

PRO - BLADET

JAKOBSBERG
Nr 2 / maj 2021



Rk.



Hästhov



Vårlök



Vitsippa



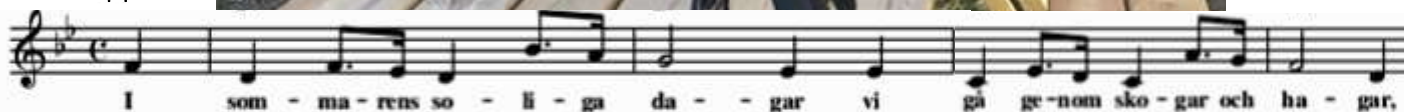
Dahlia



Prästkrage



Ros



INBJUDAN TILL ÅRSMÖTE DEN 16 JUNI: sid 2

Här finns all information.

HANDLEDNING TILL PRO:S HEMSIDA: sid 7

Se Ulla Werners manual för att logga in och hitta information på vår hemsida.

SOMMARAKTIVITETER sid 8

Mycket aktiviteter trots restriktioner...

HÄR ÄR MITT LIV sid 13

Läs Bo Johanssons intervju med fantastiska Barbro Säfsten.

UTSTÄLLNING AV GAMLA KÖKSREDSKAP sid 2

Vi samlar gamla prylar från köket.

RESEINFORMATION: sid 10

En dagstur är planerad till Samstorps Gård den 9 juli samt en rundtur med buss i Järfälla 10 juni. Se flera förslag som ligger och väntar på att kanske bli av, beroende på hur restriktionerna ser ut.

NÄSTA NUMMER UTKOMMER DEN 23/8 med bland annat:

Höstens verksamhet 2021 Reseinformation hösten 2021. Kort-kort om verksamhetsberättelsen 2020





ORDFÖRANDEN HAR ORDET

FN, Sveriges Rikes lagar och Europakonventionen står för människors jämlikhet, men...?



Alla människor har lika värde och rättigheter står det i FN:s allmänna deklaration om de mänskliga rättigheterna. Sveriges grundlagar, socialtjänstlagen och kommunallagen bygger på samma värdegrund. Sverige återfinns dock i ett bottenläge vid internationell jämförelse vad gäller värderingen av äldre! Framtidsforskaren Bi Puranen framhåller, "70+ har en kolossalt låg positionering i det svenska samhället"

Pandemin har blottat bristerna i äldreomsorg, boende och synen på de äldre. Försyndelserna och otillräckliga resurser till omsorg och vård sträcker sig bakåt i tiden. Partierna tävlar nu om att tala om satsningar man tänker göra i framtiden och lyfter fram prioriteringen av äldreomsorgen och vården inkl satsningar på personalen. Behovet av resurser är också mycket stort!

PRO driver dessa frågor hårt och nu gäller det att se till att alla politiska löften bli verklighet!

Bo Johansson

ODE TILL ETT FÅR

Du står där som ett mål att sträva mot
Du lyfter graciöst din ena fot
Du står där och drömmer i tiden
mot en bakgrund av gräsgrönt siden.



Och med tiden har det blivit så noga
att i femton år man måste knoga
Och för denna prestation
får man ett standar med inskription.

Nu vet man ju hur en del resonerar
om dom där som inget producerar.
Och som bara förstör vår ekonomi.
Så det är så galet som det kan bli.

Men inte lyssnar du på sådant tal
när det hamnat på någons pidestal
Och står där och drömmer i tiden
mot en bakgrund av gräsgrönt sidan.



Av **Maj-Britt Eriksson 97 år**, som arbetade vid ekonomiafdelning. Löneavdelningen på drätselkontoret i Järfälla

INBJUDAN TILL ÅRSMÖTE DEN 16 JUNI

Du kallas/är välkommen till årsmöte onsdagen den 16 juni 2021 kl 13.00 utomhus på Hästskovägen 81/81:an i Jakobsberg. Vid otjänlig väderlek flyttas årsmötet till onsdagen den 23 juni kl 13.00

Handlingar: Dagordning, verksamhets- och ekonomisk berättelse 2020, samt valberedningens förslag kan hämtas på PRO:s expedition Hästskovägen 81 onsdagar kl 13-15 eller erhållas per e-post/post
Tel: 08 580 197 49

Förslag för olika förtroendeposter lämnas valberedningens ordförande Tore Jansson Tel 073 659 44 19. E-post: tomowi@spray.se eller i brevlådan Hästskovägen 81
Märk kuvertet: "Valberedningen"

Frågor: Ring ordförande Bo Johansson
Tel 070 491 94 99

PERMANENT UTSTÄLLNING I 81:AN?

Har du några gamla och omoderna köksredskap kvar i skåp och lådor? Kanske i ditt förråd? Vi tar gärna emot sånt du kan låna ut eller skänka för att visa upp i lokalen. Dock inte kläder. Behöver du hjälp med transport så kan vi ordna det. Ansvarig blir Bengt Sundberg Tel 072 253 32 10 och han kan ge ytterligare information.



