva Harald

Klubbmästerskap i Boule

Det har varit klubbmästerskap i Boule under hösten. Det var runt 30 som kom och spelade för att göra sin lycka. Uttagningarna till finalspelet tog två dagar.

När alla resultat var sammanräknat enligt konstens alla regler gick fyra till finalspel. Hur man räknar är en konst. Den som vinner en match får 2 p och poängen som är mellanskillnaden i matchen. Ta t ex att någon vinner med 13-9.

Då får vinnaren 2+4 poäng och förloraren -4 poäng. Alla skulle i princip mötas i varje deltävling. Själv tillhörde jag bottenkräpet

och hade ingen vidare tur i mina matcher eller var det brist på skicklighet.

I finalen blev resultatet:

1. Arne Kristiansson 17 p (+)
2. Bernt Wendt 7 p (+)
3. Bengt Holgersson 3 p (+)
4. Vivianne Plahn - 21 p

Ett stort grattis till er alla.

Fredagen den 25 september var det höst avslutning för oss som spelar Boule på Skeppet. Vi åt smörgåstårter med läsk eller öl därtill. Sedan avslutades det med kaffe och kaka. Vi hade spridit ut borden så att vi satt en bit från varandra i dessa Coronatider. Efter smörgåstårten var det prisutdelning till

finalisterna.

Det delades ut statyetter i guld, silver och brons till de tre bästa spelarna och en plakett till fyran. Alla hade inskriptionen Sommarboulén 2020. Sedan var det dags för vandringspriset, en stor silverpokal. Kerstin Johansson har haft den hemma hos sig i ett år men nu lämnades den över till Arne som var årets vinnare. Prisutdelare var undertecknad. Även blommor delades ut till organisatörer och vinnare. Vi fortsätter att spela så länge vädret tillåter fast vi haft vår officiella avslutning.

Slutligen vill jag rikta ett stort tack till Vivianne som är den som ansvarar för Boulén. Text Irene L



Bo och Vivianne Plahn



Klubbmästare
Arne Kristiansson

Ordförande
Irene Lundbäck

hjälpsam 0171-170400
info@hjalpsam.se
Sjövägen 3, Bålsta

Vi erbjuder ett brett sortiment av
hjälpmedel! **Hyr eller Köp**

Rehabprodukter – Stödstrumpor – Fåtoljer – Käppar
Shoppingvagnar - Telefoner – Hörsystem – Dynor
Hushållsprodukter – Personligvård - Fotvård
Elscootrar – Rullstolar – Rollatorer - Fåtoljer

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

Trevligt från matlagningskursen

Intresset för mat har nog alltid funnits. Att äta och laga mat som man mår bra av. Barnens dagmamma var också en inspirationskälla till vegetarisk kost. Skönt med en dagmamma som gav barnen god näringsrik mat. En lärare i näringslära på en 2 terminers varm och kallskänkeskurs gav intresse för mat med nyttigt innehåll.

När det blev pensionsdags fick man fritt utrymme att bestämma hur man vill tillaga och äta sina måltider.

Efter en avslutad friskvårds kurs i PRO's regim i Gysinge starta-

de vi upp en matlagningsgrupp. Snart bestämdes att vi uteslutande skulle laga vegetarisk mat. Nu blev intresset större och så startade två grupper med 6-7 deltagare i varje. De blev lagom många i köket då. Vi delade upp oss i förrätt, huvudrätt och dessert. Menyerna bestämdes för 6-7 tillfällen. Nu hade vi att göra med damer som lagat mycket mat genom åren, men inte vegetariskt. Vilken utmaning vi fick. Vi lärde oss mycket om de olika ingredienserna och av varandra. Vi hjälpte varandra och så roligt vi fick. Några odlade grönsaker hemma och tog med sig. Nu fick vi prova på grönsaker som vi aldrig hört talas om eller ätit. Det hacka-

des och rördes i kastruller och pannor. Vi vispade och skar grönsaker. Provade olika kryddor och oljor. Vi hade helt enkelt roligt. Efteråt när vi satt oss ner och smakade av de olika anrättningarna var vi glada och tillfredsställda och mätta. Trerättersmiddagen blev ingen dyr historia utan slutade på 40-50 kr per person. Vi turades om att handla och delade upp kostnaderna. Vi kände samhörighet och värme. Satt ofta kvar och diskuterade olika händelser.

Något favorit recept som vi lagade vid flera tillfällen är Majsplättar med gräddfil och lök.

Skrivet av Marianne Jönsén,
cirkelledaren vegetarisk matlagning.



Foto: Marianne Jönsén
"Matgäddje"

Medlemmarnas Röst

Sänd in din skrivelse via:

- E-post: pro.habo.bladet@gmail.com
- brev till: PRO, Kalmarvägen 3, 746 31 Bålsta

- Ring någon i redaktionen: info sidan 2.

Tack Lilly och Lennart för fiket i er fina trädgård!/Gådansarna



Foto: Sonja Granholm

Lärarinnan är ute på stan och möter en man som hon tycker sig känna igen. Hon ler och nickar vänligt.
- Förlåt känner vi varandra? undrar mannen förvånat.
- Ah, säger lärarinnan generat, jag trodde ni var far till ett av mina barn. /Monica

- Tack Yvonne och Hilka för de promenader ni samlar oss till två gånger i veckan. Vi uppskattar det mycket! /Gådansarna

En ilsken man springer in i en färghandel och skriker:

- Är svart en färg?

Expediten svarar:

- Ja, visst är det det.

- Är vit en färg?
frågade mannen då.

- Ja, det är det, svarade expediten.

Just då kommer mannens fru fram.

- Där hör du! skriker mannen, vi har visst färg-TV.
/Monica



Foto: Sonja Granholm

De nya norska miniubåtarna har bara två man i besättningen:
Per I Skåpet och Tor-Peder./okänd

Damen gick till doktorn för sin onda rygg.
- Jag har varit hos en akupunktör medger hon.
- Jaså, sa doktorn, och vad gav han för idiotiska råd?
- Att jag skulle söka upp er. /Monica

Nunnan berättade blygt för abbedissan att hon blivit förförd.
- Jaså, drick ett glas citronjuice, sa abbedissan strängt.
- Får jag Guds förlåtelse då?
- Nej, men jag slipper i alla fall se det där belåtna smilet./Monica

"Förlåt alltid dina fiender; ingenting frustrerar dem lika mycket." /Oscar Wilde

Den nygifta dottern kommer snyftande hem till sin mamma.
- Nisse är inte klok. Han har slagit sönder en fönsterruta hemma, gråter hon.
- En sån usling, svarade mamman.
Hur gick det till?
- Han duckade.! /Monica

"Jag kan motstå allting förutom frestelse." /Oscar Wilde

"Kom alltid ihåg att du är unik. Precis som alla andra." /Margaret Mead

"En kvinnas sinne är renare än en mans: Hon uppdaterar det oftare." /Oliver Herford

Norrmannen till brevbäraren:
- Har du några brev till mig?
- Vad heter du då?
- Det står på kuvertet../okänd

Orientexpressen

Morgonsolen kastar sina bleka strålar över den grå-smutsiga perrongen. Vi låter fantasin föra oss tillbaka till ett Paris under 1920-talet. Ett Paris där Ernest Hemingway bosatt sig, med förhoppningen om att träffa "världens mest intressanta människor", som kunde hjälpa honom uppför karriärstrappan. Hemingway satt på Closerie des lilas, skrev och tyckte livet var svårt, och mötte Pablo Picasso och Joan Miró bland många andra som drömde stora tankar. Vår August Strindberg satt även han på konstnärnsbaren och drack absint tillsammans med konstnärer och författare, men förstås många år tidigare. Paris och Montparnasse var som en magnet, som drog till sig kulturpersonligheter. Frigjordheten och djärvheten lockade.

