

PRO HÅBO

Medlemstidning 8 2022



Innehåll

Ordförande har ordet	3
Medlemsreg.+ Gunillas ruta	4
Kallelse till höstmötet 17 nov	5
Verksamhetsplan 2023	6
Verksamhetsplan 2023	7
Budgetförslag 2023	8
Inbjudan till vinterns Tedanser	9
Intresseföreningen Pomona informerar	10
Inbjudan Owe Thörqvist föreställning 18 nov	11
Inbjudan Skriv om ditt liv	12
Inbjudan Om Marilyn Monroe 21 nov	13
Släktforskning	13
Resekommittén informerar + Ledare sökes	14
Luciafirande + Ledare sökes + Medlemsrutan	15
Från Boule avslut + Handarbetscirkel	17
Från PUB kväll 6 okt	19
Från Raoul Wallenberg + Medlemsmötet	21
Fernlunds historia	22
Fernlunds historia	23
Mustachkampen mot prostatacancer	25
Från KPR + Trygghetstelefon	26
God Jul + Redaktörens röst	27
Studiecirklar och aktiviteter	28

Ett stort tack till alla sponsorer.

Sponsor/Annons	Sida
Bålsta Begravningsbyrå	16
Bålsta Däckcenter	20
Bålsta Optik	24
Dragets IT	26
Fonus	24
Highlight	12
Husman Hagberg	18
Hälsoterassen fot	24
Hälsoterassen klippning	24
ICA Maxi	20
Kalmarsands restaurang	16
Klipphörnan	16
Kvarnibble butik & musteri	12
Lydias Friska Fötter	16
Peter Spolare AB	20
Sparbanken	18

Vill du bli medlem?

Ring Gunilla tel. 070 509 59 29
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/layoutare: Rune Westerlund	070 535 15 50
Sponsorer/Annonser: Åke Wahlstrand Annonssören ansvarar själv för sin annons.	070 832 42 36
Resor: Åke Wahlstrand	070 832 42 36
Studier: Eva Svennerstedt Broander	070 732 90 83
Tryck: SIB-tryck Holding AB	

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

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

Bankgiro 5848-7521

Bankgiro för resor 525-6888

Organisationsnummer 817001-0535

PRO Håbo hemsida: www.pro.se/habo

PRO Håbo E-post: habo.uppsala@pro.se

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

Omslag: Framsida: "Monicas moln"
Foto: Monica Vikström
Baksida: Studiecirklar och aktiviteter
Nummer 1: Ut kommer den 10 januari 2023
Manusstopp: 10 december 2022

Kulturarrangemangen
sker i samarbete med
ABF Uppsala län



ARBETARNAS BILDNINGSFÖRBUND

Ordförande har ordet

Nu har hösten kommit hit. Tiden bara går och detta är sista tidningen innan jul. Ibland undrar jag vad vi gör av all tid som bara försvinner. Utnyttjar vi den på bästa sätt? Vad är bästa sätt när man är pensionär? Det är nog olika för alla. Vissa behöver ha mycket att göra och andra känner att de vill ta det lite lugnare. Självt vill jag ha lagom mycket att göra. Det kan bli extra stressigt när en artist som är bokad till dagen efter hör av sig och är sjuk. Då är det snabba ryck som gäller att hitta en ersättare på 24 timmar. Det är skönt att ha några dagar som inte är inplanerade utan att man kan koppla av lite. December och början av januari är lugnare perioder för mig för då har vi inga större aktiviteter i PRO utan jag har tid att koppla av och vara tillsammans med min familj som inte bor i Bålsta.

Det har blivit allt svårare att hitta personer som är villiga att jobba ideellt i föreningar vilket medför att de som är aktiva blir hårt belastade och kanske inte orkar fortsätta. Jag vädjar till er alla att höra av er till oss och erbjuda vad ni kan hjälpa till med. Det kan vara enkla saker som att ställa i ordning och duka inför möte eller pubkvällar. Att vara reserv på att dela ut tidningar eller rent av ta ett eget område. Vi

behöver också folk som kan sälja lotter. Det finns en uppsjö av saker man kan hjälpa till med utan att vara superaktiv.

Med detta avslutar jag ordet för idag och hoppas att få se er på höstmötet där vi tar budget och verksamhetsplan för nästa år och samtidigt passar jag på att önska er en god och avkopplande julleddighet.

Irene Lundbäck



Foto PixaBay



Exp. öppettider

Skeppsgården
Skeppsvägen 20, 746 32 Bålsta.
är öppen mellan kl. 10.00 - 12.00.
tisdagar och torsdagar
Tel. 0171-583 15
E-post: habo.upsala@pro.se

Olika stöd

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 uppgifter exempelvis hjälpa dig att ta fram ditt vaccinationsbevis.

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

PRO Håbo

Om du vill prata med någon i vår förening så hittar du telefonnummer här i tidningen till många styrelsemedlemmar. Du kan också hitta oss på vår hemsida!

Meddelande från medlemsregistret

PRO Håbo hälsar

Kjell Larsson

Tommy Kiesbye

Kathryn Dahlin

Peder Dahlin

Eivor Gustafsson

Mia Karlsson

Kristina Modée

Ulla Berger

välkommen i föreningen.

OBS !

Om du flyttar till ny adress eller byter telefonnummer vänligen meddela det snarast till:

- Gunilla Westerlund - E-post: gjwesterlund@gmail.com
- eller till expeditionen tel. 583 15 öppet tis och torsdagar kl. 10-12

Var vänlig att meddela eventuella förändringar så snart som möjligt!

Gunillas ruta

Tiden går fort nu är vintern här med regn, snö och blåst men fortfarande är det vackra färger i naturen.

Idag den 22/10 är det 63 dagar kvar till julafton.

Det ska bli spännande att se vem som blir jul värd/värdinna i tv-rutan.

Det fina med denna årstid enl mig är att det blir en del att se på tv ex skidor ishockey och en del nya

filmer mm då kan man sitta och se på tv och sticka samtidigt.

Jag hoppas det blir mycket snö så det går att åka skidor runt om i Bålsta utan att behöva betala för att åka skidor.

Det är väl så att alla börjar storstäda och bakar/lagar mat inför jul/nyår och det är nu vi gör av med alla pengar sen kommer januari och då har vi inga pengar kvar att leva för, varför inte leva som van-

ligt med vanlig städning och mat/bak och ta det lugnt och umgås med vänner/släkt.

Jag vet att det är många som sitter ensamma över jul och nyår. Jag önskar man kunde göra något fint för dom människorna men i detta samhälle så har vi inte tid för andra.

Jag önskar er alla en riktigt God Jul och ett hälsosamt Nytt År.

*Från en av damerna i
Damtrion Rabarberna.*



VÄLKOMMEN TILL HÖSTMÖTET

TORSDAGEN DEN 17 NOVEMBER KL. 13.30

PÅ SKEPPSGÅRDEN

Program

- Mötesförhandlingar
- Underhållning – PROtonerna
- Kaffe och smörgås
- Lotteri



Allt till ett pris av 40 kronor

OBS!

**Denna tidning innehåller möteshandlingar.
Ta därför med den till mötet.**

Dagordning

- 1 Mötet öppnas
- 2 Val av protokolljusterare
- 3 Godkännande av dagordning
- 4 Nya medlemmar
- 5 Verksamhetsplan 2023
- 6 Föreningsavgift 2023
- 7 Budget 2023
- 8 Resor
- 9 Studier
- 10 Information från riks- och distrikt
- 11 Information om kommande aktiviteter
- 12 Övriga frågor
- 13 Mötet avslutas

Tänk på att anmäla dig senast två dagar före mötet.

