

# PRO - BLADET

JAKOBSBERG

Nr 4 Nov 2021



Rk.

VI MÖTS IGEN!



Månadsmöte med härlig underhållning av Stefan Lindeborg

## MÅNADSMÖTE 27 JANUARI 2022 KL 14.00

Plats: Jakobsbergskyrkan

Med aktuellt ämne - tema samt underhållning, fika, lotteri, mm

Öppet från 13.00 Tag gärna med en vän! VÄLKOMNA!

## HÖSTENS STEGRÄKNARPROMENAD AVSLUTAD sid 15

Häng med på den nya vårpromenaden

## VI PENSIONÄRER MÅSTE HÖJA VÅRA RÖSTER! Sid 3

## VARNING OCH GODA RÅD Sid 3

Rån i hemmet blir vanligare. Lite tips och råd att tänka på

## CIRKLAR UNDER VÅREN sid 10

Klipp ut och spara

## RESOR Sid 12

Södertälje i december samt Cinderellaresa och Jämtlandsdagar 2022

Nästa nummer utkommer den 7 februari 2022



PRO Jakobsberg, Hästskovägen 81, 177 39 Järfälla, tel : 08 580 197 49 (onsd. 13-15, övr tid tel.svarare)

Org.nr: 813200-3701 Epost: jakobsberg@pro.se Hemsida: www.pro.se/jakobsberg



## ORDFÖRANDE HAR ORDET Nu måste ljuset riktas mot de årsrika!

Efter en sommar med härligt väder och massor av uteaktiviteter, ca 2500 besök i vår PRO-förening, så närmar sig juletider och tända ljus. De vackra höstfärgerna är borta, men nu blommar åter PRO-verksamheten. Caféeer i 81:an, pub, promenader, resor, mannekängupvisning, egen poesibok, studiecirklar, körsång med PRO-tonerna, bridge, styrka och balans, linedans, möte med nya medlemmar, bingo, qi gong, seminarier, föreläsningar och poesi, Bladet, hemsidan och ett ihärdigt arbete för att förbättra vårt inflytande över äldre frågorna i Järfälla!! Det är dags att makthavare och samhället tar de äldres erfarenhet, kunnande och situation på djupaste allvar! Nu räcker det inte längre med fagert tal för framtiden! Handling krävs!

En bra omsorg och vård, boende, samt en värdig behandling är våra krav! Ljuset på de årsrika!



Ordförande Bo Johansson

- Ta den här..det är säkert en vinst..  
och så en till Karin också, eller?



**VÅRA SÖNDAGSPROMENADER FORTSÄTTER.** Det är då ett som är säkrert i denna förening. Bosse och Bengt traskar oförtrutet på med entusiastiska medlemmar söndag efter söndag. De är väl snart uppe i hundra promenader, (nästan) Det har blivit en härlig tradition och det händer alltid något på dessa vandringar. En särskild upplevelse är det också att kunna följa naturens skiftningar under olika årstider och väderlek. Man har med sig fika och slår sig ner på stubbar och stenar i gläntorna. Någon kör lite naturgympa och någon läser en dikt eller berättar nåt upplevt. Roger som är vår främste frågesport-are har alltid något klurigt med sig. Man kan till och med bli miljonär på kuppen! Berit är vår främsta försäljare av PRO-lotter och henne kommer man inte undan! Alla är välkomna att traska med. Hoppas att fler lockas med ut i friska luften på dessa promenader! -*Vandra vidare!*, sjöng Gunnar Wiklund, och det kan väl vara en bra slogan för att ge sig ut på promenad. Ring Bosse om du vill hänga på och undrar över något.

Text: Rk Bild: BJ

## LÖRDAG 30 OKTOBER I HUSET PÅ HÖJDEN

Infoträff om PRO med syrisk grupp. Kulturdag och inbjudan från föreningen Jasmine. Syrisk musik och mat, samt spännande samtal om dagens samhälle. Maten var supergod!