På den gråsmutsiga perrongen står ett förväntansfullt par. Snart ska de kliva ombord på världens mest mytomspunna tåg, nämligen Orientexpressen. Paret är uppklädda till tänderna enligt tidens mode. Monsieur kråmar sig. Guldanden i övre tandraden glimmar och med pekfingret stryker han över den välansade tangorabatten. Knapparna i skjortan stretar över magen som försöker ta plats. Han suger på orden innan han medger att han nog är en smula nervös. Madame söker hans arm. Hennes nya blanka lågt skurna slejfskor med hög klack och dekorerade med pärlor, är för små. Tåget rycker till och smyger sig på plats. Madame undrar, en aning blek om nosen, om tåg är farligt att resa med. Monsieur tar hennes hand och förklarar att det är farligare att åka bil. Paret är ute i god tid. Det pågår en febril aktivitet på perrongen. Leverantörer av allehanda slag levererar varor. Eleganta gentleman travar fram och tillbaka i flotta uniformer. Köksmästaren inspekterar varorna innan de får lastas på. Tidningarnas utsända reporter kommer att skriva om tågets gränslösa skönhet och lyx. Känslan ombord är som att befinna sig på ett lyxhotell. Skinnfätöljer, silkeslakan, kristallglas, vita dukar och träpaneler, visade med inlägg i intarsia. Maten är av högsta gourmetklass. Än är det för tidigt att släppa ombord passagerarna. Är det troligt att vårt väntande par sänder en tanke till en man som möjliggjorde deras livs resa?

Troligen inte. Paret kanske inte ens känner till vem han var.

Orientexpressen har en historia som sträcker sig över ett århundrade. Under en Amerikaresa upptäckte belgaren Georges Nagelmackers tågutrustade utöver tidens standard. Ombord fanns restaurang, sovvagnar och generösa utrymmen i sällskapsvagnarna. Georges tog med idén hem till Europa, där det fanns ett skriande behov för bättre transportmedel. 1876 bildade han "Compagnie internationale des Wagons - Lits". Planen var att länka det rika Europa med Mellanöstern. På dagen den 4 oktober 1883 rullade Orientexpressen iväg på sin jungfruresa med passagerare. Från Paris via München, Wien, Budapest och Bukarest. Mellan Rumänien och Bulgarien i Giurgiu vid Donau fick passagerarna ta färjan och fortsätta på ett mindre lyxigt tåg till Varna vid Svarta havet. Till sist en nattresa till Konstantinopel, numera Istanbul. Resan tog 4 dagar. Flera linjer skulle efterhand komma att öppnas. Företaget nådde sin kulmen under 1930-talet när över 2000 vagnar var i drift. Både de goda och de onda reste. Spioner, smugglare, kungligheter och diplomater blandade sig med varandra. Det hände att tåg fastnade i snön och att de blev utsatta för terroristattacker. Men succén hängde på strömmen av vanliga resenärer. Under de båda världskrigen stod tågen stilla. Efter det andra hindrade Järnridån tågen att köra igenom Östeuropa. När den äntligen rostade sönder var det dags att damma av vagnarna. 19 maj 1977 rullade tåget den sista resan från Paris med 4 slitna vagnar. Ankomsten till Istanbul blev 5 timmar försenad.

Publiciteten kring nedläggningen av Orientexpressen väckte ett intresse hos amerikanen James Sherwood. Han hade köpt det magnifika hotellet Cipriani i Venedig. Sherwood kläckte idén att köpa Orientexpressen och låta tågen gå till Venedig och hans hotell. Allmänhetens stora intresse gjorde honom säker på att Orientexpressen kunde återskapas och bli lönsam igen. Avställda Wagons - Lits vagnar fanns i olika delar av Europa. I oktober 1977 höll Sotherby's auktion i Monte Carlo. 5 vagnar, som hade använts vid inspelningen av Agatha Christies "Mordet på

Orientexpressen", skulle auktioneras ut. Sherwood slog till. Den mest kända versionen av filmen är från 1974. Ombord på Orientexpressen njuter passagerarna av vinet och den goda maten. Hercule Poirot i Albert Finneys tappning snurrar sin mustasch. Han inser att tåget har fått en ovälkommen gäst - döden. Ingrid Bergman fick en Oscar för bästa biroll. Hon gestaltade missionären fröken Ohlsson, och rollen krävde träning med talpedagog för att lära sig tala bruten svensk/engelska.

Den nya ägaren James Sherwood hade en besvärlig tid framför sig. Skicket på de upphittade vagnarna var uselt. Ägaren investerade ofattbara 11 miljoner brittiska pund på den omfattande reoveringen. Varje vagn har ett eget namn. Audrey och Vera från 1932 tillhör de lyxigaste. De har ett tydligt inslag av "art-deco" i inredningen. Ibis är äldst, från 1925. Vagnen Lucille har en sportande dam på badrumsgolvet. Mönstret är skapat av minimsaik. Den svåraste utmaningen var att göra vagnarna körklara för moderna hastigheter. Fönstren fick till exempel utrustas med splitterfritt glas. Flygeln i baren skapar stämning, men för att få den på plats fick man ta bort hela väggen. Intarsiapanelerna behandlades med 7 lager eldsäkert material. Vagnarnas stälkonstruktion förstärktes för att klara en olycka, utan att pressas ihop. Tåget döptes till "Venice Simpson - Orient - Express". James Sherwood lyste av stolthet vid invigningen den 25 maj 1982. Linjen gick från början mellan Paris - Venedig. Tåget var enormt tungt och måste ha 2-3 lok för att dra tåget vid svåra passager. Att laga mat för 180 personer var ingen lätt uppgift. Maten lagades från grunden och följde den franska mattraditionen. Före gryningen stannade tåget till för att hämta upp frukostbröden tillsammans med tidningarna. Leverantörerna väntade på perrongerna med sina varor. Om det uppstod brist på sysselsättning, föga troligt, var det inte helt fel att besöka den exklusiva butiken. Var man sugen på en drink fanns resurser i butiken att servera den, innan baren öppnades.

Finns Orientexpressen fortfarande i drift? Ja, men i mindre omfattning, med avresa från London - Venedig.

Unika resor erbjuds även mellan andra städer. Tåget har restaurerade original Pullman - och Wagons - Lits vagnar från 1920-1930-talet. Men priserna är så höga att man harjar till. Förvånande är, att 3 av vagnarna står uppställda i Gävle, där de används till vandrarhem. Delar av inredningen är intakt men gästerna sitter vid enkla bord. Brickservering erbjuds.