VÅRA NYA MEDLEMMAR

Mia Öman
Leena Jungefors
Eva Jansson
Arne Berglund

Välkomna till **PRO**

HÅLL UTKIK!

Coronan begränsar våra aktiviteter och vi får se från gång till annan vad vi kan hitta på för att komma tillsammans lite då och då. Vi får vistas mestadels utomhus och allt beror på väder och vind. Se därför annonsering i våra fönster på Hästskovägen 81 samt på anslagstavlor runt om i Jakobsberg om det är något trevligt på gång som du vill vara med på.



GRATTIS PRO-MEDLEM - NU FÅR ALLA SOM BEHÖVER KONSUMENTRÅDGIVNING

Förlorat pengar på inställd resa? Hamnat i strid med hantverkaren? Lurad av telefonförsäljare? Nu kan du som är PRO-medlem, oavsett var du bor, få hjälp av Konsumentcentrum - en del av Tidningen Råd & Rön.

Det här kan du få hjälp med:

- ✓ Konsumentvägledning via e-post och telefon gällande konsumenträttslig lagstiftning, information inför köp och råd vid klagomål.
- ✓ Du kan skicka in avtal eller anmälningar, till exempel till Allmänna reklamationsnämnden, om du vill få dem granskade.
- ✓ Vid behov får du också hjälp att kontakta företagen.

Möjligheten att få konsumentstöd är en del av ditt PRO-medlemskap och gäller under hela 2021. Det är viktigt att du har ditt medlemsnummer tillgängligt då vi kommer att fråga efter det.

Kontakt:

Maria Wiezell och Anna-Lena Ström på Konsumentcentrum

Telefon: 08-674 43 74, måndag–onsdag klockan 9–11 och 13–15

E-post: radgivning@konsumentcentrum.se

Fixartjänst för 70+ från Järfälla kommun

När det gäller att klättra i stegar, sätta upp gardiner, byta glödlampor och flytta tunga möbler. Ring för att få hjälp kostnadsfritt inom Järfälla kommun och max 6 timmar per år till Thim Granlund tel 08 580 289 23. Gäller även om du har annat stöd från kommunen.

Familjerådgivning stärker relationen.

Ring Järfälla kommun 08 580 287 48

Upptäck naturen i vår

Kostnadsfria guidade turer i kommunens olika kommundelar. Se på jarfalla.se/naturguidningar

KVINNOFRIDSLINJEN - en nationell stödtelefon

Tel: 020 50 50 50 . För dig som utsätts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld!!

PRO:s samorganisation kommer inte att leverera något AKTIVITETSBLAD för hösten 2021 på grund av rådande pandemi. Spara därför Aktivitetsbladet från våren 2021. Ring resp kontaktperson om du undrar hur det blir med cirklar och kurser m m.

” Om du vill stjäla pengar
- råna inte banken - öppna en egen”.

Bertol Brecht

- Stoppa lurendrejeriet med dyra hörselapparater!, säger Inga Hägerbring, hrf Järfälla

”Regionens hörselapparat för 600 kr är bra, men svartmålas av många privata aktörer, som vill sälja dyrt och tjäna pengar!

Tänk till innan ni skriver på och hör gärna av er till hrf, som har stor erfarenhet och kompetens på området, säger Inga Hägerbring, PRO medlem och ordförande för hörselskadades förening/hrf i Järfälla Upplands Bro.

”Inga talade, liksom Curre Hansson, ordförande för PRO i Stockholms län, samt företrädare för hrf i länet, vid ett digitalt seminarium/webbinarium den 19 april. Ett mycket lyckat samarrangemang mellan PRO-distriktet och hrf i Stockholms län.

För personlig rådgivning ring ”Hörsellinjen”, hrf 0771-88 80 00 kl 9-15.

Du kan bli *medlem* i hrf Järfälla- Upplands Bro genom att kontakta hrf 076-883 49 84!.

KLAGOMÅL..

Var vänlig
Tryck på
knappen



ANHÖRIGFRÅGOR

Tidigare informerade vi om, att vi under året kommer att ha träffar med ansvariga inom kommunen gällande bl a insatser och stöd för anhöriga. På grund av coronapandemin har detta ännu inte varit möjligt. Vår påverkan på annat sätt har dock medfört, att det blivit en ny anhörigkonsulenttjänst. Med den vaccinering som många av oss har fått eller kommer att få inom en snar framtid, så räknar vi med, att våra fysiska träffar med ansvariga inom kommunen skall kunna starta senast i slutet av sommaren eller tidigt i höst. Vi har många idéer till förbättringar, som vi vill försöka sälja in.

Anhörigcaféerna i våra fyra kommundelar har tyvärr inte gått att genomföra i vår. Vi hoppas kunna återstarta anhörigcaféerna i slutet av augusti. Är du intresserad av att delta, hör av dig till någon av oss i styrelsen, i slutet av augusti. Även om du inte deltar i någon träff, är Du naturligtvis alltid välkommen att kontakta någon av oss i styrelsen och ta upp ditt ärende:



Lennart Backman, ordförande	073-669 22 53	backman.lennart@telia.com
Anette Borg, vice ordförande	070-782 92 99	anette.m.borg@gmail.com
Lea Mårtensson, sekreterare	076-861 64 98	lea.martensson@gmail.com
Ann-Britt Elstorp, kassör	073-760 52 11	annbritt.elstorp@gmail.com
Britt Block, ersättare	076-211 78 67	brittblock@yahoo.se.