Anmälan görs till expeditionen

- Tel. 583 15 tis/torsdag kl. 10.00 - 12.00
- E-post: habo.uppsala@pro.se

Styrelsen

Ett kulturevenemang i samarbete med ABF i Uppsala län



VERKSAMHETSPLAN FÖR PRO HÅBO 2023

Vision/idébas

Pensionärer och blivande pensionärer i Håbo ska uppleva och känna att PRO är en av de bästa föreningar att vara medlem och engagera sig i.

VERKSAMHETSUPPGIFTER ENLIGT STADGAR OCH KONGRESS

- Sammanhållning och stöd mellan pensionärsorganisationer
- Gemenskap mellan medlemmarna
- Verksamhet som tillvaratar medlemmarnas intressen och leder till aktiviteter
- Studier, friskvård och kulturell verksamhet
- Medlemsutveckling och medlemsvård

MÅLSÄTTNINGAR:

AKTIVITETSRELATERAD VERKSAMHET

- Nuvarande aktiviteter som bowling, bridge, boule, bordtennis, shuffleboard, seniordans, som genomförs på veckobasis, är välbesökta och kan utvecklas ytterligare.
- Tedanser, en omtyckt aktivitet, ska genomföras minst sex gånger under året.
- PRO-tidningen ska ges ut med åtta nummer och kan kompletteras med extrablad.
- Vi genomför minst 2 friluftsdagar per år

CIRKELVERKSAMHET

- Verksamhet i cirklar ska utökas i förbättrat samarbete med ABF.
- Cirklar i IT/data/internet-kunskap ska prioriteras liksom cirklar i hälsa och må bra.
- På Träffen har vi träslöjd på måndagar och tisdagar samt keramik på måndagar och tisdagar
- Om det finns intresse för en viss cirkel men cirkelledare saknas kan vi rekrytera kompetens från andra föreningar.
- Vi ska erbjuda våra cirkelledare nödvändig utbildning/utveckling.

MÖTESVERKSAMHET

- Vi ska hålla minst sex månads/medlemsmöten under året.
- Musikcafé/PUB ska genomföras minst sex gånger under året.
- Vi ska uppmuntra medlemmar/styrelse att delta i distriktets kurser och utbildningar, i synnerhet föreningskurser som betalas till 100% och ledarkurser som betalas till 50% av distriktet.

VERKSAMHET INOM INTRESSEFRÅGOR

- PRO:s invalda ledamöter i Kommunala Pensionärsrådet (KPR) ska ges stort utrymme på styrelsemöten/medlemsmöten och i PRO-tidningen. Deltagandet i KPR är ett av våra huvudprioriterade områden.
- Vi ska fortsätta bjuda in, politiker och förvaltningschefer i kommunen samt i övrigt kända personer som rör våra intressefrågor, till föredrag och medlemsmöten.
- Vi ska delta i kommunala projekt som bl.a. rör tekniska hjälpmedel inom äldreomsorgen, byggandet av äldreboende m.m.
- Om det finns projekt som rör bostäder, kommunikationer samt integration ska vi delta.
- Vi är en del av Pomonas intresseförening (BFF, PRO, SPF) som ordnar underhållning varannan vecka för boende på Pomona och Västerhagsvägen

KULTURAKTIVITETER

- PROtonerna ska synas och höras i så många aktiviteter i kommunen som möjligt.
- Föredrag ska erbjudas medlemmarna minst fyra gånger per år.
- Resor till teater, operett m.m. genomförs när utbud finns.
- Vi undersöker om vi kan genomföra Konst och hantverksmässor ..
- Vi ska delta under Håbo festdag.

RESEVERKSAMHET

- Resekommittén ska arrangera intressanta resor under året.

VERKSAMHET INOM MEDLEMSVÅRD/UTVECKLING/INTEGRATION

- En vårfest ska genomföras under maj månad.
- En lunch för samtliga 85+ medlemmar med underhållning ska genomföras under våren.
- Välkomst- /informationsmöte anordnas för nya medlemmar.
- En fest ska erbjudas samtliga förtroendevalda i slutet av året.

Målsättningen för 2023 ska vara att vid årets slut ha uppnått minst 1100 medlemmar.

ÖVRIGA AKTIVITETER

- Rullstolspromenader ska genomföras varannan onsdag på jämna veckor på äldreboenden som Västerhagsvägen
- Föreningen säljer Bingo-, Sverige- och Trippelskrapslotter i Bålsta Centrum samt under resor m.m.
- Vi ska fortsätta vara aktiva i Gårdsrådet och arbeta för utökat samarbete mellan föreningarna på Skeppsgården.

	Budget	Prognos	Resultat
Intäkter	2023	2022	2021
Kommunalt bidrag	60 000	60 000	72 240
Medlemsavgifter	50 000	50 000	46 200
Bingo/Lotterier/Marknad	125 000	125 000	177 000
Annonser	75 000	75 000	69 550
Övriga intäkter	15 000	15 000	59 377
Summa intäkter	325 000	325 000	424 367
	Budget	Prognos	Resultat
Kostnader(-intäkter)	2023	2022	2021
Möten	-15 000	-10 000	-27 941
Kultur & Studier	-10 000	-5 000	-22 381
Resor	-3 000	-2 000	-1 970
Friskvård & Fritid	-10 000	-10 000	-29 879
Material	-81 000	-81 000	-89 091
Uppvaktningar	-10 000	-10 000	-8 912
Lokalhyra	-60 000	-57 800	-19 275
Kontorskostnader	-24 000	-24 000	-27 859
Bidrag gårdsrådet			-22 500
Övriga kostnader	-80 000	-80 000	-1 115
Summa kostnader	-293 000	-279 800	-250 923
Årets resultat	33 000	45 200	173 444

Budget 2021: Bidrag till gårdsrådet 22 500 sek + 22 500 sek

Välkommen till PRO:s populära tedanser.

Vid tedans gäller :

- Fredagar kl. 14.00 -17.00
- Kaffe och kaka
- Lotteriförsäljning

Till ett pris av 130 kronor

*Känn er mycket välkomna
till Skeppsgården, Skeppsvägen 20.
Vi uppskattar att ni är vaccinerade!*

Väl mött! hälsar Danskommittén.

STRIKE

EN REN FULLTRÄFF!
Dansmusik från Hudiksvall



STRIKE
spelar den 25 november

Ola & Jag
spelar den 27 januari



Pär Norlings Orkester
spelar den 24 februari



Thomaz & Co
spelar den 31 mars



Ett kulturevenemang i samarbete med ABF i Uppsala län

Musik på Västerhagsvägens äldreboende

Måndagen den 14 nov kl 1300 Enköpings dragspelsklubb

Torsdagen den 8 dec kl 1300 Protonerna



SÅNG & MUSIK

POMONAS MATSAL
MÅNDAGAR KL. 13.30

KAFFE SERVERAS PÅ PLATS
POMONAS ÄLDERBOENDEN BÅLSTAD

VI GÄSTAS AV

~~26/9 KURT OCH CURRY~~

~~24/10 LEIF HÅÅG & CO~~

21/11 BJARNE TJUST

11/12 ENVISORNA

VÄLKOMMEN!

VÄLKOMMEN DEN 18 NOVEMBER KL 14.00 TILL EN OWE THÖRNQUIST FÖRESTÄLLNING

Vår kör PROTONERNA sjunger Owe's musik och Eva berättar om Owe, en sann boogieman, och spelar hans musik (cd). Vi underhåller oss även med lite allsång.