Men hur gick det för vårt unga franska par, de som väntade den tidiga morgonen på perrongen? De fick sin drömresa. Men jag tror att sagoskimret över Orientexpressen från anno dazumal är borta för alltid. Människan är berest idag på ett helt annat sätt. Vi har minnena kvar, och det är inte så illa det heller. Speciellt för mig som älskar att gräva i historiska händelser.

Vänligen Eva Svennerstedt Broander



Foto: © Creative Commons Zero

Nyfiken vad detta kan vara? Då är det bara, slå en signal så får du höra vad det kan vara. Rune Westerlund, tel. 070 535 15 50

FÖRSÖK INTE LURA MIG

På nätet



Polisen

EFTERLYSNING

Till dig som vill hjälpa andra.

Rullstolsvandring är en mycket välkommen hjälp som både PRO och SPF utför. Jämna veckor på onsdagar är det PRO Håbo som ansvarar.

Just nu under COVID-19 sker ingen rullstolsvandring men behovet av fler som vill göra en insats är alltid lika aktuellt. Inför kommande rullstolsvandringar uppskattar föreningen din vilja att anmäla dig nu.

För mer information vänligen kontakta:

Karl-Erik Gerhardsson, tel. 0171 597 15



Hos oss får du alltid 15% rabatt

Gäller ej för vissa prisoberoende 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 beviljat köpkreditrum på 20 000 kr och så länge du har en skuld över 295 kr betalar du intägen.

Inga räntor och uppställningsavgifter tillkommer. Av månadsbeloppet ingår en kontingent på 14 kr.

Hos oss får du 36 månaders skadegaranti

Gäller vid skada efter totaltjänst av glasögonen. Värdepåskadning max 0,50% per dag från leveransdagen. Självrisik 250 kr per skada/fälla.

Hos oss får du 36 månaders KöpBonus

Vid köp av ytterligare ett par glasögon eller solglasögon med styrta, ultralätt, köp av nya glas till exakt samma pris som tidigare på 50% med en biförd tillräcklig skada max till 6% under 36 månader.

EYES4YOU[®]
Bålsta Optik

En del av Källbynt.

Centrumstället 11, Bålsta,
Tel 0171-561 09

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



DÄCKHOTELL

Guld
Förvaring, skifte, handtvätt och balansering
Pris 1295kr

Silver
Förvaring, skifte, grovtvätt & balansering
Pris 995kr

Brons
Förvaring, skifte & grovtvätt
Pris. 795kr

Vi gör en koll på dina däck och meddelar i god tid om du behöver byta några däck inför nästa säsong. Priserna gäller per säsong och är inkl. moms. Bålsta Däckcenter AB

DÄCK PARTNER
Bålsta Däckcenter AB

BÅLSTA DÄCKCENTER Tel. 0171-543 45

DINA FÖTTER I MINA HÄNDER

Fotvården på Hälsoterrassen erbjuder bl.a

- Medicinsk fotvård med pensionärsrabatt
- Vårdbehandlingar
- Behandling av nagelsvamp
- Fot och Underbensmassage
- Ansluten till Actiway

Medlem i Sveriges foterapeuter



Välkommen att boka tid hos Sanna.



 **HÄLSOTERRASSEN**

Mansängsterrassen 1 (bakom polisen) 0171 552 72
Bålsta Centrum 070 364 71 90
Mail: info@halsoterrassen.se  Bokadirekt.se

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 109D
(Scalahuset, Bålsta)



Reducerat pris för ungdomar och pensionärer
Jag gör hembesök och erbjuder zontterapi massage
Diabetiker med remiss är också välkomna!

Friluftsdag på Granåsen tisdag 8 sept. 2020

När jag drog upp rullgardinen vid 8-tiden stod regnet som spön i backen. Tänkte då: "Otur igen, med vädret". Kl. 13.30 skulle vi träffas vid Kvarnkojan för lite utaktivitet med femkamp m.m. Tack och lov blev vädergudarna med oss den här gången.

Ett 25-tal tävlingssugna PRO:are samlades i höstsolen.

Yvonne tog till orda. Hälsade oss välkomna och förklarade reglerna i de olika grenarna. Vi spred ut oss på de olika stationerna.

Korgboll var inte så lätt. Lennart, som var kontrollant, fick lägga benen på ryggen och hämta bollen både här och där.

Golf: Att slå bollen i en nätkasse, med tre svårighetsgrader, visade sig vara ett riktigt precisionsjobb.

Ringspel: En "barnlek" trodde jag. Det fick jag snart ta tillbaka. En ring, av fem, på plats av mig.

Bandy: Tre bollar skulle slås genom portar med olika svårighetsgrad. Kul men svårt.

Pilkastning: Ett gammalt spel som alla någon gång har provat. Där fanns chansen att ta hem många poäng ???

Segern i femkampen delades mellan tre deltagare med samma poäng. Bra där.

Hur många skruvar fanns i glasburken? Närmast kom Hilikka som gissade på 183 st. Verkliga antalet var 171 st., bra gissat.

Frågesporten, med 12 frågor, handlade om Uppland och Häbo. Flest rätta svar hade Irene Lundbäck. Grattis.

När alla lekt klart smakade det bra med kaffet som var och en tagit med. Det snackades och skrattades under fiket. Många hade ju inte träffats på ett halvår p.g.a. Corona-läget.

Yvonne tackade alla för en trevlig eftermiddag.

Yvonne och Kennet hade lagt mycket energi för att vi skulle få en trevlig samvaro. Stort tack till er och vi hoppas på en ny femkamp nästa år.

Vid tangentbordet Margareta Söder



Foto Kennet J

Nyhetsblandning

Polis åtalas - stal kaffe på jobbet
38 kronor – så mycket var kaffepaketet som polisen i Kronobergs län stal från jobbet värt. Nu åtalas polisen för stöld.

Polisstationen, som haft återkommande problem med kaffepaket som försvinner, började markera paketen med märkpenna.

Över en natt i augusti försvann två paket, och när det kopplades ihop med de som rört sig in och ut på polisstationen hamnade den nu åtalade i blickfånget. Efter en husrannsakan i polisens hem hittades nämligen ett paket som var märkt med just en märkpenna.

Så riggar inbrottstjuvarna ditt hus
De senaste veckorna har ett stort antal villor i Västerbotten utsatts

för inbrott. Polisen i länet har fått uppgifter om flera arrangemang av föremål framför hus – ett trick som inbrottstjuvarna använder för att ta reda på om fastighetsägaren är hemma.

Rekordmånga hockeytjejer i Rögle
Att spela hockey blir allt mer populärt bland tjejer och det senaste året har det varit en stor ökning i Skåne. Rögle BK i Ängelholm är en av de klubbar som satsat på tjejhockeyn och som nu har rekordmånga tjejer i laget.

För två år sedan startade Rögle BK i Ängelholm ett eget flicklag och redan första året fick de 20 spelare. Sedan dess har antalet spelare stadigt ökat och i dag har de nästan 50 tjejer i laget.

Glenn-myten spräckt: Flest heter

Glenn i Sölvesborg

"Alla heter Glenn i Göteborg" Glenn-myten fick liv under IFK Göteborgs storhetstid på 80-talet – då de fyra Glennarna Hysén, Strömberg, Schiller och Holm lade grunden till ramsan om att alla heter Glenn i Göteborg.

Text Rune W / Källa svt.se



Foto Pixabay

Bli inte lurad!