Utöver det stöd som ges inom vår förening, så finns en kanal inom Anhörigas Riksförbund, som kan utnyttjas. Det är Anhöriglinjen med tfnr 0200 - 239 500. Experter kan där ge mycket goda råd. Linjen är öppen mån, tis, tor o fre 10.00 - 15.00 samt ons 18.00 - 21.00.

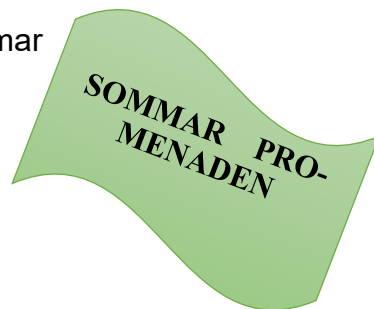
Lennart Backman, Järfälla Anhörigförening

Promenera med stegräknare

För den som kan och vill erbjuder vi en promenad med stegräknare i sommar



Roslagsleden är indelad i 11 etapper.



Etapp 1 Danderyd - Karby Gård
Etapp 2 Karby Gård - Örsta
Etapp 3 Örsta - Lövhagen
Etapp 4 Lövhagen - Domarudden
Etapp 5 Domarudden - Wira Bruk
Etapp 6 Wira Bruk - Penningby
Etapp 7 Penningby - Vigelsjö
Etapp 8 Vigelsjö - Roslagsbro

Etapp 9 Roslagsbro - Gåsvik
Etapp 10 Gåsvik - Sandviken
Etapp 11 Sandviken - Grisslehamn

Etapp 1 - 4 Danderyd - Domarudden krävs 2050 steg/dag
Etapp 1 - 8 Danderyd - Roslagsbro krävs 4900 steg/dag
Etapp 1 -11 Danderyd - Grisslehamn krävs 6800 steg/dag

Vi startar den **21 juni** med målgång är den **1 augusti**.
Starta i Danderyd, promenera och räkna steg under sommaren.

**Observera att
sommarpromenadens
steg rapporteras in
efter målgång
den 1 augusti**

**Diplom delas ut digi-
talt till alla som deltar.**

Anmälan till

Annika Nygren
070 438 20 80 fr 8.30
nygren.annika10@gmail.com

eller till

Bertil Rydén
580 349 70 / 070 427 77 49 fr 8.30
rydenbertil@hotmail.com



Välkommen önskar
Annika o Bertil

BILDSIDAN

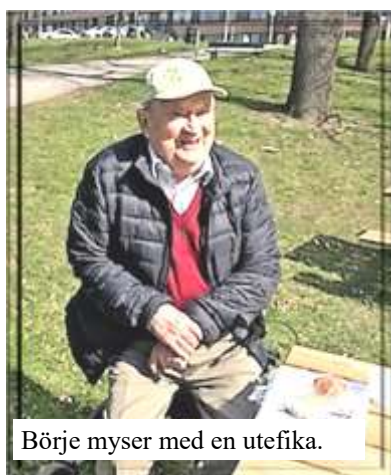


Första Café 81:an och Anita S säljer lotter så de ryker!



Lite promenadgympa i solen!

Bildfotograf är Bo Johansson om ej annat anges.
Bildtexter Rodhe K



Börje myser med en utefika.



Vad vore väl Café 81:an utan Gertrud??



Gun-Marie håller ordning på alla viktiga papper på expen

Karin och Sven på promenad

Pelle och Ulla berättade digitalt om sina spännande resor. Snart kanske även i 81an??



Stephan, Bertil och Anita kollar dartzavlan



Påskfint..men inga gäster inomhus i 81an



Teatergruppen repar



Stavgång i snöväder m Berit



Maj-Britt Eriksson 97 år både läser och skriver Poesi

HUR KOMMER JAG TILL PRO JAKOBSBERGS HEMSIDA?

I webb-läsarens sökrad skriver du in **PRO.se/Jakobsberg**
Du hamnar då på vår första sida med bilden på 81an
och underst en löpsedel med viktiga uppdateringar.
Däremellan finns lite allmän information.

Alla rubriker på löpsedeln är röd/blå markerade. Det innebär
att de är länkar till andra sidor. Klicka på den röda/blå markeringen och du hamnar i en annan sida
(intern eller extern) eller kommer till en bild. Externa länkar använder man sig av för att lätt komma
till en annan sida som uppdateras av andra. Så fort en extern sida uppdateras av sin ägare ändras
den automatiskt på din sida (och är därför alltid aktuell).

Oavsett vilken sida du är inne på är röda/blå markeringar länkar till andra sidor (interna eller externa)
och bilder.