Miss inte denna eftermiddag som livar upp novembermörkret.

Fri Entré. Godis till alla.

ANMÄLAN: Eva Svennerstedt Broander

Tel. 070-732 90 83 (säkrast efter 12)

E-post: animales@live.se



HIGHLIGHT

www.highlightbalsta.se

Kom till oss
och vår fina butik i Draget,
ni hittar oss i det stora vita huset
alldeles intill ST1-macken.

Ta med denna annons och få 10%
på valfri vara (gäller på ord. pris,
en gång/kund tom 31/12-22).

Vi har utöver damkläder och -skor
även presentkort, accessoarer och
presentartiklar såsom lakrits, doftljus,
marmelader, gourmetknäcke mm.

Adress. Dragrännan 2, Bålsta
Tel. 073-855 10 00
E-post. info@highlightbalsta.se
<http://www.highlightbalsta.se>

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
Karltomtavägen 2, Bro
Tel. 073 321 08 15
E-post info@kvarnibble.se



Skriv om ditt liv

Alla har en berättelse inom sig. Att skriva ner den, oavsett om det är en enskild kortare händelse eller större livsomvälvande, så är det ett tidsdokument väl värt att spara till eftervärlden.

SPF och PRO i samverkan startar därför en skivgrupp på temat "Skriv om ditt liv" (eller någon annans).

***För dig som är intresserad så träffas vi första gången
tisdag den 22 november kl 15.00 på Skeppsgården i "Briggen"***

Då bestämmer vi tillsammans hur ofta vi ska träffas och när/var.

Ingen händelse är för liten för att skriva ner antingen i ett block för hand eller i datorn. Men det viktigaste är att det är roligt.

Alla är välkomna.

Föranmälan är nödvändig eftersom Briggen rymmer 25 personer.

Anmälan och ev. frågor till: Eva Svennerstedt Broander,

Tel. 070-7329083,

E-post animales@live.se

VÄLKOMMEN DEN 21 NOVEMBER KLOCKAN 15.00

BERÄTTELSEN OM MARILYN MONROE

Marilyn Monroe fortsätter att fascinera. Redan under sin alltför korta livstid blev hon en myt, en kärleksgudinna. Jag berättar om Marilyn, hennes liv privat och på filmduken och hennes liv i konsten. Ni får även lyssna på hennes musik och givetvis sången "Happy birthday Mr President" när hon hyllade John Kennedy.

LOKAL: BRIGGEN som rymmer 25 personer

**ANMÄLAN: Eva Svennerstedt Broander
Tel. 070-732 90 83 (säkrast efter 12)
E-post: animales@live.se**



Släktforskning.

Varför börjar man med släktforskning?

Det finns säkert många anledningar. För mig hade jag som litet barn två upplevelser som jag inte kunde koppla samman med mitt liv.

De var mycket starka och jag förstod inte var jag upplevt detta.

Det var troligen det som fick mig att börja släktforska.

En upplevelse där jag sitter i en spjålsäng och skriker i en helt mörkt rum. Jag är liten och kan ej ta mig ur spjålsängen. Det enda ljus jag kan se är en smal ljusspringa under dörren till utrymmet. Jag skriker ihållande och till slut öppnas dörren något så att jag kan se två fåtöljer i rummet på andra sidan dörren. Några personer pratar om dörren ska vara stängd eller öppen. Den lämnas öppen. Vilka personerna är eller var jag befinner mig vet jag inte. Skrikandet ledde till att jag blev undersökt på sjukhus. Någon trodde att det var något fel på mig.

Läkaren skrev i journalen att jag led av "sällskapsskrik".

En annan upplevelse hade jag troligen från sjukhuset där jag blev intagen. Personalen vill ta av

mig mina privata kläder och byta till sjukhuskläder. Jag stretar emot och vill inte medverka till detta. Så småningom har de lyckats med klädbytet. Jag känner att jag förlorat min identitet och känner mig antagligen väldigt övergiven.

Min mamma kunde inte ta hand om mig första tiden och tvingades lämna bort mig till olika stödboenden som socialen anvisade på grund av att hon saknade bostad. Vad som hände under mina tidigaste år har jag undrat över. Det ledde till att jag som vuxen tog kontakt med socialen i kommunen för att läsa deras anteckningar om mig och min mamma.

Senare har jag sökt i arkiv där jag hittat sjukhusjournaler från min vistelse på sjukhuset.

När jag sedan forskat kring min släkt på mammas sida har jag funnit mycket som jag inte kände till. En av mina morbröder hade berättat om slakten och verkade mycket kunnig och intresserad.

Jag frågade mer om släkthistorien, då påstod han att vi kom från Gävle. Mer visste han inte.

När jag senare forskade i slakten berättade kyrkböckerna mycket annat som var helt okänt för mig.

Vi kom dessutom inte från Gävle.

Kanske min morbror inte ville berätta allt han kände till och ville dölja vissa delar.

Senare har jag forskat vidare kring min far och hans släkt samt andra personer som funnits i vår omgivning har jag hittat uppgifter om deras bakgrund. Det har gett mig mer förståelse för livet.

Det finns mycket att läsa i gamla husförhörlängder som ger oss information om tidigare generationer, men det kan vara svåräst på grund av språk och annorlunda skrivstil som förändrats genom tiden.

Många livsöden kan upptäckas på nästan varenda dokumentsida.

Det största felet man gör är att man börjar släktforska för sent, när alla släktingar förlorat minnet eller är döda.

Jag har fått en insikt i vilka människor som har varit viktiga för min egen utveckling.

Samhällets attityder och värderingar har förändrats mycket under åren som gått sedan jag föddes.

Mina tidiga upplevelser tror jag har fått sina förklaringar genom mitt sökande. Text Jan W

RESEKOMMITTÉN INFORMERAR

VÄLKOMMEN ATT RESA MED PRO HÅBOS RESOR!

Att tänka på, anmäl dig i god tid, betala via bankgiro 525-6888 Håbo PRO och avanmäl dig i god tid
Vänligen betala dina resorna var för sig.

5-6 December, Cinderella Julkryssning.



Föreningens traditionella julkryssning.

Bussen startar kl 14.30 vid Pomona-
Hemköp - KyrkC - Krl - Golfb - Lindegårdsv-
Skeppet- Sthlm.

Julbord kl 17.00. Frukost från 08.30.

OBS! Glöm ej legitimationen.

För information kontakta:

- Åke Wahlstrand tel. 070 832 42 36

Musikunderhållning på resan utgörs av bl a.



Cotton Club Christmas under the Stars - The American songbook med låtar som White Christmas, Jingle Bells, Santa Claus is coming to town, When you wish upon a star osv. Stämningen för tankarna till Las Vegas 60-tal, glamour och lyx. 11 manna bandet Cotton Club förstärkta med gästartist Kayo.



Dansbandet Engdahls från Malmö har på bara några år lyckats etablera sig bland landets dansbandselit. De fyra bandmedlemmarna spelar i huvudsak danslåtar av den så kallade mognare stilen och deras popularitet växer stadigt.

**WE
NEED
YOUR
HELP**

**Kan du engelska ?
eller känner du någon som kan ?**

Det finns önskemål inom föreningen om att få lära sig engelska. Det gäller grunderna i att kunna prata engelska.

Hör av dig om studieledare i engelska till:

Eva Svennerstedt Broander

Tel. 070 732 90 83 (säkrast efter 12)

E-post: animales@live.se

Välkommen att fira Lucia på Skeppsgården

Kaffe med Lussekatt och pepparkakor serveras kl 10.00 tisdagen den 13 dec och därefter kommer Håbo Lucia på besök och sjunger in julen under ledning av Lions.