Fyra från PRO Jakobsbegs styrelse var på plats! Text och bild: BJ



## VÅRA NYA MEDLEMMAR

Göran och Berit Nilsson

Bertil Bergestig

Kerstin Karlstedt

Tomas Ring

Ingrid Petersson

Rozalia Nalevanko

Reza Maleki Kazeri

Bror Forsback

Eva Jäder

Arne Winberg

Ingrid Berg

Marianne Lindeman

Elisabeth Klerhammar

Välkomna till **PRO**



- Har du hört vilken otur Jonas har haft?
- Nej, vadå?
- Han har stuckit med min fru..

# VI PENSIONÄRER MÅSTE HÖJA VÅRA RÖSTER!

Pensionärerna är 23 procent av befolkningen, 2,3 miljoner individer och 1/3 av de röstberättigade!



**"Det är dags att vi höjer våra röster! Vi måste bli fler medlemmar och arbeta gemensamt för ett bra samhälle/äldresamhälle! Våra röster måste nå de politiska partierna och folkrörelserna"**

**PRIS, Pensionärers Rätt i Samhället (jfr BRIS för barnen) och äldrekonsekvensanalys behövs**

**Människors lika värde är grunden i ett humant och solidariskt samhälle.** Människors lika värde är grundpelaren i FN:s allmänna deklaration om de mänskliga rättigheterna, i Sveriges grundlag, de politiska partierna och PRO:s stadgar! Mycket är bra för de äldre i vårt land, men mycket måste förbättras. Inte minst har detta visats under pandemin.

**Synen på äldre måste förbättras. Nolltolerans mot åldersdiskriminering!**

Enligt forskaren Bi Puranen, visar en erkänd internationell rapport att Sverige ligger på en bottenplats, plats 99, bland 100 länder ifråga om synen på äldre! En rejäl kraftsamling och folkbildning krävs för att lyfta frågan.

**Äldre är en resurs med stora erfarenheter.** Joe Biden, 78 år, är president i USA, men i Sverige finns bara en handfull 65+ i riksdagen dvs någon enstaka procent. Den enorma tillgången på erfarenhet och kunskap måste avspeglas i en starkt ökad äldrerepresentation. Det kommunala pensionärsrådet (KPR) i Järfälla, med pensionärer och politiker, har närmast reducerats till ett informationsorgan. Kommunala föreningsträffar domineras av barn-och ungdomsfrågor och äldrefrågorna "finns inte". I tidigare undersökningar av pressen, har jag konstaterat att pensionärer är i det närmaste osynliga. I några slumpmässigt valda tidningar kvarstår denna slutsats. I DN 15 och 16 oktober i år representeras äldre enbart i flera sidor dödsannonser, kungligheter och en f.d.äldre minister. I ICAkuriren den 22 oktober säger däremot Naturskyddsföreningens ordförande Karin Lexén: "Vi kan lära oss massor av de äldre generationerna!"

**Pensionärernas ekonomi måste förbättras!** Ca 300 000 pensionärer i Sverige ligger under EU:s fattigdomsgräns. Kompensationsgraden minskar successivt. Det allmänna pensionssystemet är underfinansierat, så därför måste arbetsgivaravgiften höjas från drygt 17 procent till 18.5 procent! Tjänstepensionerna måste breddas till "alla" dvs inte bara till en mindre relativt välavlönad del. Lika skatt för lika inkomst är en självklarhet, liksom behovet av en höjning av bostadstillägget!

**Omsorg och vård kräver mer resurser och förbättrade arbetsvillkor.** Resurserna till den kommunala äldreomsorgen i vårt land har minskat reellt med 3 procent sedan 2014, trots en markant ökning av äldregruppen. Mammografin har en åldersgräns på 74 år, vilket är oacceptabelt, då sjukdomen inte är åldersbegränsad. Prostatacancer tar också alltför många liv med mycket lidande. PSA prov och screening måste genomföras. Tänderna måste ingå i högkostnadsskyddet, då många äldre tvingas avstå från behandling av ekonomiska skäl.