Exempel:

När du klickar på **Kontakter** får du upp ytterligare undersidor **Adress och expedition, Styrelse,
Övriga förtroendevalda och Användbara hemsidor.**

När du klickar på **Användbara hemsidor** får du upp ett antal hemsidor som är länkade till vår.
Klicka på **Järfälla KPR** och du hamnar på sidan för bland annat KPRs protokoll. Så kan du gå in och
söka uppgifter på alla **Användbara hemsidor.**

Vad hittar jag på sidan?

I övre, vågräta, raden finns ett antal rubriker, från **Start** till **Kontakter**

Varje rubrik är en sida och har flera undersidor. Välj en rubrik, klicka på den och du får upp ytterligare
rubriker som du kan klicka dig in på. Exempel **Ordförandens sida**, sjunde rubriken från vänster.

Klicka på den och du får upp **Bosses fredagsbrev** och **Övrigt från ordföranden**. Klicka på en av
dem och du kan läsa texten som finns på hemsidan. Om du väljer att läsa **Bosses fredagsbrev** ser
du i texten röda/blå markeringar och du kommer till bilder som är aktuella till texten i fredagsbrevet.

Ett alternativ att komma till hemsidan är att bara skriva in PRO.se i sökraden

Du hamnar då i Riks förstasida. Där väljer du hitta förening till höger i övre raden. Klicka och välj
Stockholms län, samorganisation Järfälla och förening Jakobsberg. När du valt Förening Jakobsberg
befinner du dig på vår hemsida.

Någon inloggning med Bank-ID och/eller e-post ska inte göras för att titta på hemsidan.

Logga in är bara till för den som ska skriva in eller ändra något på sidan eller
ändra någon uppgift om sig själv i medlemsregistret.

Nyfiken på vilka uppgifter som finns om dig i medlemsregistret (Harald)? Eller vill du rätta eller lägga till något?

Öppna din webbläsare och skriv in PRO.se/Jakobsberg

Du har nu kommit till vår hemsida och väljer i den övre vågräta raden **Logga in**
För att säkerställa att det är din och ingen annans sida du vill titta eller ändra på
måste du ange antingen Bank-ID eller e-postadress och ett särskilt lösenord för sidan.

Du kommer då till Membersite (medlemsregistret Harald) och väljer **Logga in** en gång till.

När du har gjort det får du upp din sida i medlemsregistret och kan göra dina ändringar eller tillägg.

PRO-Riks uppmanar alla medlemmar att själva göra ändringar och tillägg på sin sida.

Du kommer bara åt din egen sida och kan inte ändra på någon annans sida.

Ulla Werner



Haiku dikter

Tvingad av virus
folkhälsomyndigheten
Hör upp ni alla!

Hur ska vi palla
dörrar som stängs om alla
Tiden blev stulen

Gun-Marie PK



SPARA AKTIVITETSBLADET FÖR VÅREN

ALLA INOMHUS-AKTIVITETER OCH CIRKLAR ÄR PGA CORONA-RESTRIKTIONERNA FORTFARANDE HELT INSTÄLLDA TILLS VIDARE. FÖR BESKED OM AKTIVITETER SOM DU VILL TA DEL AV, RING CIRKELLEDAREN FÖR INFORMATION OM STARTDATUM OCH ÖVRIGT SOM GÄLLER UNDER KOMMANDE HÖST. SE ÄVEN AKTIVITETSBLADET FÖR VÅREN 2021, HEMSIDAN, AFFISCHERING I 81:ANS FÖNSTER, ANSLAGSTAVLORNA RUNT JAKOBSBERG.

Digital Hemguide - Oscar Berander hjälper dig över 75 om du vill komma igång, lära dig mer eller behöver hjälp med din hemteknik. Du ringer servicecenter 08 580 285 00 för att komma igång med digital hemguide. **Se även hemsidan www.pro.se/jakobsberg** så finns mer att läsa där.

Dessa utomhusaktiviteter kan vi ha glädje och nytta av. Se här nedan!

Söndagspromenader varje söndag

Lär känna ditt Järfälla Bo Johansson guidar och berättar för den som vill hänga med. Varje söndag fr kl 10. Vid tjänlig väderlek. För information ring tel 070 491 94 99. Medtag eget fika och vatten. **Ingen avgift . Ingen anmälan**



Vi spelar Boule

Vi håller till på Engelbrektsvägen 17 eller i Riddarparken. Klot finns att låna. Matsäck/fika tar var och en med sig. Information: Anita Strandfelt 070 241 98 92 och Bertil Rydén 070 427 77 49



När vädret tillåter. Ingen avgift

Cykla Järfälla runt



Bo Johansson guidar på cykeltur. Varannan fredag kl 10 (utom 4 juni) Datum: 7 och 21 maj, 4 juni kl 13 (OBS!), 18 juni, 2, 16 och 30 juli, 13 och 27 augusti. 10 sept osv. Samling sker på Hästskovägen 81. Vid tjänlig väderlek.

För information ring Bo på tel 070 491 94 99. Medtag eget fika och vatten.