Bedragare gör allt för att lura dig.
Vi vill uppmärksamma dig på att:

- ▶ Lämna aldrig ut personliga koder till någon.
- ▶ Öppna aldrig ditt mobila BankID och signera på annans begäran. Detta oavsett vem som påstår sig vara avsändare.

Tipsa gärna dina vänner och anhöriga!

Sparbanken i Enköping
www.sparbankenenkoping.se



**Vi svarar
dygnet
runt!**

Kundcenter

Har du frågor om hur du
kan skydda dig? Ring till:

0171-853 00

Välkommen till Kvarnibble Butik och Musteri i Håtuna

I vår butik bjuds du alltid att provsmaka vår egentillverkade äppelmust. Här köper du närproducerat kött, must, grönsaker, ägg, honung, ost och många andra småskaligt producerade delikatesser. Eller köpa en kopp kaffe och en bulle. På gården kan du ta en promenad för att titta på våra djur, eller boka studiebesök i våra odlingar och växthus i säsong.

Öppet Fredagar 11-18 och Lördagar 11-16.

**Varje fredag får du 10%
i ålderspensionärsrabatt.**

(gäller ej i samband med andra erbjudanden)

Välkommen ut på landet!

**Kvarnibble
Butik och Musteri**
Karltoftavägen 2, Bro
Tel. 073 321 08 15
E-post info@kvarnibble.se



Bålsta Gravstenstjänst AB

Nysten Kompletteringar Renoveringar

Vi erbjuder även hembesök.

Öppettider: mån-fre 8-17
Annan tid enligt överenskommelse

Tel: 076-288 98 21, 070-433 11 04
www.balstagravstenstjanst.se
info@balstagravstenstjanst.se
Kalmarleden 56, 746 30 BÅLSTA

EFTERLYSNING

Till dig som har lust att möta andra.

Lotteriförsäljningen i Håbo Centrum är i behov av fler som vill vara med och sälja lotter. Genom din medverkan kan föreningen skapa fler aktiviteter.

Försäljningen sker fre kl. 10-16 i 3 st 2 tim pass och lör 11-15 i 2 st 2 tim pass.

Vänligen kontakta Vivianne Plahn
för mer information.

Tel. 070-775 42 01



Eva's kåseri

Just idag fick jag för mig att lyssna på en sång jag inte hört på årtal. Innan de sista tonerna från Andy Williams ebbade ut, rann tårarna. Bornfree-Livefree-Stayfree. Oscarstatyetten delades ut 1967 av komikerparet Mary Tayler Moore och Dick Van Dyke. En kör framförde vinnarsången. Troligen vardet få, om ens någon, som inte kändes sig berörd av budskapet i sången Bor Free. På svenska Född Fri. För det blev en film av den häpnadsväckande historien om vänskapen mellan lejonet Elsa och hennes människoföräldrar Joy och George Adamson, som fostrade henne från det när hon var en moderlös unge tills hon kunde återbördas till ett liv i frihet. Biblioteket blev som ett andra hem för mig när jag blev läskunnig. En magisk värld, full av sagor och spännande äventyr. Tack vare böckerna fick jag flera gånger intressen för livet. Som till exempel när jag fann Joy Adamsons böcker. När jag lånade hem böckerna från biblioteket var det som att få en el-stöt när jag, i fantasin hamnade i Afrika, och såg bilderna på livet med lejonet. Mamma varnade alltid mig för hur en el-stöt kändes och hur farligt det var. Hm ... precis så var det nog. Trodde jag. För inte så länge sedan hittade jag böckerna hos ett antikvariat. Exakt samma drabban-

de känsla upplevde jag när jag ånyo läste böckerna. Idag är känslan förvisso förenad med en sorg också, sorg över hur världen ser ut, och för vilka levnadsvillkor många djur tvingas leva under. Mitt djupa intresse och empati för djur kan jag tacka lejonet Elsa och hennes ungar för.

En gång korsades mina vägar med en svensk flygvärdinna, anställd på ett utländskt flygbolag. Det hände under 1990-talet. Hon berättade en häpnadsväckande historia. Någonstans i Afrika drev det omkring ett antal stöjiga unga elefanthannar, knappt torra bakom öronen. Ortsbefolkningen, den var inte vare sig imponerad eller road av elefanterna, som både skrämde och förstörde. Flygvärdinnan fick en briljant idé. Hon rekryterade kabinpersonalen till ett elefantprojekt. Uppvaktade ledningen. Hon fick tillstånd att behålla panten för flaskor och burkar som såldes på flygplanen. Och personalen fick sälja skraplotter till förmån för elefanterna. Gåvor trillade också in. Projektet gick ut på att bekosta infångandet och transporten av elefanterna till ett reservat. Givetvis såg flygvärdinnan till att, via ombud, meddela byledningen vad som var på gång. Risken var överhängande att elefanterna annars hade blivit skjutna. Och vet ni? Hon lyckades. Allt klaffade. Flygvärdin-

nan var på plats och filmade. Jag ordnade så att hon fick föreläsa och visa filmen hos en djurskyddsorganisation i Stockholm. Inom djurskyddet brukar man säga: "Man kan inte rädda alla men alla kan rädda någon."

Orden får mig osökt att tänka på Rita Atria från Sicilien. I den värld av oro vi lever i söker sig ofta mina tankar till 17-åriga Rita. Hennes avskedsord säger så mycket: "Om vi alla försöker bättra oss kanske vi lyckas." Rita var unik och den egenskapen blev hennes fall. Hon valde att ange den maffiafamilj hon levde inom. I sin förtvivlan och totala ensamhet i sitt skyddade boende i Rom begick hon ett ödesdigert misstag. Hon kontaktade pojkvännen. En pojkvän med dubbla lojaliteter. Rita var röjd. Hon valde sitt eget slut för att slippa ifrån fasan av att invänta hämnden. Året var 1992. Ritas minne hålls levande på Sicilien. Många människor, inte minst de unga, vågade börja protestera mot den stat som verkade inom staten. Rita gav styrka.

Ett kåseri kan ta upp alla möjliga ämnen, och så blev det visst den här gången. Ta vara på er och vi hörs läsvägen i nästa nummer.

Vänligen Eva Svennerstedt Broander

Nytt på BålstaDoktorn

Direktnummer för Er som är 75+

Vi har öppnat en telefonrådgivning för Er mån-ons mellan kl 13-14 tel. 072 209 41 65.

Jag är då tillgänglig för Er. Det kan tex vara hjälp med tidsbokning, inkontinensproblem, hälsosamtal, rådgivning eller annan bedömning. Till min hjälp har jag doktor Mikael Brandt.

Min förhoppning är att detta ska underlätta för listade hos BålstaDoktorn att komma i kontakt med oss.

Ha en fortsatt skön vinter,
önskar Åsa Grundberg, sjuksköterska



Behov av datorhjälp?

Vi har alternativen:

- Hjälp i hemmet (RUT-avdrag 50%)
- Vi kan hämta & lämna er dator utanför dörren vid behov
- DROP-IN hos oss mån-tors 9-15

PRO-medlemmar får 50% rabatt på hämtningsavgiften eller 10% på arbetet.