**Pandemin har varit en katastrof för boende på äldreboenden.** Omkring 10 000 äldre har dött på äldreboenden under pandemin, många gånger genom brister i omsorgen, vården och god hälso-och sjukvård! Ansvaret vilar tungt på myndigheterna! Bristerna i personalpolitiken måste till att börja med åtgärdas genom bättre löne-och anställningsvillkor, fler heltider och utbildningssatsningar. Sverige är sämre än de nordiska länderna på ett flertal områden!

**"Digitaliseringstsunamin" lämnar bakom sig 1 miljon pensionärer.** Ny teknik är många gånger ett viktigt hjälpmedel och lösgör resurser för omsorg och vård. Välfärdstekniken och digitaliseringen måste dock utgå från människan. Under pandemin har samhället, och organisationer och företag tävlat i vem som har de bästa tekniska lösningarna. Människans och verksamhetens behov måste dock lyftas i förgrunden, även inom våra folkrörelser. Kontanterna behöver vidare finnas kvar!

**Ofrivillig ensamhet kan brytas.** Pensionärsorganisationerna skapar gemenskap och kräver återkommande ekonomiskt stöd för verksamhet året om. Sommaraktiviteter har stötts av kommunen och varit mycket populära. Stölder och bedrägerier mot äldre har ökat och kräver bl a ökade infoinsatser.

**Lokaler till rimliga kostnader behövs.** Brist på samlingslokaler, höga hyror och okänslighet drabbar även PRO.

Bo Johansson, ordförande för PRO samorganisation i Järfälla  
samt ordförande för PRO Jakobsberg



**Information om rånrisk i hemmet.** Äldre i Järfälla har utsatts för rån i sin bostad senaste tiden på kvällstid. Någon har ringt och pratat om att det finns höga lån som snart går till inkasso. Man säger att man behöver få komma och hämta kontanter eller kort för att betala lånet. **Det är lögn!**

Banken eller Polisen ringer aldrig sina kunder eller gör hembesök! Poliser får aldrig be om kod eller bankkort av dig! Tänk på det! Om någon säger något i telefonen som låter konstigt är det viktigt att **inte göra som de säger**. Säg - **NEJ!**, och lägg på luren! Öppna inte dörren om någon okänd vill komma in. Ring någon anhörig eller till hemtjänsten. Ha dessa nummer lätt åtkomliga! Den här informationen ges i samråd med Polismyndigheten.

**VAR RÄDD OM DIG!**



## Aktiva PRO:are från Järfälla hade framgångar på länsmöte!



På PRO-distriktets årsmöte den 17 november behandlades nästa års verksamhetsplan och budget (i balans) och motioner inför PRO-kongressen i juni nästa år. Den viktiga frågan om bra samlingslokaler fick PRO:arna från Järfälla in i verksamhetsplanen, bifall till en motion från PRO Jakobsberg om tandvårdsförsäkring, samt en viktig motion om klimat- och miljön från PRO Viksjö bifölls efter livlig diskussion! En kraftfull insats av de 7 PRO-representanterna från Järfälla!

### Barbro tar fighten vad gäller funktionshinderfrågor!

Kommunen inbjöd berörda föreningar till ett mycket bra möte om strategi för funktionshinderfrågor den 11 november på Hyllan! Barbro Säfsten, styrelseledamot i PRO Jakobsberg och mycket aktiv ifråga om funktionsnedsattas situation i samhället deltog. Hennes sakkunskap och egna erfarenheter berikade workshopen mycket! På bilden syns Barbro med sin ledarhund Valle! Bra jobbat!



### Offensiv PRO-aktivitet inför kommunens budget 2022!

Inför partiernas budgetarbete för 2022 gick PRO och SPF samman med skarpa krav för äldrenämndens budget. Det gällde en rejäl uppräknig av resurserna till äldreomsorgen, ett verkligt inflytande för pensionärerna genom ett väl fungerande kommunalt pensionärsråd, KPR, med samråd före beslut istället för mest information. Ett riktigt remissförfarande från alla nämnder, då äldre frågor påverkas. Mer och bättre utbildad personal med tillräckliga och goda språkkunskaper, fler heltider istället för oacceptabelt många timavlönade och bra personalpolitik och god arbetsmiljö. Personalen är den viktigaste resursen för en god omsorg!