Entréavgiften är 60 kr och eventuellt överskott går oavkortat till Lions hjälpverksamhet.

Hjärtligt välkomna till en trevlig förmiddag!

Anmäl ditt deltagande från den 16 nov - den 2 dec till expeditionen via:

- Tfn, 0171-58315 tis/torsdag kl 10.00 -12.00

- E-post: prohabo.anmalan@spant.se

OBS! Begränsat antal platser. PRO har 50 platser och SPF har 50 platser.

Tänk på de som står på väntelistan och avboka din plats om du får förhinder

Välkomna!

Kan du spela ukulele ? eller känner du någon som kan ?

Det finns önskemål inom föreningen om att få lära sig spela ukulele. Det gäller grunderna i att hantera instrumentet

Hör av dig om studieledare i ukulele till:

Eva Svennerstedt Broander

Tel. 070 732 90 83 (säkrast efter 12)

E-post: animales@live.se

Foto PixaBay

**WE
NEED
YOUR
HELP**

Medlemsrutan

En uppmaning till Gårdsrådet

Hej jag har sett nu i en månad att belysningen inte fungerar på RWC 07.

Hoppas det kan fixas.

"Tack för gratulationen och lotterna jag fick av PRO på min 80-årsdag"
Barbro Stenberg

- Vet du varför bladlösen är så små?
- Nej.
- De stannar i växten.

- Vet du vad mössens motorcyklar kallas?
- Nej.
- Ostbågar.

En spindel som var ute och bar på en bräda träffade en annan spindel.
- Vad ska du med brädan till?
- Jag ska surfa på nätet.

- Du har skaffat valthund ser jag.
- Ja, jag köpte den förra veckan.
- Är den bra?
- Ja, jag har inte kommit in på hela tiden.



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

Jour dygnet runt

*Centrumstråket 3 Bålsta
Tel. 0171-467010/58620*

www.balstabegravning.se

*Lunchsittning
förbokas.*

*Konferens ~ Festväning ~ Catering
Dagens rätt ~ Affärslunch*
Kalmarsand
RESTAURANG & BAR
Kalmarsandsvägen 2 D, Bålsta. Tel 0171-569 90.

*Även
lunch catering.*

BOKA JULBORD

På Bålstas mysigaste restaurang redan nu!

3-rätters julmiddag 345:-/pers. (Ord. pris 395:-/pers.)

Vi erbjuder även julbord för barn till reducerat pris.

Ring för bokning 0171 -569 90

Öppettider höst och vinter. måndag - fredag 9 - 17, lördag 12 - 17
Övriga öppettider enligt överenskomelse

Från den 23 november - den 23 december.

www.kvartersmenyn.com

Tel. 0171-569 90

Dagens lunch vardagar 9-16, lördagar. 12-16 120:-
(Vid uppvisande av PRO-medlemskort)
Avhämtning inkl sallad 105:-

Medicinsk fotvård

Lydias friska fötter KB

Välkommen att boka tid för en skön
och avkopplande fotvård hos mig

LYDIA LINDH

Dipl. Medicinsk fotvårdsterapeut
070- 528 69 96

Jag finns på Olavis Kiropraktik
Stockholmsvägen 109 D
(Scalahuset, Bålsta)



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

KLIPPHÖRNAN HERR & DAM

Bålstavägen 9, Bålsta

Telefon 0171 - 512 38

Birgitta



Jag erbjuder pensionärer
över 65 rabatt på klippning

Boule avslutning den 29/9-22

Vi har haft avslutning på årets boule och firade med smörgåstårta.

Vi uppmärksammade vinnarna av vår lokala klubb mästar tävling:

Arne Kristiansson 1:a
Kennet Jonsson 2:a
Berndt Wendt 3:a
Anders Hillgren 4:a

Vinnarna av partävlingen var

Kerstin Johansson och Karin Rizzi

Vi vill tacka alla för en trevlig säsong och önskar se er alla när vi startar upp i april.

Lene Holgersson / Ingela Blomgren



Handarbetscirkeln presenterar

Som ni ser så händer det ganska mycket på våra träffar 1 gång i veckan.

Vi jobbar flitigt och det är jätteroligt att kunna visa vad vi har åstadkommit under 2 terminer.

Som ni förstår så jobbar vi med våra handarbeten och givetvis så pratas det en hel del och inte att förglömma så fikar vi också.

Jag som kursledare tycker att alla är fantastiskt duktiga. Vi byter mönster och hjälper varandra hela tiden.

Det som är jätteroligt är att det är 4 synskadade med i detta gäng på 13 just nu.

Nästa termin startar den 17 januari och då kommer det att finnas plats för några till.

Vi träffas 1 gång i veckan och alla ser fram emot onsdagarna.

Tusen tack för att jag får leda detta gäng och ser fram emot att hälsa några nya välkomna om ni vill till nästa termin.

SOLWEIG LUNDKVIST



Kunderbjudande!

Vi på HusmanHagberg Håbo erbjuder dig som medlem i PRO en kostnadsfri överlåtelsebesiktning (värde 8 900 kr) vid försäljning av din fastighet. Erbjudandet gäller vid tecknande av förmedlingsuppdrag fram till 2022-12-31. För att ta del av erbjudandet, kontakta oss på habo@husmanhagberg.se eller telefon 0171-46 95 60. Glöm inte att meddela att du är medlem i PRO vid mötesbokningen.

Vi är hemma överallt i Håbo!



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!

**Vi svarar
dygnet
runt!**

Kundcenter

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

0171-853 00

Sparbanken i Enköping

www.sparbankenenkoping.se



PUB afton på Skeppsgården den 6 oktober.

Förberedelser för kvällens Pub afton pågår. Jag ser ett par män stå vid entrédörren och ser ut att vilja bli insläppta. Ser på klockan som bara visar 17.45 varvid jag går fram, öppnar och säger att vi öppnar inte förrän 18.00. En tystnad följer varefter den störste av männen säger - då får du tala om för gästerna att musiken blir fördröjd en timme! Ooops! – förstår då att detta är musikerna, säger förlåt och hälsar dem välkomna och släpper in dem.

Före utsatt tid börjar pubgästerna strömma till och lokalen blir snart fylld. Baren har nu öppnat så gästerna kan där handla vad de själva vill ha att dricka. Vartefter pubtallrikarna, som består av västerbottenspaj med sallad och dressing, blir klara, får gästerna själva hämta dessa vid kökets disk. Hämtningen sker bordsvis och via "farleden" enligt pubvärdinnans utrop. En fördröjning blir det dock, då det visade sig att en av ugnarna i köket inte fungerade som den skulle. När alla fått sin mat och den blivit uppäten, börjar underhållningen. Det är ett populärt gäng, som de flesta känner igen från tidigare, utom uppenbarligen jag. De spelar mycket fin dansmusik men är inte minst väldigt roliga entertainers, som berättar roliga och underhållande episoder från sina tidigare spelningar. De berättar också att de, när det begav sig, uppträtt tillsammans med Rosa Körberg men även haft kontakt med hennes bror Tommy. Det var dock en kontakt som av förklarliga skäl ebade ut efter att han slog igenom på melodifestivalen och därefter blev "kändis".

Chokladhjulet och lotteriförsäljningen var i det läget också igång. Underhållarna fann snabbt anledning att skämta till det när pubvärdinnan utropade "ett nummer för endast 10 kronor". (Läs ett nummer på lyckohjulet.) Alla skrattade och hon bjöd själv skrattande på det skämtet!!

En mycket underhållande och trevlig kväll!