Telefon: 0171-667720

För mer info besök oss på www.dragetsit.se



DRAGETS IT AB

Mjödvägen 6, Draget · kontakt@dragetsit.se

Håll dig uppdaterad på www.pro.se/habo



BÅLSTA BEGRAVNINGSBYRÅ

Auktoriserad begravningsbyrå

Med personligt engagemang präglat av omtanke och valfrihet hjälper vi Dig med allt som rör en värdig begravning

Garantin för rätt hjälp

400 auktoriserade begravningsbyråer från norr till söder.
www.begravningar.se

Tel. 0171-30586

Eriksgatan 18 Enköping
20

Jour dygnet runt

Centrumstråket 3 Bålsta
Tel. 0171-467010/58620

www.balstabegravning.se

Den svenska drömfabriken, del 2

Kraftpaketet Thor Modéen var under 1930- och 1940-talet en stor stjärna på biograferna och revyscenerna. Hans rollkaraktärer stod inte långt från honom själv som person. Han nekade sig inget och unnade sin omgivning allt. Otaliga gånger gav han bort sin hatt eller överrock till någon behövande på gatan. Han tjänade rejält med pengar men gjorde lika snabbt av med dem. STRÄLANDE TIDER, HÄRLIGA TIDER, blev hans signum. Taget från en revy-monolog. Små hyss och practical jokes roade den glädlynte Thor. Ett lysande exempel på hans vardags-humor är detta: i början av 40-talet ägde Thor en gård i Leksand. Vid ett tillfälle kom ett par och satte sig vid ett av trädgårdsborden i tron att det var ett café. Thor, som såg besökarna från fönstret, tog en handduk över armen och gick ut för att ta "beställning". Det önskades kaffe och bullar och Thor spelade med. Paret kände inte igen honom. Han gick in i huset och kom tillbaka med en bricka. Han sa att det kostade ingenting och började skratta. Då kände paret igen honom. Thor hade mycket roligt åt episoden.

EN SKOJFRISK GOSSE FÖDS
Thor Odert Folke Modéen såg dagens ljus den 22 januari 1898 i Kungsör. Gossen var inte precis något ess i skolans läsämnen, men tog igen det med råge på gymnastiken, där han var suverän. Och när det gällde att ordna roliga timmen var Thor bäst i klassen. Han närde en hemlig dröm om att få spela teater. Första jobbet blev på en bank. Ingen favoritplats för Thor, som inte trivdes med att sortera växlar och annat som hörde därtill. Bankkarriären fick ett snabbt slut. Vill man behålla jobbet är det inte smart att placera ut ett stort antal häftstift på chefens stol. Efter att ha sagt "adjö och inte på återseende" till banken började Thor ta lektioner hos en danspedagog. Och nu, mina kära läsare, förstår ni nog att Thor hittat en plats där han kände sig hemma. Framför spegeln hemma tränade han flitigt monologer varenda dag.

THOR DEBUTERAR

Thor Modéen debuterade redan

under stumfilmen, men inte som komiker. Han spelade bland annat mot Gösta Ekman den äldre. När ljudfilmen kom upptäcktes hans komiska ådra och han blev snabbt pilsnerfilmens okrönte kung och en av svensk films mest älskade komediaktörer. Oförglömlig är han för sin roll i PENSIONAT PARADISET från 1937. Paradscenen är när han klär ut sig till mexikansk operasångare och går lös på inredning och gäster i Julia Caesars pensionat med sången "En äkta mexikanare". Nykterhetsrörelsen protesterade mot att det dracks i filmerna. De militära myndigheterna tyckte att 30-talets soldatfarsor förhånade militärlivet. Biopubliken tyckte tvärtom. Filmerna drog fulla hus på biograferna. Filmen Pensionat Paradiset fick det att koka över hos den så kallade kultureliten, bestående av författare och filmkritiker. Sveriges Författarförening anordnade en debatt och protestmöte i Konserthuset i Stockholm 1937, kort efter premiären på Pensionat Paradiset. Wilhelm Moberg var en av författarna som protesterade. "Svensk film – en skamfläck för vår kultur", hette det. Debatten var minst sagt hätsk. Lätt humor och vågade lättklädda inslag fick marken att skaka under fötterna på kultureliten. Idag är filmen en älskad kulturrulle. Thor blev ledsn av kritiken och när stormen lagt sig unnade han sig lite ledighet för att dricka öl och "slanka sig" 15 kilo. Svenska Filminstitutet har digitalt restaurerat många av de klassiska filmerna. Och man kan njuta av dem på DVD. Inte alla förstås, men väldigt många.

HÖGT TEMPO

Thor Modéen var en lagspelare och det var då han var som roligast. Hans arbetstempo var hektiskt. Resultatet blev 88 filmer och 220 skivinspelningar. Hans fasta scen blev Södra Teatern vid Mosebacke Torg i Stockholm. Thor medverkade ofta i både film, teater och revy samtidigt, vilket förmodligen bidrog till hans för tidiga död vid 52 års ålder. Efter kvällens föreställning blev det alltför ofta supé med tillbehör till långt in på småtimmarna. Gifte sig gjorde han två gånger med sångerskan Ulla Billqvist syster Margareta. Två barn

adopterades.

BÖTER

Thor Modéen var "alltför" rolig och dömdes den 7 mars 1935 till 75 kronor i böter. Juldagen 1934 uppträdde han vid en matiné i Sportpalatset i Stockholm. En "vän av ordning" påpekade att sådana lustigheter, som herr Modéen framförde, inte var tillåtna på högtidsdagar, Två poliser i publiken intygade i tingsrätten att komikern varit alltför rolig. Publiken då? Jo, den hade såklart skrattat nonstop genom hela föreställningen. Ja, det var en annan tid med andra värderingar än dem vi har nu. Ända fram till 1969 var det förbjudet att anordna nöjeställningar på långfredagen, som betraktades som en sorgedag.

ÅKE SÖDERBLOM

Thors parhäst, vän och inspiration, skulle man kunna säga var Åke Söderblom. "Som duo var dessa gossar inte av denna värld". Orden är Annalisa Ericssons, som spelade många gånger mot komikerparet. Annalisa skrev i sin bok "Lätta Bubbler" om hur hon imponerades av Thor Modéens smidighet, trots vikten. Thor och Åke blev som en svensk variant av Helan och Halvan. Åke var liten och nätt som en jockey, men en jätte på scenen. Stod det "Åke" på tidningarnas löpsedlar visste alla vem det handlade om. I filmen "Kyss henne" från 1940 framför Thor en kameldans med Åke som spejande beduin på ryggen. Thor kunde dansa och när man ser Åke kan man tro att han var en professionell dansare. Han hade ett sinne för takt och en förmåga att härma kroppsrörelser. Och han var en oerhört duktig och produktiv textförfattare. Inför inspelningen av ovan nämnda film frågade Åke regissören Weyler Hildebrandt vilken sång han skulle sjunga framför den torftiga ridån som var upphängd i ateljén. Weyler sa: "inte fan vet jag, men vi har Jules Sylvain här idag. Han får tota ihop något under lunchen". Schlagerkungen Jules Sylvain, som egentligen hette Axel Stig Hansson, och Åke tog sig till restaurang Stenvillan. Under lunchen skrev Åke texten på en matsedel. Musiken lekte Jules fram på en flygel efter den goda lunchen och därefter återstod det för Åke och Annalisa att lära sig numret.