Den kommunala budgeten beslutas i kommunfullmäktige den 29 november! Då är det sanningsenligt ögonblick vad gäller PRO:s och SPF:s krav, samt projektet och programmet, "En seniorvänlig kommun!". Vi återkommer med en redovisning i vårt februari nummer av BLADET! Nu är det upp till bevis för alla partier! Ni kommer att bli hårdgranskade!

Bo Johansson

### Översikt av verksamheten i 81:an under våren 2022. Reservation för ändringar som kan förekomma fortlöpande

2022	EXPEDITION	CAFÉLOKALEN	INRE SALEN	Utomhus/Externt
<b>Måndagar</b>	ca 12-16 Styrelsemöten vid vissa tillfällen	16.00 Poesigruppen Gissou Shakeri tel 798 55 83 Startdatum okänt. Ring för information.	11-13 Kören Start 24 jan 2022 Sven Söderlund Tel: 580 347 43  13.30 Bridge Start 10 Jan 2022 Bertil Kristensson tel 070 218 05 31	BOULE #1 kl 10-12 Info: Anja Strandfelt Tel 070 241 98 92 och Bertil Rydén 070 427 77 49
<b>Tisdagar</b>	14-16 Diskussionsgrupp Start 8 febr. Varannan vecka 5gr. Bengt Sundberg 072 253 32 10  Print av BLADET 4gr/år	Literatur Saknar Cirkelledare för 2022.  14-16 Engelska Gunilla Linde tel 073 943 52 98  kl 18.00 - 20.00?? Frimärkaklubben	10.00-11.30 Linedans Start 18 jan 2022 Anette Ståhl tel 070 882 03 15  14-15 Skrivarcirkel varannan vecka Start 8 februari tot 5gr Ledare: Inkeri Kuosku tel 070 438 63 31	MINIGOLF #1 kl 12 Info: Mona Blomgren Tel 070 378 11 26
<b>Onsdagar</b>	Expeditionen bemannad kl 13-15 tel. 580 197 49  Print av BLADET 4gr/år	13.00-ca 16.00 Café 81an eller Bingo info Gertrud Rydén 073 919 03 63  Se BLADET för detaljerad information	10-11 Styrka och Balans. Saknar Cirkelledare för 2022.	BOULE #1 kl 10-12 Info: Anja Strandfelt Tel 070 241 98 92 och Bertil Rydén 070 427 77 49
<b>Torsdagar</b>			12.00 - ca 16.00 Bridge Start 13 jan Britt Lindblom tel 070 024 32 74  Fr ca 18.00 PUB-afton 1 gång/mån. Se info på anslagtavla 81:an alt Ring Gill Norström Tel 070 390 81 74	Månadsmöten i Jakobsbergskyrkan 1 gr / mån
<b>Fredagar</b>		13-15 Programmet Word Start 11 februari tot 5gr (ev forts.) Inkeri Kuosku tel 070 438 63 31	10-12 QiGong Bertil Andersson Tel 08 580 385 34  14.00 DART Stephan Hermansson tel 070 998 82 36	PROMENAD med Bosse Samling kl 10 vid 81an Tel 070 491 94 99 VARANNAN FREDAG.
<b>Lördagar</b>			<b>Sön 17 okt</b> Promenad med Bosse Start kl 10 vid bra väder Info tel. 070 491 94 99	

**PRO:S ÅRLIGA PRISUNDERSÖKNING** gick av stapeln i hela landet den 2 november. PRO Jakobsberg hade fyra personer som gick till 4 butiker. Det var COOP i Västerby på Veckovägen, LIDL på Värmevägen, ICA på Söderhöjden och HEMKÖP i Jakobsbergs centrum.

Det var Mona Blomgren, Bengt Sundberg, Karin Söderlund och Gunn Löfgren som gick två och två. LIDL fick delta för första gången. Dom hade 17 varor av 37 som fanns på våra listor (det måste vara minst 7 för att delta i undersökningen). Varorna fanns men inte från samma leverantörer. Slutresultatet kommer via PRO-centralt att vara med i pressen förhoppningsvis i december eller januari 2022.