Text Birgitta Sikström



Foto Rune W



Foto Rune W



Foto Rune W



Foto Rune W



BÅLSTA MAXI ICA STORMARKNAD

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



Lillsjörännan 9, Bålsta
www.facebook.com/icamaxibalsta

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 07:00-22:00**

när du drar ditt ICA Kort i kassan.

Varmt välkommen

önskar Krister med personal

*För att öka fikasuget inför vi seniorpriser för er dessa
dagar på en Rund räksmörgås + bryggkaffe, i vårt Café, för 49kr (Ord.pris 78kr)*

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

APOTEK  ICA

Öppet alla dagar 8-20



SVENSKA SPEL
folkspel

postnord



DÄCKHOTELL



Guld

Förvaring, skifte,
handtvätt och balansering
Pris: 1 350kr



Silver

Förvaring, skifte,
grovtvätt & balansering
Pris: 1050kr



Brons

Förvaring, skifte
& grovtvätt
Pris: 850kr

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



DÄCK
PARTNER

Bålsta Däckcenter AB

BÅLSTA DÄCKCENTER Tel. 0171-543 45



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

VILL DITT FÖRETAG SYNAS HÄR?

Tala med -Åke Tel 070 832 42 36 - Rune Tel 070 535 15 50

Välkommen att höra av er !

Rapport från föreläsningen om Raul Wallenberg den 19 oktober

Raul Wallenberg tillhör ett ämne som under årtionden skapat spekulationer om vad som kan ha hänt honom sedan han försvann den 17 januari 1945 från Budapest i Ungern, med sin chaufför. Man tror att han greps av sovjetiska myndigheter för att sedan fängslas.

Raoul Wallenbergs gärning under andra världskriget är unik. Genom sitt civilkurage och medmänsklighet räddade han tiotusentals judar undan Förintelsen. Såsom svensk diplomat gjorde han skillnad genom att utfärda skyddspass och etablera så kallade svenskhus där ungerska judar kunde söka sin tillflykt.

Hans öde är fortfarande okänt. Enligt obekräftade ryska uppgifter ska han ha avlidit i fångenskap år 1947, men hur och när är ovisst. I oktober 2016 dödförklarades till sist Raoul Wallenberg av svenska myndigheter.

Evas föreläsning handlade även om hennes bortgångna mans föräldrar som överlevde Förintelsen.

Termen ”den slutgiltiga lösningen på den judiska frågan” skrevs i ett memorandum från Hermann Göring till Reinhard Heydrich, daterat den 31 juli 1941. Där bad Göring Heydrich att utarbeta ”en övergripande plan för de preliminära organisatoriska, praktiska och ekonomiska åtgärderna som krävs för genomförandet”.

I januari 1942 var Adolf Eichmann protokollförare vid Wannseekonferensen där det beslutades om hur Förintelsen i Europa byråkratiskt skulle samordnas och praktiskt implementeras. År 1944 organiserade han massdeportationen av omkring 440 000 ungerska judar till Auschwitz-Birkenau och andra förintelsläger.

Deltagarna fick ta del av Evas egna samlingar av pressbilder, tidning-

ar och tidnings urklipp på Eichmann, huset där han bodde i Argentina, rättegångsbyggnaden i Israel m.m.

I Evas berättelse visade sig att det var fler svenskar som deltog i det heroiska arbetet med att rädda judar undan de nazisternas våld.

Valdemar Langlet bodde med sin fru i Budapest från år 1932. Han arbetade som lektor i skandinaviska språk på universitet och översatte samtidigt ungerska författare till svenska. Paret Langlet representerade Svenska Röda Korset i sitt arbete med att rädda judar. Efter kriget återvände paret helt ublottade till Sverige.

Per Anger var 1942-45 vid den svenska legationen i Budapest. Under efterkrigstiden engagerade sig Anger i efterforskningen efter Raoul Wallenberg tillsammans med Raouls mor och båda halvsyskon.

Text Rune Westerlund



Foto Rune W

Rapport från medlemmöte den 20 oktober

Så var det dags igen för ett medlemmöte. Ute skiner oktobersolen och vi dukar upp till ett lite annorlunda möte. Vi är vana vid att få en god smörgås som Ulla alltid gör. Nu var Ulla ute på en PRO-resa och var inte med på mötet. Det blev i stället hembakade bullar som jag hoppas smakade bra. Tina Tiefensee, äldreombudsman, var vår gäst och hon berättade om allt hon gör för oss äldre och det var inte lite. En del undrade hur

hon hann med allt. Det är bra att veta vad man kan få hjälp och stöd för. Nästa överraskning var underhållningen. Sivars som skulle komma ringde dagen innan och var superförskylad och kunde inte komma. Som tur var kunde vi hitta en annan trubadur, Anders Johanson, som kunde komma med kort varsel. Som vanligt avslutades mötet med lottdragning. Vi gratulerar alla glada vinnare.

Text Irene Lundbäck



Foto Häbo Kommun

Fernlunds historia.

Jag har genom släktforskningen rest bakåt i tiden och hamnat i Färila socken i Hälsingland år 1656 där min farmors farfars farfars far Per Månsson föddes. Hans far är Måns Pehrsson och mor Anna Månsdotter. Han växer upp i Storbyn i Färila och träffar där sin blivande hustru Margeta Andersdotter född år 1664. De gifter sig och får 10 barn. Per är Gästgifvare och Kyrkvård. Hans fru dör den 20/2 1726, 62 år gammal och Per dör d.8/5 1726. Ur dödboken: ”Päder Månsson från Storbyn begrofs 8 Maji 1726 wester om kyrkan. Han har blifvit begåfvad med 10 barn och 29 barnbarn. Warit kyrkwård i 12 åhr och Gästgifvare i 11 åhr. Fört all sin tid ett rederligt och Gudfruktigt leverne uti 70 åhr och 3 mån.”

Vi ska nu följa hans son Anders Persson Grönberg född 18/4 1706 i Storbyn, Färila. Han tar tjänst som soldat och tar sig soldatnamnet Grönberg. Han gifter sig d.13/10 1728 med Anna Andersdotter född 29/4 1705 i Färila. De får 4 barn. Anders dör år 1742. Ur dödboken: ”Soldaten Anders Grönberg född 1706, gick till Finland 1739, under resan hem på siön sjuknade han och blef död sedan han lefvat i 36 ½ åhr.” Hustrun Anna Andersdotter dör d.7/4 1774, 68 år gammal.

Vi ska nu följa deras son Pehr Andersson Fernlund född 19/7 1729 i Färila. Han beger sig från föräldrarhemmet för att utbilda sig till skräddare. Enligt kyrkoböckerna: ”Warit i skräddarlära i Gefle, blef Gesäll, arbetat i Stockholm, Uppsala och Söderhamn. Ifrån alla ställen gott bevis om sitt upförande. Han blir Brukskräddare år 1753, 24 år gammal och tar sig då efternamnet Fernlund.

Han flyttar till Långvinds bruk utanför Enånger där han fått anställning. Pehr gifter sig med Brita Salomonsdotter född 19/2 1729 på Långvinds bruk. De får tillsamman

7 barn. Pehr dör på Långvind 20/6 1772, bara 43 år gammal. Enkan Brita Salomonsdotter bor kvar på Långvind med barnen. Yngsta sonen är bara 6 år då fadern dör. Barnen börjar arbeta på bruket som Dagakarlar, Koldräng och sonen Salomon som skräddare. Brita dör, 67 år gammal d.18/3 1796 på Långvind.

Vi ska nu följa deras son Salomon Persson Fernlund född 24/4 1756 på Långvinds bruk.