Vi spelar Minigolf

Tisdagar kl 11-13 på Aspnäsvägens innergård. Medtag eget fika. Ingen avgift. Anmälan till Mona Blomgren 070 376 11 26

När vädret tillåter.



Promenad och stavgång

Tisdagar kl 14.30 från Hästskovägen 81. Eget fika. Ingen anmälan eller avgift. För info ring Bo Johansson 070 491 94 99

Café 81:an på onsdagar. Under onsdagarna vid tjänligt väder kan vi ses ute vid 81:an och, som i somras, fika m bulle o kaka och kanske även få lite kulturell spis i någon form. Håll utkik efter information i våra fönster och på anslagstavlor. **Vi ser vädret an!**

OBS!

**TILLKOMMANDE
AKTIVITETER**

i sommar:

Se ANNONS i Mitti

i början- mitten av juni!!

Hemsidan Glöm inte att titta in på vår hemsida. Där finns mycket information om vad som händer i föreningen nu, under dessa Coronatider. Förutom aktivitetstips så hittar du även Bosses fredagsbrev, frågesport och lite annat smått och gott. www.pro.se/jakobsberg **Manual för hemsidan på sid 7**



TRE AKTIVITETER I ABF:S REGI. SE ÄVEN PRO:S HEMSIDA FÖR FULLSTÄNDIG INFORMATION

Måla Akvarell



När: Den 14, 21 och 28 juni.

Medtag: Akvarellblock och färger

Ledare: info **PRO:s hemsida**

Plats: 81:an utomhus vid tjänligt väder.

Anmälan och information till:

Hans Holmberg tel: 073 693 00 68

Grundutbildning PRO 1

En digital utbildning i uppbyggnad, mål, och syfte med föreningsverksamhet och i detta fall gällande PRO:s verksamhet.

Medtag: Egen dator m kamera

Datum: Någon gång i slutet av maj. Ledare ej fastställt ännu.

Se även PRO:s hemsida

Intresseanmälan krävs då platserna är begränsade.

Ingen avgift.

Intresse-anmälan till:

Hans Holmberg tel: 073 693 00 68

Kurs: Hemberedskap

En grundkurs med målet att ge dig en ökad kunskap och stärkt förmåga att själv hantera konsekvenserna av en kris och tillgodose grundläggande behov såsom mat, vatten, värme, sömn och information.

När: den 27 maj kl 10.30

Ledare: Tina Nord från Civilförsvarsförbundet.

Max 20 pers. Ingen avgift.

Plats: Utomhus vid Hästskovägen 81

Anmälan och information till:

Hans Holmberg tel: 073 693 00 68

ETT ÅR HAR GÅTT...



Ett år har gått av pandemi och
Gett många spår av melankoli
Ett härligt vårtecken vi nu har sett,
När vårdcentralen första sprutan gett

Huka er gubbar och gummor nu laddar dom om
Om sex veckor hörs åter ropet: - Kom, bara kom!
Till sommaren vi slipper 1-års karantän
Och kan till gemenskap helt sakta ge oss "hän"

Nu tussilago, blåsippor i backarna står
Vi alla åter mot ljusare tider går
Och pollenallergi får väl åter duga
Som vardagsplåga i vår lilla stuga

Nu boulekloten åter kan rulla
Och minigolfbanor snar är fulla
Promenader mot nya djärva mål
Har blivit PRO:s folkhälsoaroll



Likt Drutten och Krokodilen Anders och Johan
var vecka i rutan hörts oss strängt förmana
Stefan L och Lena H stränga varit dock sena i starten
Och har tyvärr haft svårt att hela tiden hålla farten

Stockholms län tyvärr sämst i Coronaklassen
Inger Svenonius gång på gång gjort mål i egna kassen!
När hon gamla i vaccinationskön långt bak placerat
har PRO i länet mycket starkt mot detta reagerat!!

Du sköna stor digitala värld
Har varit mantrat under årets förkrörelsefärd
Ni som på perrongen blivit kvar
till er våra expeditioner tyvärr helt saknar svar

Vi vill att alla börjar tänka framåt
Så att alla får plats i vår gemenskapsbåt!!
Tänka fritt är stort.
Men tänka rätt är större!!



Hälsar Bo Johansson
(Järfälla i mars 2021)

SUCCÉ när Café 81:an hade säsongspremiär utomhus onsdagen den 21 april. Solen sken och luften fylldes av glada samtal och skratt. Äntligen kunde medlemmarna träffas, dock på lämpligt Coronaavstånd över en kopp kaffe. "Äntligen!", sa Ulla-Britt Skotte! Gill satt i kassan den här dagen och Anita sålde 40 lotter i ett nafs.. Kaffegänget Gertud, Anita och Bertil fick en hjärtlig applåd för den fina starten och den härliga atmosfären. Vi hoppas att få fika på Caféet i trädgården varje onsdag kl 13 under sommaren.

Text o bild : Bo J



EFTERLYSNING!