Mona Blomgren

## LÄSTIPSET: DALSKUGGAN



## FÖRFATTARE: VIVEKA STEN



Det är sportlov i Åre när ett illa tilltygat lik hittas en bit utanför byn. Offret har inga kända fiender och Årepolisens står rädlös. Hanna Ahlander är kvar på sitt vikariat men hoppas på en fast tjänst. Hennes kollega Daniel Lindskog slits mellan familjen och arbetet. Samtidigt har en frikyrklig sekt fått starkt fäste i de isolerade byarna nära norska gränsen. Den unga Rebecka drömmer om att tjäna Gud som trofast pastorshustru, men hon blir mer och mer utsatt och isolerad. Ingen tar hennes parti och snart fruktar hon för sitt liv. När nya hemligheter avslöjas börjar en allt mörkare historia nystas upp och Hanna och Daniel dras in i en komplicerad utredning som handlar om att överleva till varje pris.

*Rodhe*

## DAGS FÖR SURSTRÖMMING 20 AUG

Surströmming med knappt 30 deltagare med Coronaavstånd och krav på vaccinering. Trots surströmmingsbrist hade Gill fixat och förbeställt tillräckligt antal Kalixströmming. Smakade underbart. Medlemmarna stortrivdes med att äntligen få träffas och äta tillsammans, trots våra stränga regler om avstånd, inga sånger, samt vaccinering! Gill N och Maud S "höll i ratten".och hade gjort ett storverk. Tack också till Birgitta A, Bengt S och Ann-Marie J!!

Text och foto Bo J



## STÄDDAGAR I 81:AN.

Två dagar i augusti med 16 medlemmar som flitigt städade inomhus och även utomhus. Humöret var glatt och frejdigt och fejdandet gick som en dans. Något att stoppa i "kistan" under pausen fixade Gertrud och Bertil R.



- Kom igen! Kerstin S och Gill N är redo för lite hårt arbete.



Sven S borstar så dé ryker!



Skönt med en korvpaus och lite fika!, tycker Anette S, Bengt S och Diana B

Vilket härligt samarbete! Tack alla ni som kom och hjälpte till!



Foto Bj /Text Rk

- Varför ramlar de där ungarna hela tiden?
- Dom är ju trillingar!



## 75+:ARNA FIRADES MED EN HÄRLIG LUNCH I DAGARNA TVÅ

Gill och Maud stod som vanligt bakom dessa dagar och med hjälp av sponsring kunde man bjuda ca 70 medlemmar på en härlig köttsoffa

Stort tack till alla som hjälpte till med att genomföra dessa populära luncher!



Ernst och Ragnhild var de äldsta deltagarna och Gill överlämnar här var sin fin bukett av blommor.

Text och foto Bo J

## KLÄDUPPVISNING DEN 15 SEPTEMBER I CORONA-TIDER

Hur får man till en mannekänguppvisning i Corona-tider? Allt går, säger man ju.. men mannekänger fick vi vara utan denna gången.

Vibeke Foltmann kom i alla fall med sina "Seniorshops-kläder" och hängde upp allt hon hade i inre salen. Gertrud och co hade fixat kaffe och macka så det blev trevligt ändå. Vi fick ha lite mindre antal gäster men ett 30-tal blev det plats för i alla fall. Vi ser fram emot nästa visning som blir den 24 november. Då får vi nog se våra proffsiga medlems-mannekänger igen. Det är ju halva nöjet!

Välkommen igen, Vibeke Foltman!



Foto Bj /Text Rk

## STEFAN LINDEBERG FRÅN NORRTÄLJE GAV MERSMAK

Stefan kom till oss den 21 oktober på besök och charmade alla våra medlemmar. En trubadur som både kunde spela och sjunga och hade talets gåva. Vi fick lite av Nils Feriln, Ruben Nilsson, Cornelis Wreesvijk, Bengt Sändh och flera andra. Det blev en del berättelser och roliga kommentarer som lockade till skratt. Publiken gav högt betyg och "Inatt jag drömde" blev en fin avslutning på en fin underhållning.