KLIPPHÖRNAN HERR & DAM

Bålstavägen 9, Bålsta

Telefon 0171 - 512 38

Birgitta



Jag erbjuder pensionärer
över 65 rabatt på klippning

Krägga Café & lanthandel

Välkommen till oss!

För att:

- fika
- äta lunch/middag på vår terrass
(eller inomhus)
- njuta av natursköna Krägga

Det finns även möjlighet
att boka in evenemang hos oss.

För öppettider se vår Facebook-sida
alt mejla: moreofkregga@gmail.com

FONUS

ETT PERSONLIGT
AVSKED

Personlig begravning

Vi hjälper dig att skapa en ceremoni som blir
ett personligt avsked och ett fint minne. Med lång
erfarenhet inom branschen och stor kännedom
om området, hjälper vi dig med alla
frågor inom begravning.

Välkommen till Fonus i Bålsta!



Anders Strandroth
Kundrådgivare

Stockholmsvägen 15, Bålsta | 0171 567 20 | fonus.se



BÅLSTA
MAXI
ICA STORMARKNAD

Öppet 7 - 22 • www.ica.se/balsta.se • 0171 - 404 880

Lilla Järnåsen 9, Bålsta
www.ica.se/balsta



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

Då ger vi alla seniorer

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

när du drar ditt ICA Kort i kassan.

Varmt välkommen

önskar Krister med personal

*Anbudet gäller ej spel, lotter, just och vid ett tillfälle per vecka.

APOTEK 
Öppet alla dagar 8-20



folkspel

postnord

Sången "Vi har så mycket att säga varandra" blev mycket populär och har spelats in ett flertal gånger av olika dansband. Ulla Billquist har sjungit in den. Hon blev känd för den breda allmänheten med sången "Min soldat". Ni kanske minns ... "för han är min soldat ... någonstans i Sverige. Under beredskapstiden reste många skådespelare ut i landet och underhöll de inkallade. Thor Modéen var en av de flitigaste resenärerna.

HYSS av VUXNA POJKAR

Det är självklart att det blir enformigt att kväll efter kväll spela och säga samma lustigheter på revysscenen. Åke och Thor utsatte kamraterna för hyss. Det kunde vara nyspulver lite här och var. Skor som saknade skosnören. En kväll hade Åke bråttom med ett klädbyte och blev snabbt varse om att någon skruvat ur lamporna i hans privata krypin. Misstänkt förövre stavades Thor Modéen. En annan gång hade John Botvid bara sekunder på sig att byta byxor. Någon odåga hade sytt ihop nederdelen av byxbenen. "Jag kom botten", sa Botvid när han försenad kom ut på scenen. Väl känt är när en toanödig Thor tvingades trava fram och tillbaka utanför toaletten. Han såg i nyckelhålet att någon satt där. En docka var ditställd med nedhasade byxor. Till slut slet Thor upp dörren och skrek: "hur länge ska ni sitta här egentligen?" Dockan föll ihop och gissa om det skrattades. Ett lite mer avancerat skämt råkade Thor ut för. Åke spikade in en öppnad burk surströmming i de mörklagda mellanfönstren inne i Thors loge. Han kom aldrig på varifrån lukten kom och han klädde om sig i korridoren i flera veckor. Det var Åkes hämnd för att Thor ibland sprutade vatten på honom när han klev ut på scenen.

SISTA FILMEN och SLUTET

Sista gemensamma filmen för Thor och Åke blev Lille Napoleon. Båda två fortsatte att spela in filmer på varsitt håll. Vänskapen bestod. Tiden rann till slut ut för Thor. Lever och njurar var slut. Han dog på pingstdagen 1950 endast 52 år gammal. På begravningen kom en man fram i blåställ. Han klappade kistan och sa: "tack för allt Tosse." Precis som vännen Thor tärde Åke hårt på sina krafter. Ljuset brann i

bägge ändar. Depressionerna kom och gick och trösten blev alkohol. Åke drack aldrig för nöjes skull, enbart för att döva smärtan och oron i sitt inre. Sina problem försökte han klara genom att jobba ännu intensivare. När han drack kunde han genomgå en kuslig förvandling, till det sämre. Åke lämnade scenen och jordelivet på sin post, kan man kalla det. Han avled i sin loge av en hjärtinfarkt i pausen på Lisebergsteatern. Året var 1965 och Åke blev endast 55 år.

Sickan Carlsson spelade många gånger mot Thor och Åke och hon älskade dem båda. Hon har beskrivit i sin bok hur sagolikt det var när hon, Thor och Åke stötte ihop på sminkavdelningen i Råsunda. Jag citerar:

""De var precis som småbarn, man kunde tro att man befann sig på ett dagis. Thor var värst av dem alla. När han sträckte ut sin stora hand för att hälsa la jag snabbt mina bakom ryggen. Man kunde aldrig vara säker på att inte få en elektrisk stöt när man tog Thor i

hand. Han hade ett helt lager av skoartiklar från Buttericks. När man gick på något av hans upptåg hördes hans bullrande skratt och han sa: "härliga tider, strålande tider". När vi spelade på Södran åt killarna ofta på Mosebacke innan föreställningen och tog väl sina rediga snapsar och öl till maten. Efter föreställningen dracks det också enormt mycket grogg, mest konjak och whichyvatten. Men om Thor bjöd på grogg kunde man få ett glas där det inte kom något ur glaset."


KÄRA LÄSARE

Det finns så oändligt mycket mer att berätta om detta komikerpar och jag välkomnar er till mina filmträffar när/om kusten blir klar. Det vill säga när Coronaviruset inte längre är ett hot. I förra numret utlovades en berättelse om Hasse Ekman och Julia Caesar. Men bladen i denna tidning räcker inte till. Håll därför utkik i nästa nummer. Berättelsen fortsätter.

Vänligen Eva Svennerstedt Broander



Höst på gång-vägen
Foto Margareta Söder



Problem med avloppet?
Vi felsöker, filmar och spolar dina rör!

PETER SPOLARE AB

Kontor: 0171-515 50 Mobil: 0704-94 17 64

E-post: info@peterspolare.se
Hemsida: www.peterspolare.se

ERBJUDANDE FÖR PENSIONÄRER

Dam & Herrklippning 380:-

Välkomna till Helen!



HÄLSOTERRASSEN

Mansängsterrassen 1, Bålsta (bakom Polisen),
info@halsoterrassen.se, www.halsoterrassen.se

0171-555 72
bokadirekt.se

Konferens ~ Festvåning ~ Catering
Dagens rätt ~ Affärslunch
Kalmarstrand
RESTAURANG & BAR

Vi fortsätter med lågpriser för PRO

Gäller även vid beställning av catering om ni är många.
PRO-medlemmar har rabatt även på kvällar!

Även lunch catering.

Öppentider;

- Måndag - torsdag kl: 9 - 17
- Fredag kl: 9- 21
- Lördag kl 12-23
- Söndagar endast förbokning 95:-

**Vi har en stor altan,
med sjöutsikt.**

Dagens lunch varje dag 9-16 95;- -Lörd. 12-15 95;-
Även avhämtning 90:- med sallad, 95:- med dryck

www.kvartersmenyn.com
Tel. 0171-569 90

*Lunchsittning
förbokas.*

Något om framtidfullmakt

Med en framtidfullmakt går det att känna sig säkrare inför framtidens oförutsägbara händelser. Det kan vara klokt att utse någon som tar hand om ens ekonomiska och personliga frågor när det inte längre går. Då utser den som ger fullmakten (fullmaktsgivaren) en person som för fullmaktsgivaren räkning har rätt att ingå olika slags avtal. Personen som tar emot fullmakten kallas för fullmaktshavare.