Han gifter sig med Catharina Eriksdotter Enlund född 1/5 1752 på Långvinds bruk. De nygifta kommer att bo på Långvind under hela sitt liv och får tillsammans 7 barn, bara 4 lever till vuxen ålder. Hustrun Catharina dör av Feber, 62 år gammal, d.25/3 1812.

Salomon lever ytterligare 25 år. Han dör av Slag, 80 år gammal, på Långvind d.10/2 1837.

Vi ska nu följa deras yngsta son Salomon Salomonsson Fernlund född 30/3 1797 på Långvinds bruk. Han har som sin far valt skräddaryrket. Han flyttar från Långvind till Norrbo, Gävleborg d.6/11 1814. Han tar tjänst hos bonden Eric Carlsson i Gammelsträng och där arbetar pigan Valborg Olofsdotter som han senare kommer att gifta sig med. År 1817 flyttar Salomon till Bergsjö och år 1818 till Hedvigfors. Här gifter han d.6/12 1818 med Valborg Olofsdotter född 14/2 1792. Salomon och Valborg får tillsammans 4 barn, den äldste föddes innan äktenskapet därav fick Valborg plikta för lömskäläge. Salomon arbetar som Bruksarbetare, Skräddare och Skogvaktare. De är bosatta på Hedvigfors Bruk åren 1818-1835. De flyttar till Sörfors bruk i Attmar, västernorrland år 1835. Här arbetar Salomon som skogvaktare. Han dör d.27/9 1854 i Magplågor, 57 år gammal. Hans hustru Valborg dör d.8/4 1878, 86 år gammal.

Vi ska nu följa deras son Per Olof Fernlund född 17/8 1817 i Norrbo.



Per Olof Fernlund och Sara Erik Dalstedt.

Han växer upp på Hedvigfors bruk och flyttar när han är 20 år gammal till Attmar i västernorrland. Här träffar han pigan Sara Erika Dalstedt född 20/9 1818 på Alnö. Sara Erikas familj flyttar till Skön i Sundsvall då hon är 17 år. Då hon är 23 år gammal, år 1841, tar hon tjänst som piga på Sörfors Bruk i Attmar. Per Olof och Sara Erika gifter sig 25/5 1843. Per Olof är då Kolskrivare på Sörfors Bruk. Per Olof kommer senare arbeta som Gjuteri-arbetare och Faktor.

Han och Sara Erika får tillsammans 11 barn, 3 av dem uppnår inte vuxen ålder. En av sönerna Per Albert emigrerar till USA år 1885. Per Olof och Sara flyttar till Sundsvall år 1856. Sara Erika dör d.7/3 1886, 67 år gammal av Lunginflammation och Per Olof dör d.9/4 1893, 75 år gammal.

Vi ska nu följa deras son Salomon Persson Fernlund född 11/8 1848 i Sörfors bruk, Attmar.

Familjen flyttar till Sundsvall och vidare till Skön, utanför Sundsvall. Salomon gifter sig d. 12/9 1869 med Catharina Christina Sandberg född 1846. De är bosatta i Skön till år 1878 då de flyttar till Sörfors bruk i Attmar. De återvänder till Mohög i Skön år 1882. De får tillsammans 8 barn, 2 av dem utvandrar till USA och en av döttrarna dör av Kikhosta bara 1 år gammal. Den andra dottern är min farmor. Salomon blir Fabrikör och ägare till Mohög. Han dör d.7/9 1909 av

Hjärnblödning, 61 år gammal.
Hans hustru Catharina Christina
dör d.8 juli 1914 i Skön.

Nu ska vi följa deras dotter Elin
Kristina Fernlund född 15/8 1877
i Härstamon, Skön. Hon utbildar
sig till småskollärlarinna. Hon
gifter sig d.15/7 1906 med Hans
Hilmer Hedin född 19/5 1879. De
får 6 barn varav en av sönerna är
min far Per Salomon Hedin f.1921.
Elin dör d.9/12 1948, 71 år gammal
och Hilmer d.7/3 1955, 75 år
gammal, av Lunginflammation och
Hjärtinfarkt.

Berättat av
Margaretha Andersson född Hedin

Red.Anm

Vill du också få kunskap om vad
som har skett inom din släkt?
Släktforskning i PRO Håbo ger dig
din historia om varför du är där du
är, varför du har blivit den du är.
Gör dina egna upptäckter, få stöd
och hjälp av andra som också letar
efter sina rötter.



GJUTMÄSTAREN ÖVERTAR FÖRETAGET

1886

Bland Mohögs anställda fanns en gjutmästare som hette Salomon Fernlund - en duktig karl, skicklig i sitt yrke, väl införsatt med företaget och med goda egenskaper i övrigt. Han var född i Sörfors 1848 och son till "arbetskarlen" Fernlund som redan vid 1860-talets början anställdes vid företaget.

Tillsammans med maskinverkmästaren Hampus Emanuel Bolin och modellsnickaren Zakarias Sundström bildade han nu firman S. Fernlund & Co och övertog av Sundsvalls Enskilda Bank konkursmassans egendom för en köpeskilling av 50.000 kr.

Ingen av bolagsbildarna hade pengar, utan köpeskillingen skulle amorteras genom vinsten tills skulden gått ned till 25.000 kr. Var och en skulle för sitt arbete ha rätt att uttaga 100 kr i månaden - Fernlund dock i egenskap av "förman" 150 kr ytterligare om året, att kvartalsvis med kr. 37:50 uppbäras".

Rörande driften under den nya regimen kan nämnas, att 1904 ingick en bogserbåt för 10.000 kr i tillverkningen, året därpå åtföljd av ytterligare en av mindre storlek. Maskinparken var 1908 en ångmaskin, tre bormaskiner, en fräs- och hyvelmaskin samt sju svarvar.

Fernlund var kvar på chefsposten ända till sin död den 7 september 1909.



H. Bolin



S. Fernlund



Z. Sundström



Elin Kristina Fernlund



Hans Hilmer Hedin

Hos oss får du alltid 15% rabatt

Ovanstående kan inte kombineras med andra erbjudanden och gäller ej för redan prisnedsatta produkter, paketprisprodukter eller på synundersökning.

Medlemskort eller denna annons skall uppvisas vid beställning av produkterna och inte vid leverans.

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

Du får ett livslångt köputrymme på 20 000 kr och så länge du har en skuld dras 295 kr/månad via autogiro.

Inga räntor och uppläggningsavgifter tillkommer. Av månadsbeloppet ingår en kontoavgift på 25 kr.

Hos oss får du 36 månaders skadegaranti

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

Hos oss får du 36 månaders KöpBonus

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

EYES4YOU^{.SE}

Bålsta Optik

Centrumstråket 11, Bålsta,
Tel 0171-561 09

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

FONUS

ETT PERSONLIGT
AVSKED

Varsågod - vi vill ge dig ett Vita Arkiv!

Vi ger dig en fin möjlighet att själv berätta för dina närmaste om det som är viktigt, så att de en dag slipper undra.

Fyll i Vita Arkivet digitalt på vitaarkivet.se alternativt hämta ett pappersexemplar hos oss.

Att fylla i Vita Arkivet kostar inget, men det betyder mycket.

Välkommen till Fonus i Bålsta.

Stockholmsvägen 15, Bålsta
0171 567 20 | fonus.se

ERBJUDANDE FÖR PENSIONÄRER :

Klippning 410 kr. (ord. 510 kr.)

Klippning inkl. tvätt 440 kr. (ord. 540 kr.)

Varmt välkomna till Helen!