På återseende, Stefan!

Text och foto BoJ



Gun-Marie Läser en av sina dikter för oss



## ETT SPÄNNANDE BESÖK PÅ VÅRT CAFÉ 81:AN DEN 10 NOVEMBER



Foto Bo J / Text Rk

Den 10 november fick vi besök av Lars Salmonsson. För en fullsatt Cafélokal berättade han i ett fängslande föredrag om unika besök i bl a Nordkorea och Cuba. Vi fick höra om hans resor och spännande möten. Han presenterade även den bok han skrivit om sina äventyr. "Travelling Man". Lars är optiker i Jakobsberg och sedan flera år sponsrar han vår tidning. Man kunde även se sonen Fredriks mörka kalufs ibland publiken. Tack, Lars för en mycket intressant eftermiddag hos oss på PRO. Välkommen åter!



Lars i berättartagen..



Se, så grönt och skönt vi har det!

## ÄLVKARLEBY I VÅRA HJÄRTAN. VILKEN DAG!

Den 16 september for vi till Älvkarleby. Det blev en dag fylld av upplevelser och Lena Lundqvist tog emot oss med öppna armar. Vi invaderade hennes hem och trädgård och fick gófika i gröngäset. Sen blev det en rundtur till Dragon Gate, Laxtrappan vi fick stå öga mot öga med Terrakottaarmén. En dag med många och fantastiska upplevelser i glada vänners lag. Mona B som arrangerat hela dagen får vårt storaTACK!



Monas dotter Lena hälsar oss välkomna. Tack för titten, Lena!



Fikapaus med gympa



Dragon Gate



Laxtrappan



Terrakottaarmén

## TÄNK ÄNDÅ, ATT TROTS CORONA HAR VI HUNNIT MED SÅ MYCKET DENNA SOMMAR.

Här följer ett axplock av våra aktiviteter och lite bilder finns på sidorna före och efter.

**Friluftsdagen den 22 oktober** samlade ca 70 medlemmar på olika aktiviteter: Minigolf, boule, en guidad kulturvandring med Bosse J, Roger F:s frågesport i Aspnäsparken, Gissoo S utställning "Händer som minns", info- och bokbord. Gertrud R och medhjälpare bjöd på gott fika! Tack alla!

**Den 29 september välkomnade vi Pelle Ohlsson i 81:an** och fick se bilder på och lyssna till ännu ett fantastiskt reseäventyr från Sri Lanka och Maldiverna. Alltid lika intressant! Tack Pelle! Mer! Mer!

**Ing-Marie Eriksson gav oss Karen Blixen.** Som vanligt påläst och proffsigt medryckande i sitt framförande fick vi lära känna en spännande person. Gertrud R tackade med blomster och publiken med applåder!

**Hörseltest den 16 oktober i 81:an** i samverkan med PRO Jakobserg. Under Inga Hägerbrings ledning fick vi som vanligt varje år komma och få sakkunning information samt gratis hörselprov. Det fanns även tillfälle att få en fika och att köpa batterier till hörapparaten. Ett bra initiativ av Hörselskadades riksförbund/hrf i Järfälla/Upplands-Bro. Tack Inga!

**Från Hyllan på biblioteket den 23 oktober** bjöds på poesi i olika former av PRO:s egna medlemmar. Man presenterade, i samarbete med ABFnsI, den antologi som gjorts av PRO Jakobsbergs egna medlemmar. Det blev en poesibok fylld av tankar på vers och i diktform och delar av den framfördes inför en intresserad publik.

**Från 81:an den 27 oktober** kunde man höra Bo Johanssons kraftfulla stämma. Han är en trogen förespråkare för alla gamla och menar att det måste till en ändring på hur man hanterar de äldre! Det saknas respekt för dem och deras livserfarenhet. Vi har så mycket att lära om vi bara lyssnar och tar till oss all visdom som finns hos våra gamla i samhället! Vi uppskattar Bosses engagemang och energi för dessa frågor.