Vi behöver bli fler

Vi söker dig som kan hjälpa till med utdelning av vår tidning BLADET. Vi har en grupp hjältar som drar lasset nu men de blir färre med åren. Om du tror att du kan ta ett litet område och dela ut i, så slå en signal till **Siri Lundmark** som håller i trådarna.

Tel: 073 971 18 33

Bli Brevduva du också!



LÄSTIPS: Titel: Rebeccas blod Författare: Bodil Mårtensson Tipsat av: Birgitta Almrén

På väg ner till hamnen för att ta sitt liv råkade David Lehman passera Kvinnoborgen, ett skyddsboende för kvinnor i en kringbyggd gammal skånegård. Gården låg i mörker, så när en pickup körde upp blev han skrämmd av strålkastarna och tog skydd i ett buskage. Dramat han bevittnade och motvilligt drogs in i skulle förändra hans liv.

Det var föreståndaren för Kvinnoborgen, Viola Malmborg, som anmälde försvinnandet av sin kollega, Rebecca Ernfridsson. Joakim Hill och hans kollegor vid polisen i Helsingborg insåg allvaret i situationen, och sökandet började. Men, rörde det sig om kidnappning... eller mord? Hill hade inte mycket att gå efter, fränsett att Viola föreföll misstänkt ivrig att tala direkt till media. Litade hon inte på polisen, eller låg något annat bakom? För Hill var det viktigt att snabbt förstå vad som pågick. Det kunde handla om timmar...

Under tiden fann sig David Lehman inlåst på en vind ovanför den kidnappade. Allting handlade inte bara om honom nu, utan om Rebeccas chans möjligheter att överleva. Han hade redan bevittnat mer än han ville. Och svurit på att han aldrig ville se Rebeccas blod flyta – inte en gång till!



Följ med PRO Jakobsberg den 9 juli på en magisk tur till SAMTORPS GÅRD

Vi gör en dagstur till Samtorps Gård och besöker alla djuren på gården. Vi åker skrida genom hagarna och får hälsa på djuren på lite närmare håll. Tillfälle finns att handla i Bröderna Anderssons lanthandel och vi intar en delikat lunchbuffé bestående av: lax, rökt kött, potatis, sallad och bröd.

Anmälan ska göras senast den 1 juni till

Mona Blomgren 070 376 11 26 eller monablomgren@hotmail.com

Kostnad 850 kr / person Betalas senast 15 juni Bankgiro 5035-2830



PROGRAM:

- kl 10.00-12 15 Bröderna Anderssons lanthandel där vi får kaffe och smörgås.
- kl 12.15-13.30 Djursafari med massor av visenter, kronhjortar, dovhjortar, mufflonfår, vildsvin med mera, på mycket nära håll.
- kl 13.30 Lunchbuffé på Samstorps Gård med lax, rökt kött, potatis, sallad och bröd.

Tillfälle finns att handla både i Bröderna Anderssons lanthandel och i Gårdsbutiken.

Busen har kylfack för den som behöver förvara kött och övriga färskvaror under hemresan.

TIDER FÖR AVRESA:

- 08.05 Barkarby bussterminal hpl H
- 08.15 Viksjö/Plogvägen hpl buss 553
- 08.25 Jakobsberg bussterminal hpl R
- 08.30 Fabelvägen/Kallhäll, hpl buss 542
- 08.35 Kärnmakaren

**En upplevelse
du sent kommer
att glömma!**



FÖLJANDE UTFLLYKTER ÄR PLANERADE MEN ÄR FORTFARANDE OSÄKRA. OM MAN ANMÄLT SIG OCH TUREN BLIR INSTÄLLD, MEDDELAS MAN I GOD TID VIA TELEFON.

Rundtur i Järfälla med guidad buss. Egen matsäck, sittunderlag och vatten. Planeras till torsdagen den 10 juni kl 10-13 med start vid Hästskovägen 81 i Jakobsberg. Senaste datum för anmälan och närmare information ring till Mona Blomgren 070 376 11 26. Självkostnadspris drygt 100 kr beroende på Coronaregler. Munskydd och handsprit medtages. Finns också på plats.

Busstur till ÄNGSÖ friluftsgård/område i månadsskiftet augusti/september 2021 med sopplunch. Ca 3 timmar. Håll koll på hemsidan och förnstret i 81:an, eller ring expeditionen 08 580 197 49 på onsdagar under juli-augusti. Anmälan till Mona Blomgren 070 376 11 26. Info även i BLADET 23 aug. Pris 100-150 kr beroende på anmälan och Coronaregler.

PRO Jakobsberg kommer inte att arrangera några resor utomlands 2021

HÄR ÄR MITT LIV Barbro Säfsten kämpar för de synskadade!

Barbro har ett brinnande engagemang för att förbättra de synskadades villkor i vardagen och samhällslivet. Alla ska vara med på goda och rättvisa villkor. "Jag upptäcker mer och mer vilka orättvisor och skavanker välfärdssamhället lider av. Handikappersättning och ledsagarservice hotas och inskränks i olika kommuner bl.a Stockholm. Arbetslösheten är stor bland synskadade och många lever på existensminimum och får gå ifrån hus och hem", säger hon. "Det är inhumant och osolidariskt!"