 **HÄLSOTERRASSEN**
Mansängsterrassen 1, Bålsta (bakom Polisen), 0171-555 72
info@halsoterrassen.se, www.halsoterrassen.se bokadirekt.se

DINA FÖTTER I MINA HÄNDER

Fotvården på Hälsoterrassen erbjuder bl.a

- Medicinsk fotvård med pensionärsrabatt
- Lackning av naglar
- Vårbehandlingar
- Behandling av nagelsvamp
- Fot och Underbensmassage
- Ansluten till Epassi



**OBS!
TAR EJ
REMISSER**

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

Något om prostatacancer

På bilden th ser ni en av Sveriges bästa kokkar. Hon är känd från programmet Mitt Kök som blev Kökets middag dessutom kokboks-författare samt krögare på restaurangen Namu i Malmö. Vinnare av Sveriges Mästerkokk år 2013. Hon är en av fyra kvinnliga kokkar som under Mustaschkampen 2022 är viktiga ambassadörer.

Mustaschkampen är Prostatacancerförbundets årligen återkommande kampanj i november för att lyfta medvetandet kring prostatacancer och manlig hälsa. Humor och allvar blandas för att uppmärksamma och informera. Att prostatacancer är Sveriges vanligaste cancersjukdom och att en tidig upptäckt räddar liv vill Mustaschkampen ska bli allmänt känt. Mustaschen är kampanjens signum.

Prostatacancer är den dödligaste canceren i Sverige, den dödar över 2 000 män/år, över 10 000 män får årligen besked om att de har Prostatacancer.

Vi män har det inte lätt då det kommer till känslor. Vi gör som strutsen, stoppar huvudet i sanden och väntar tills det gått över. Kanske det är därför som det inte varit så mycket forskning kring prostatacancer. Numera sker det en hel del, speciellt när det gäller att tidigt upptäcka cancer. Genom ny teknik och teknologi börjar vi män närma oss ”Pappografi” d v s att män också ska få en förebyggande undersökning efter tidiga tecken på prostatacancer.

Jag är inte ”bara” en COVID-19 överlevare utan även cancer överlevare.

April 2012 genomgick jag ”robot-assisterad laparoskopisk prostatektomi”, m a o prostatacanceroperation med hjälp av en robot som kirurgen styr.

Sedan 2013 är jag engagerad i Prostatacancerföreningen i Uppsala län. En öppen ideell patientförening för behandlade män, partner och intresserade

Föreningen arrangerar varje år i november en ljusmanifestation i Uppsala, för att hedra alla de män som under året dött i prostatacancer. Föreningen tänder 200 marschaller i ett ”Blåband”. Liknande arrangemang sker på flera håll i Sverige. I år sker det den 26 nov kl. 16.00 på Celsiustorget i Uppsala

Text Rune Westerlund



Hit med degen!

**MUSTASCH
KAMPEN
2022**

Din hjälp behövs i kampen mot Sveriges vanligaste cancersjukdom.
Mer pengar till forskning räddar fler liv.

SWISHA DITT BIDRAG IDAG 900 10 17

JENNIE WALLDÉN

MUSTASCHKAMPEN.SE



Foto Mattias Frenne

Rapport från KPR

Under förra KPR-mötet togs frågan upp om kommande äldreboenden. Vad händer på Åsen med demensboendet? KPR har uttryckt att placeringen är bra men vi får se vad politikerna beslutar. Var ska nästa boende ligga? Det finns många förslag och de som främst diskuteras är Eneby/Futurum, Dalvägen och Viby äng. Pomona ska vara kvar

för de äldre men inte klart i vilken form. Det är under utredning. En annan fråga som togs upp var nya bussnätet. Vi är emot att man tar bort mjuka linjen utan vill ha den kvar och en förlängning till Ica-Maxi.

Något som framkommit tydligt är att rutinerna behöver förbättras, efterföljas och informeras om inom

äldreomsorgen. Det finns processbeskrivningar men de är inte ihop-satta än. Vi hoppas att det sker snarast. Nästa KPR i december är det sista för den här perioden. Till våren kommer en del nya ledamöter till KPR och frågan är under vilken nämnd den ska ligga är inte helt klar än. Nu ligger KPR under KS.

Din hjälp behövs!

PRO och SPF turas om att varannan onsdag förmiddag hjälpa rullstolsburna på äldreboendet Västerhagsvägen att komma ut på en kortare utflykt.

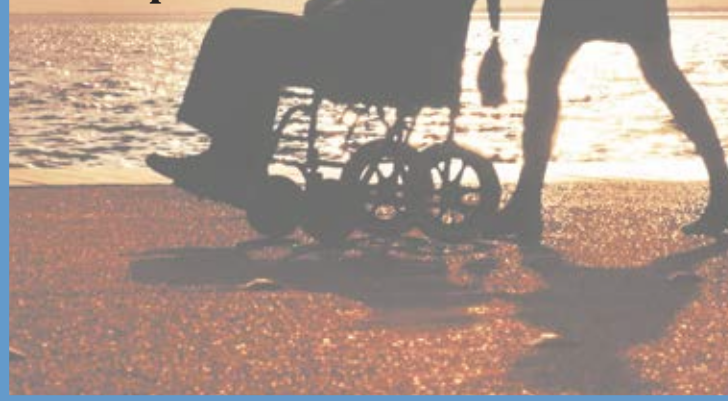
På onsdagar jämna veckor ansvarar PRO Håbo. Du är välkommen, vi möts kl. 10:15.

Hjälp oss hjälpa andra till en trevligare vardag.

Hör av dig till Lennart Olofsson

- Tel. 070 521 35 65

- E-post: lennart.45@bktv.nu



Datorhjälp?

Vi har alternativen:

Hjälp i hemmet (RUT-avdrag 50%)

Datorreparationer i verkstad

Vi vill meddela att vi flyttar till Dragrännan 2 första april.

(Fastigheten bakom St1 Macken)

Telefon: 0171-667720

För mer info besök oss på www.dragetsit.se



DRAGETS IT AB

Dragrännan 2, Draget · kontakt@dragetsit.se

Kostnadsfri trygghetsringning som är tillgänglig för alla!