Fullmaktsgivaren väljer någon som går att lita på och som gör bästa möjliga val i ens intresse, förslagsvis en familjemedlem eller en god vän. Genom en framtidfullmakt tar fullmaktshavaren hand om fullmaktsgivarens ärenden när det i framtiden inte längre är möjligt. Framtidfullmakten skrivs i förbyggande syfte och är ett alternativ till god man och förvaltare. Säkra din framtid och skriv en framtidfullmakt redan idag!

Lag om framtidfullmakter

År 2017 fick vi en lag om framtidfullmakter som gjorde det möjligt för enskilda att besluta om vem som i framtiden ska företräda personen. Framtidfullmakten börjar gälla om, och när, fullmaktsgivaren drabbas av sjukdom, försämrad hälsa eller psykisk störning. Innan lagen trädde i kraft fanns bara möjligheten till god man eller förvaltare, vilka inte utsågs av personen själv.

Genom en framtidfullmakt är det möjligt att själv utse vem som ska hjälpa till med det nödvändiga. Tanken är att en framtidfullmakt leder till större bestämmande och integritet för människor i jämförelse med god man och förvaltare.

5 fördelar med en framtidfullmakt

En framtidfullmakt är en frivillig åtgärd och ger en rad fördelar när hälsan inte håller.

1, Framtidfullmakten ger en möjlighet att själv styra över situationen i förväg, redan innan en eventuell sjukdom inträder. Det bidrar också till underlättande för ens nära och kära. I fall en framtidfullmakt inte finns, kan tingsrätten istället ordna en god man till personen vid sjukdom eller liknande. Själva valet, processen och beslutandet kan ta tid vilket kan leda till frustration.

Utan ett förordnande kan de närstående inte göra mycket, då de inte har några rättsliga medel att ta tillvara. Det underlättar därför med en framtidfullmakt som redan fixat situationen i förväg.

2, Framtidfullmakt ger en fortsatt kontroll över ekonomiska och personliga beslut och angelägenheter. Fullmaktshavaren har en plikt gentemot fullmaktsgivaren att diskutera viktiga frågor och alltid ta beslut enligt fullmaktsgivarens intressen.

3, Det är en rätt att besluta vem som ska bli företrädare för en själv. Som konstaterats finns risken att tingsrätten beslutar om god man vid eventuell sjukdom eller liknande. Det är alltså inte den som är sjuk som får besluta om vem personen ska vara, vilket dock är fallet med en framtidfullmakt.

4, En vanlig fullmakt riskerar att sluta gälla i samband med sjukdom och liknande. Det är därför klokt att ha en framtidfullmakt som börjar gälla. Den träder vanligtvis i kraft när fullmaktshavaren anser att det är dags, när fullmaktsgivaren inte längre kan ta självständiga beslut. Här finns ett krav på att sjukdomstillståndet hos fullmaktsgivaren ska vara varaktigt.

5, En framtidfullmakt ger en större frihet att planera framtiden och slippa oron.

Utformning av framtidfullmakten Lagen ställer upp ett par krav för framtidfullmaktens giltighet, vilket går att läsa mer om nedanför. Det är väldigt viktigt att lagens krav följs annars är fullmakten ogiltig. Formkraven ger viss vägledning för utformandet, men utöver formkraven är tanken att fullmaktsgivaren själv är fri att välja vad fullmakten ska omfatta. Det är viktigt att fullmakten återspeglar den specifika situationen och önskemålen i fråga.

Formkrav för framtidfullmaktens giltighet

För att en framtidfullmakt ska vara giltig krävs att alla följande krav är uppfyllda:

- Fullmaktsgivaren måste var myndig (över 18 år).
- Fullmaktsgivaren måste ha förmågan att ta hand om sina angelägenheter själv.

- Framtidfullmakten måste vara skriftlig.

- I dokumentet ska framgå att det är fråga om just en framtidfullmakt samt vem eller vilka som ges rätten att vara fullmaktshavare.

- Det ska i framtidfullmakten framgå vad fullmakten avser, d.v.s. vad fullmaktshavarna får rätt att göra för fullmaktsgivarens räkning.

- I de fall övriga villkor finns ska dessa skrivas med i fullmaktsdokumentet.

- Bevittning krävs av två personer. Författaren kan inte vara vittne till sin egen framtidfullmakt och inte heller fullmaktshavarna (mer om bevittning nedanför).

- Dokumentet måste alltid uppvisas i originalform.

OBS! Det krävs ingen registrering eller liknande av framtidfullmakten.

Framtidfullmakt avseende bankärenden

Ibland vill fullmaktsgivaren att någon ska få rätt att företräda en i bankärenden. En framtidfullmakt kan omfatta allt möjligt och det är upp till författaren själv att bestämma vad som ska omfattas och inte. Vad gäller bankärenden har Svenska bankföreningen tagit fram en framtidfullmakt specifikt avseende bankärenden som går att ladda ner. Vid ytterligare råd går det inte att vända sig till bankföreningen, utan en jurist alternativt bank får rådfrågas. Det finns ytterligare förbund och föreningar som har specifika framtidfullmaktsmallar gällande särskilda områden. Uppstår behovet att utforma en framtidfullmakt, så bör en jurist alltid rådfrågas då enskilda situationer ofta skiljer sig åt.

Text Rune W

Red.anm. Texten har jag hämtat från Lavendla Juridik som sänt mig informationen. Behovet av en fullmakt kan jag, av personliga skäl, inte tillräckligt understryka betydelsen av att ha upprättat i tid.

När föreningen får återgå till att ha medlemsmöten/föreläsningar kan jag ordna så att Lavendla Juridik medverkar och bättre kan få berätta vad som gäller och vikten av Framtidfullmakt.

Blanketter kommer att finnas på expeditionen.



Vad det hela går ut på ...

Jag har stått här och väntat länge nu, säger den gamla kvinnan uppgivet till taxichauffören som står mitt emot henne. Jag förstår, säger mannen men jag har redan en kund som sitter och väntar i bilen, fortsätter han otåligt. Den gamla kvinnan står på sig och ber ännu en gång att få sätta sig i bilen utan resultat. Jag råkar uppleva det här skådespelet när jag passerar dem där de står på trottoaren.

Jag bestämmer mig för att fråga om jag kan hjälpa till, går fram och avbryter deras tillsynes lösliga diskussion.

Hej, säger jag. Du kan väl ringa en annan taxi, ber jag taxichauffören, som blir lite förvånad när han får syn på mig. Nej, det kan jag inte svarar han besvärat. Jag kör färdtjänst fast hon är inte min kund, fortsätter han.

Pust, då får jag gå in till receptionen igen och göra en ny beställning, säger den påtagligt uppgivna kvinnan på en dansk-svensk brytning.