Många med sjukersättning förhindras av ekonomiska skäl att delta i aktiviteter och ett värdigt vardagsliv. En låg sjukersättning och avgifter på 250 kr /timme för ledsagare, 150 kr för enkel resa med färdtjänst begränsar starkt möjligheterna att delta i vanliga fritidsaktiviteter, som gymnastik, möten, studiecirkel och en fika med en kompis", säger Barbro vidare!

Barbro är 54 år, gravt synskadad vid vuxen ålder, bosatt i Bålsta och född i Jakobsberg. Hon är adjungerad i PRO Jakobsbergs styrelse, vice ordförande i Synskadades förening i Bålsta, är med i tillgänglighetsrådet i Bålsta, där hon varit med och drivit fram en s.k. fixartjänst, samt är redaktör för SRF:s distriktstidning i Stockholms län. "Jag har en mycket viktig hjälp- och vardagskompis i ledarhunden Walle, som berikar och underlättar mitt liv väsentligt". Jag jobbade många år hos Arla i Kallhäll, och även på Säby gård, Bauhaus och på tvätter. Jag förlorade jobbet på grund av min synnedsättning, vilket känns väldigt orättvist och fel", säger hon. Facket gjorde vad dom kunde för att jag skulle få behålla mitt jobb, men lyckades tyvärr inte", säger hon vidare. "Arbetet är oerhört viktigt både för självkänsla, meningsfullhet och ekonomi", säger hon med eftertryck!

Många härliga fritidsintressen. Barbro är med i PRO:s teatergrupp i Jakobsberg. Hon har virkat väskor, korgar, ryggsäckar och sjalar bl.a till PRO Jakobsbergs utställning i projektet "Ofrivillig ensamhet". "Jag slukar böcker och för närvarande är det romaner om livet i Norge och Danmark under främst 1800-talet. Hur klarade man livet och vardagen då med skördarna, ekonomi, bostäder och sjukdomar?. Naturen intresserar mig mycket, men däremot inte sport", säger hon.

"**Jag har** bestigit Kebnekaise med de synskadades ungdomsgrupp, paddlar gärna kanot om jag får sällskap av en seende kompis. Under ungdomsåren var jag med och spelade i Jakobsbergs arbetarteater, dansade i Stuffarklubben och jag har till och med ägnat mig åt magdans", berättar hon med ett gott skratt.

Allätare av musik " Jag gillar mest musik med trubadurer från främst 1960-talet med Cornelius Vreeswijk och Evert Taube, men också Elvis Presley och Tommy Steel", berättar Barbro. "Det mesta utom opera".

Blickar framåt! "Jag är optimist och ser framåt mot att åter komma igång med föreningsliv, träffa människor och vara engagerad, när pandemin släpper sitt grepp om oss. Då får jag träffa min hund Walle igen" Redaktionsgruppen hälsar och hoppas att du snart är på fötter igen efter olyckan!

Intervjuade gjorde Bo Johansson



Barbro är redo för teaterscenen



BAKOMATEN

BLÅBÄRSMARMEAD MED CITRON

500 g blåbär (Blir ca 2 burkar)
1/2 dl vatten
1/2 citron, skal och saft
5 dl syltsocker



1. Koka upp bär, vatten, citronsaft och finrivet citronskal och låt koka cirka fem minuter. Mosa bären lätt under kokningen. Tillsätt 5 dl syltsocker och koka kraftigt i 2 minuter.
2. Tag sylten från värmen och tag bort eventuellt skum på ytan med en sked.
3. Häll upp marmeladen i väl rengjorda burkar. Förslut och låt svalna. Förvara marmeladen svalt och mörkt.

Från Diana Bäck

CORONAPOESI

Har du dikter med anknytning till pandemin?
Kanske kan vi samla ihop till en antologi!

Sänd dina dikter,
som kan vara korta eller långa,
strikt ordnade eller fria i sin form,
till PRO Jakobsberg,
Hästskovägen 81, 177 39 Järfälla
eller till inkeri@kuosku.se
eller ring Inkeri 070 438 63 31
Senast den 10 juni

Haikudikt av Inkeri:

*Ensamheten stor
när coronavirus tär
Är vaccinet här?*

(Haiku består av 17 stavelser; 5, 7 och 5)

Styrelsen PRO Jakobsberg 2021

Ordförande	Bo Johansson	070 491 94 99	boerik.johansson88@gmail.com	
V.ordf	<i>Utses inom styrelsen</i>			
Sekreterare	Gun-Marie Plate Karlsen	070 586 56 43	plate@karlsen.se	
Kassör	Anita Jonsson	070 941 93 33	ajonsson250@gmail.com	
Studieorganisatör	Hans Holmberg	073 693 00 68	hans.v.holmberg@gmail.com	
Ledamot /Redaktör	Rodhe Köllerström	076 345 19 49	rodhek49@gmail.com	
"	/Projekt	Gissoo Shakeri	070 798 55 83	gissoo.shakeri@gmail.com
"	/Hemsida	Ulla Werner	070 241 02 64	ulla.werner@telia.com
"	/Resor	Mona Blomgren	070 376 11 26	monablomgren@hotmail.com
"	/Husvärd	Bengt Sundberg	072 253 32 10	bengt.o.sundberg@hotmail.com
Ersättare	Talal Imam	070 774 28 75	talal_imam@hotmail.com	
"	Inkeri Kuosku	070 438 63 31	inkeri@kuosku.se	
Adjungerade	Gertrud Rydén	073 919 01 63	gertrudryden@hotmail.com	
"	Jana Wingqvist	073 026 69 16	jana.wingqvist@gmail.com	
Medl.reg.anstv. (ej styrelsemedl)	Diana Bäck	070 292 83 91	diana.back@hotmail.se	