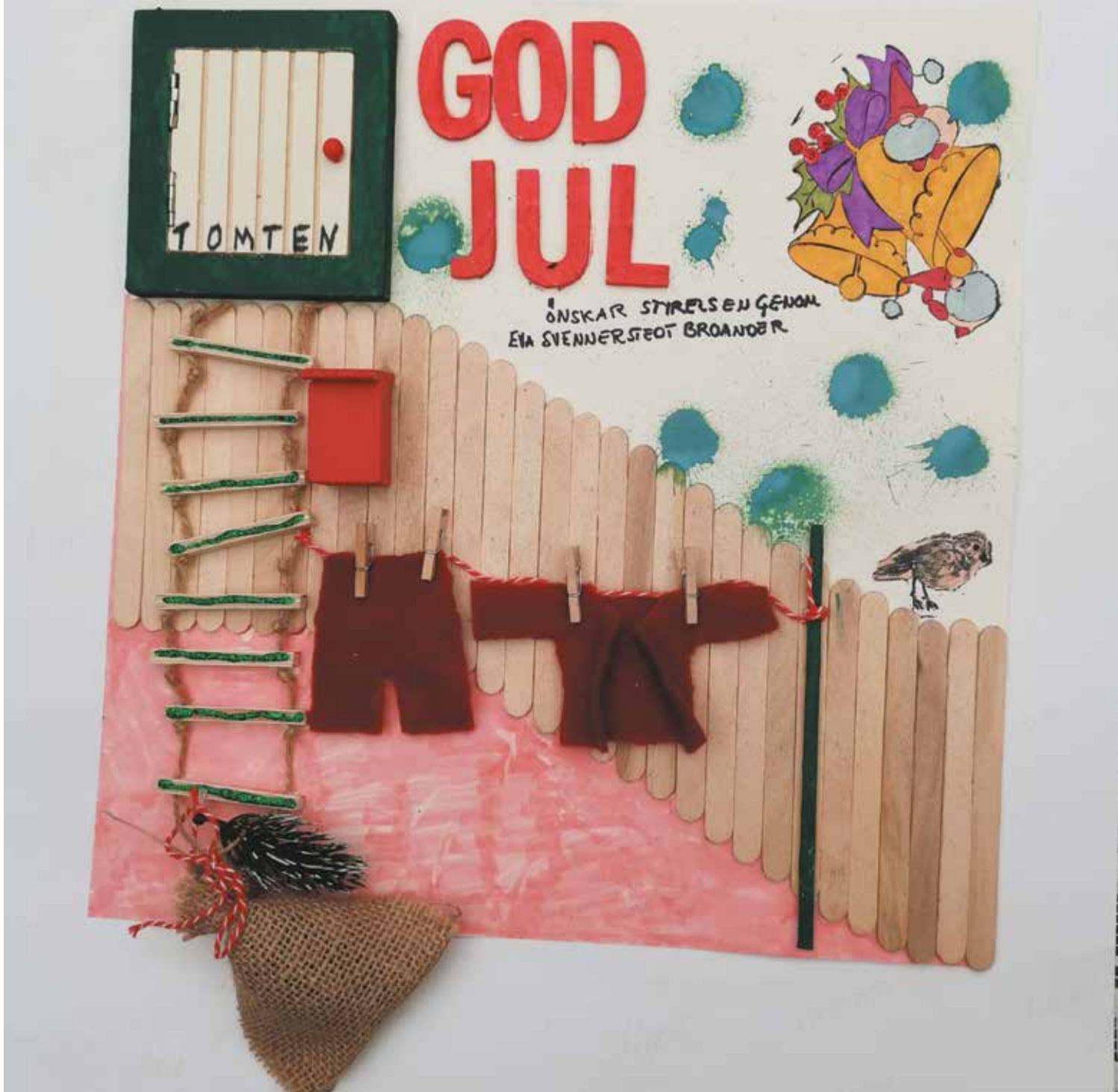
För att säkerställa att den som är ansluten till tjänsten ska hen ringa en telefonsvarare varje dag före kl 10.30 och meddela att hen är på benen. Om det inte sker då svararen avlyssnas, kontrolleras omedelbart om något inte står rätt till. Därför ska den som ansluter sig uppge en anhörig eller granne som skall kontaktas om hen inte har ringt och inte svarar i telefon.

Tjänsten sköts av SPF med ett bidrag av Håbo kommun och är till för alla pensionärer i Håbo.

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!

För mer information och/eller anmälan. kontakta Kerstin Jungmarker tel. 070 440 38 71 eller 0171 562 52.

Text Rune W



Redaktörens röst

Detta är sista numret för 2022..

Jag vill tacka alla företag som genom året har annonserat/sponsrat föreningen så att det har varit möjligt att ge medlemmarna information om planerade, genomförda aktiviteter samt allt annat som varit till glädje och nöje för läsarna.

Jag ser fram emot ett nytt år fyllt av fler spännande aktiviteter att bjuda på i kommande års upplaga.

Det skulle underlätta arbetet om fler sände in berättelser och fotografier. Om du inte själv vill och kan så kommer jag gärna på besök för att publicera din berättelse. Du är välkommen att höra av dig.

Behovet av fler aktiva..

Det krävs en hel del medlemmar i en ideell förening för att den ska

klara av de verksamheter som medlemmarna vill ska hända/ske under året.

Därför finns det alltid behov av medlemmar som orkar, vill och har möjlighet att hjälpa till.

Det är bara du som vet vad du orkar, vill och kan bidra med, för ju fler som gör något ju lättare för andra. Din medverkan är värdefull.

Sverige har en ny regering..

Det blev klart den 14 okt att den sk. "slottsöverenskommelsen" där M, L, SD och KD nu ska styra Sverige i de kommande fyra åren. Det kommer bli spännande och intressant att se hur deras sammanhållning, budget och förändringar kommer att påverka pensionärerna

Tänk på;

- Att synas i mörkret på kvällarna. En lampa och reflex är skillnaden på liv och död.

- Ta det försiktigt då du går, läkningsprocessen för äldre tar lång tid.

- Att aldrig lämna ut koder, lösenord eller nycklar till någon du inte känner.

- Att varje dag röra på dig efter din egen styrka, ork och förmåga. Enkla små rörelser varje dag är bättre än inga rörelser alls.

Var rädd om dig, så syns och hörs vi på PRO Håbo

Med mina bästa Jul och Nyårs hälsningar till er alla.

Redaktören/Layoutaren Rune Westerlund, Tel. 070 535 15 50

Välkommen som medlem i PRO Håbo. Gå in på www.pro.se/habo eller kontakta Gunilla på tel. 070 509 59 29

Studieprogram för PRO Håbo vintern 2022

Cirkel	Ledare	Telefon	Dag	Tid	Startar
Bridge	Bengt Nilsson	0737106459	tis	12.00	igång
Handarbetscafé	Solweig Lundkvist	0704217426	ons	12.30	igång
Keramik	Janet Granholm	0704700573	tis	10.00	igång
	Inger Bergström	0171467771	mån	10.00	igång
Kören-Protonerna	(Synnöve Pärnebjörk)	0734646552	tis	10.00	igång
	Ingegärd Petersén	0709259649			
Läsecirkel	Britt-Marie Boredahl	59481	mån	11.00	igång
Mobil/Dator	Rune Westerlund	0705351550	ons	12.00	igång
Seniordans*	Yvonne Vojbacke	0707956037	ons	10.00	igång
Senioryoga	Svea Sahlén	0736328561	tis	08.30	igång
Sittgympa	Birgitta Sikström	0707536931	fre	10.00	igång
	Thomas Partanen	0704891208			
Släktforskning	Jan Westergren	0707964465	tors	10.15	igång
Träslöjd	Sören Pettersson	0702333058	mån	15.00	igång
Träslöjd	Sören Pettersson	0702333058	tis	15.00	igång
TSS (tecken som stöd)	Gunilla During	706834922	ons	12.30	igång
Vegetarisk mat 1	Marianne Jönsén	0705556981	mån	16.00	igång
Vegetarisk mat 2	Marianne Jönsén	0705556981	mån	16.00	igång
Aktivitet	Ledare	Telefon	Dag	Tid	Startar
Bordtennis	Lars Smids	0708883919	tis, tors	09.30	igång
	Percy Ranemo				
Boule	Lene Holgersson	0706358032	mån, tors	10.00	igång
	Ingela Blomgren	0739652653			
Bowling	Berit Hellblom	0704334119	tors	09.30	igång
Dart, Bålsta Bowlroom	Bo Jansson	0705860816	tors	13.00	igång
Rullstolsvandring**	Lennart Olofsson	070-5213565	ons	10.30	igång
Shuffleboard	Olof Pettersson	0705986389	mån	18.00	igång
	Britt-Marie Pettersson	0739953196			

* Gemensamt med SPF. Inez noterar närvaron för PRO medlemmar.

** PRO Håbo ansvarar för rullstolsvandring onsdagar jämna veckor. Din hjälp uppskattas.

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