När jag erbjuder mig att beställa en ny bil åt henne, skiner hon upp, och ger mig sin handväska och ber mig att leta hennes plånbok där färdtjänstkortet ligger. Jag tar fram min mobil och slår numret till centralen för färdtjänst. Efter en stund har jag lyckats beställa en körning till henne. Jag ger henne en klapp på axeln och säger: Nu kommer strax din bil och kör dig hem. När jag mötte hennes tacksamma ögon fylldes hela jag av en sådan härlig medmänsklig värme.

När vi hade sagt hej då till varandra, slog det mig att det är väl just detta som hela livet går ut på – att finnas till för varandra!

Källa: Tomas Gunnarsson / Att lyfta sig själv och andra

Foto Yvonne V

Oktober

Oktober heter på latin october av octo = åtta och var den åttonde månaden i den äldsta romerska kalendern, den tionde i vår nuvarande. Månadens gamla namn var Slaktmånad, men även annat än slakten var viktigt:

”Nu skall man plöja och Rågen så, med nytt Vin, man Faten fylla må. Nu månad kölden till oss skrida. En varm Kakelugn kan jag väl lida.”

Calixtusdagen (14 okt) ansågs förr i tiden vara den första vinterdagen och den därpå följande natten kallades vinternatten. Då fick inte ”kringgårdas” dvs något företagas där någonting gick runt. Inte heller fick någonting föras bort från gården, om man ville ha vinterlycka med kreaturen. Om det regnade på Sankt Gallus dag (16okt) var det ett gott tecken beträffande det kommande årets gröda, ty ”när det regnar Galle växer det korn på knalle.”

Man menade att till och med på hälleberget skulle kornet slå rot. Var Gallus däremot torr kunde man bara så ”där vatten hade stått förr”.

Brittmässesommaren inföll fyra dagar omkring 7 oktober (den heliga Birgittas dag). De dagarna räknad man med skulle bli månadens vackraste dagar, enligt folktron en följd av helgonets förböner. Var det ”kloftar” (svarta fläckar) på Vintergatan under Brittsommaren betydde det tidig vinter och snö, men var vintergatan klar kunde man vänta frost och sträng köld samtidigt som det tydde på en långvarig vinter. ”Dimmig höst ger snörik vinter”, hette det och fanns det rikligt med ekollon, boknötter och kastanjer tydde detta på en kommande sträng vinter.

Oktober är också vinterkvartalets första månad med höstmärknader och flyttningstider för tjänstefolk. Innan de började på en ny plats hade de ofta en ”frivecka” mellan 24 oktober och 1 november.

Roland Oscarsson 90+

Redaktörens Röst

Kampen mot COVID-19 fortsätter
För mig är det en gåta hur en del av mina medmänniskor nonchalerar de enkla restriktioner som fortfarande gäller. Det är med stor glädje som jag kan konstatera att Sverige har klarat av att hantera COVID-19 på ett sätt som övriga världen nu beundrar. Men eftersom det inte finns ett vaccin så är faran inte över, även för en som drabbats.

Storken skulle komma med orken.
Den har ännu inte hittat mig. Skämt åsido, motion hur liten den änär, är alltid bättre än ingen motion. Jag hamnade tillbaka i mitt gamla hjulspår, trots att jag är medveten om att jag måste röra på mig för att få en bättre ork. Det är alltid något som får mig att välja bort träningen. Att göra den sedan blir aldrig av! Men på senaste tiden har jag skapat fasta rutiner som jag försöker att följa vilka på sikt ska ge en bättre hälsa och lägre vikt. Det är krävs inte mycket av en för att få en bättre hälsa. Det är ”bara” att

ge sig själv en knuff att börja.

Positivt om medlemstidningen.
Det är trevligt att höra läsarnas uppskattning av det arbete som ligger bakom denna grafiska publikation som föreningen är ganska ensam om att göra inom hela PRO Sverige. Redaktionen skulle uppskatta om fler vill bidra med olika former av inlägg, foton m.m.

Nya hemsidan

I förra numret gav jag information om föreningens hemsida hos PRO riks nya plattform. Min förhoppning är att du som medlem besöker den och undersöker vad som finns där. Du får gärna komma med positiv kritik eller med förslag som du vill ska in föras.

En förbättring har gjorts.

För att underlätta läsandet av medlemstidningen har jag från och med detta nummer delat upp innehållet i tre spalter istället för två. En förbättring som proffsen på PRO riks gav mig när jag fick förmånen att tillfälligt jobba hos dem med deras CRM-system.

Min förhoppning är att du som läsare ska uppskatta denna förändring och inkomma med dina synpunkter till mig (runwes@gmail.com).
Tack på förhand!

SKOGSBAD

Birgittas briljanta förslag på en lokal aktivitet under PRO riks nationella friluftsdag den 21 okt passade perfekt in på den tid i isolering och ensamhet som många har haft och har. Som ung grabb på mina föräldrars enkla lantbruk i Norrbotten var det alltid en rolig känsla när jag fick möjlighet att ströva omkring i skogsmarkerna. Fantasin fylldes på med skogens alla mysterium genom alla dofter, växter, djur, läten m.m. när jag gick i skogen. Det ligger mycket i tanken om planeten som urbefolkningen har ”marken är ingenting som någon kan äga, för den fanns här redan före vi människor kom”.

Text Redaktören

Välkommen som medlem i PRO Håbo. Ring Roland tel. 546 48
 Eller gå in på www.pro.se/habo

Studieprogram för PRO Håbo 2020

Cirkel	Ledare	Telefon
Bridge	Bengt Nilsson	53171
Fota med mobilTEL	Rune Westerlund	070 535 15 50
Försök inte lura mig på nätet	Rune Westerlund	070 535 15 50
IT	Ove Jönsén	070 237 90 33
Keramik	Janet Granholm	070 470 05 73
	Inger Bergström	076 806 70 89
Kören-Protonema	Synnöve Pärnebjörk	505 88
	Ingegärd Petersén	596 49
Läsecirkel	Britt-Marie Boredahl	594 81
Mobiltelefon	Rune Westerlund	070 535 15 50
Målarcirkel	Gun Mellström	073 093 12 26
Seniordans	Yvonne Vojbacke	070 795 60 37
	Hilkka Loimi	073 903 21 43
Senioryoga	Svea Sahlén	073 632 85 61
Säktforskning forts.	Hans Söderholm	070 578 75 52
Säktforskning	Hans Söderholm	070 578 75 52
Träslöjd	Sören Pettersson	070 233 30 58
TSS (tecken)	Gunilla Daring	070 683 49 22
Vegetarisk mat 1	Marianne Jönsén	070 555 69 81
Vegetarisk mat 2	Marianne Jönsén	070 555 69 81
Aktivitet	Ledare	Telefon
Bordtennis	Stig Larsson Lind	073 808 57 35
Boule	Vivianne Plahn	070 775 42 01
Bowling	Berit Hellblom	070 433 41 19
Rullstolsvandring*	Karl-Erik Gerhardsson	070 593 53 10
* PRO Håbo ansvarar för rullstolsvandring onsdagar jämna veckor. Din hjälp uppskattas.		
Shuffleboard	Britt-Marie Pettersson	070 598 63 89
	Olaf Pettersson	073 995 31 96

Anmälan sker till respektive ledare. Flera cirklar och aktiviteter kan tillkomma.

kontakta
 som står
 el
 et
 gå på.