VÅRA KONTAKTOMBUD STÄLLER UPP

Kanske en pratstund per telefon eller en kopp kaffe utomhus med lämpligt avstånd
Vi finns till hands för dig och ställer gärna upp utan kostnad när du behöver oss

Christer Nilsson	072 280 63 95	soila.nilsson@live.com
Gertrud Rydén	073 919 01 63	gertudryden@hotmail.com
Inger Pettersen	070 774 85 38	inger.m.pettersen@gmail.com
Mona Blomgren	070 376 11 26	monablomgren@hotmail.com
Bengt Sundberg	072 253 32 10	bengt.o.sundberg@hotmail.com
Bo Johansson	070 491 94 99	boerik.johansson88@gmail.com

Hemsida/Webbsida

www.pro.se/jakobsberg
Ulla Werner

PRO Bladet redaktör

E-post: rodhek49@gmail.com
Rodhe Köllerström

MANUSSTOPP

25 jan 26 apr 9 aug 15 nov

UTGIVNING

8 feb 10 maj 23 aug 29 nov

Ansvarig utgivare ordf Bo Johansson

ADRESS OCH KONTAKT

PRO Jakobsberg,

Hästskovägen 81, 177 39 Järfälla
Telefonsvare 580 197 49.
Expedition onsdagar kl 13-15
E-post: Jakobsberg@pro.se
Hemsida: www.pro.se/jakobsberg
Bankgiro: 5035-2830.

Brevlåda finns vid 81:ans ytterdörr
och förslagslåda finns i caféet

PRO VISAR LEJONKLON!!



PRO Riks

- PRO har varit stenhård i kravet på att de äldre ska prioriteras vid coronavaccination
- PRO har drivit fram att telefonbokning för vaccination ska genomföras och inte bara via BankID
- PRO har haft framgångar för att öka pensioner, bostadstillägg och likställda skatter

PRO distriktet, Stockholms län

- PRO-distriktet har demonstrerat och fått genomslag för äldres prioritering vid vaccination
- PRO-distriktet har rutit till mot gräddfilen i vården genom Doktor Kry m m.

- PRO-distriktet och Hörselfrämjandet i länet har reagerat starkt mot geschäftet med hörselapparater

PRO i Järfälla

- PRO planerar och genomför en omfattande sommarverksamhet för äldre
- PRO i Järfälla har drivit fram ett kommunalt bidrag till sommaraktiviteter för äldre
- PRO i Järfälla arbetar för att digitaliseringen inte ska öka klyftorna - alla ska med!
- PRO i Jakobsberg har drivit projektet mot "Ofrivillig ensamhet bland äldre"

Bo J

Enkät och dialog om seniorvänlig kommun

Äldrenämnden/förvaltningen vill ha dina, 65+, synpunkter på om Järfälla är en seniorvänlig kommun eller inte! Enkäten handlar om boende, hemtjänst, utomhusmiljö, närområdet, aktiviteter, mötesplatser och social gemenskap för äldre i Järfälla. Enkäten kan lämnas i servicecenters brevlåda vid entrén, Riddarplatsen 5, Jakobsberg : "Seniorenkäten - Järfälla kommun". I slutet av detta år kommer äldrenämnden att fatta beslut efter sammanställning av enkäten och ställningstagande till slutprodukten och ytterligare diskussion.



Gissoo Shakeri - flitig medlem med många strängar på sin lyra



Gissoo är ledamot i styrelsen och håller i flera projekt i PRO-föreningen Jakobsberg. Hon leder bl a en grupp i poesi, en teatergrupp och är aktiv i mycket som händer bland våra medlemmar. Hon är även författare och har skrivit en barnbok med namnet: "**Min snälla boll och den dumma bollen**". Den finns att köpa för 100:-. Är du intresserad, kontakta Gissoo på tel. 070 798 55 83

RoK

PRO
JAKOBSBERG

**PLANERAR
LOPPIS**



NÅGON GÅNG I SLUTET AV JUNI
HÅLL UTKIK PÅ VÅR HEMSIDA
OCH I FÖNSTRET PÅ 81:AN

HAR DU GÅVOR ATT SKÄNKA?
RING EXPEDITION FÖR INFO
ONSDAGAR TEL 580 197 49

Glöm inte att gynna våra annonsörer!

HA EN SKÖN SOMMAR!