**Den 28 okt var det äntligen dags att gå till PUB:en igen.** Tack, Gill N och Maud S för initiativet och en himla god köttsoffa med fika därpå. Stämningen bland 50-talet gäster sägs ha varit hög med bl a frågesport och roliga historier, dart och allsång. Tack alla som hjälpte till under kvällen och såg till att allt fungerade som det skulle och att alla var nöjda. Och det var dom verkliga!

**Café 81:an** hade besök den 10 november av Lars Salmonsson. Han berättade bl a om sin nya bok och om fantastiska resor han gjort runt om i världen. Vi fick även se bilder från boken "Travelling Man" och det var fascinerande att få höra allt han varit med om i sitt äventyrliga liv. Tack för en mycket intressant eftermiddag!

**Boule och Minigolf** har spelats hela sommaren och en bra bit in på hösten. Nu görs uppehåll under vintern men "när det våras ibland bergen".. tittar vi fram igen och kör på! Information kommer att finnas i 81:an.



Gun-Marie, Bosse och Mona läste egna dikter på 75+ Lunchen /BJ



Skön fikapaus under skön cykeltur /BJ



Bosse ryter till och kräver mer respekt för oss äldre!

En hälsning från Maj-Britt Eriksson, äldreboende på Smeden i Kallhäll /BJ



Städam på Städdag /Rk

En trio på PUB:en med soppa av kött. Till det tar man gärna ett litet glas rött, sa Siv, Marianne och Vanja



Ni spelar ju Boule i alla sorters väder! Vad är det ni dricker? Är det kanske fläder?



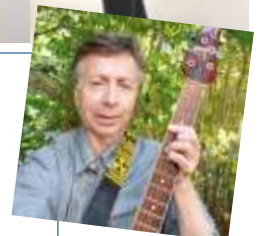
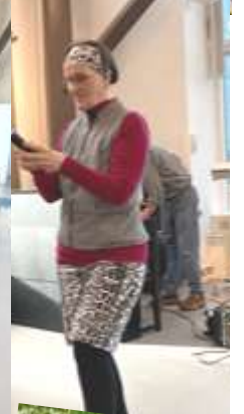
Vad vore mötet och PUB:en utan tjejerna i köket ? Och vad vore köket utan tjejerna på PUB:en och mötet?.. Bra fråga!



Leif och Alf dom spelar på klaver. Härliga toner för hela vårt kvarter /AS



Den 23 oktober invaderade PRO Jakobsberg Hyllan på Biblioteket. Inkeri K ses här läsa en egen dikt ur vår egen producerade antologi med poesi från våra medlemmar. Underhåll gjorde även Hernan Parraguez Estay med sång till sin gitarr. PRO KAN! /BoJ





# GE INTE BARNEN VAD DE VILL HA. UTAN VAD DE BEHÖVER.

Vi ger våra barn och barnbarn leksaker för 5 miljarder varje år. Ger man dem istället ett bosparande i HSB\* kan det bli en framtida bostad. Samtidigt får de förtur till HSBs hyresrätter och nya bostäder i hela landet. Det blir inte ett paket att öppna i morgon, men tänk vilken present det blir när det är dags!

**BRA SPARANDE**  
**FÖRTUR TILL NYBYGGDA BOSTÄDER**  
**FÖRTUR TILL HYRESRÄTTER**  
**BOSPARA I HSB**



\*Sveedbank är kontoförande bank för HSBs bosparande. Enligt beslut av Riksgälden omfattas HSB Bosparkonto och HSB Fnrstränkonton av den statliga insättningsgarantin. Varje kund har rätt till ersättning för sin sammanlagda kontobehållning i banken med ett belopp som motsvarar högst 100 000 euro. Riksgälden betalar ut ersättning inom 20 arbetsdagar från den dag banken försatts i konkurs eller Finansinspektionen beslutat att garantin ska träda in.

**HSB – där möjligheterna bor**

# SENIORRABATT

VARJE MÅNDAG,  
TISDAG & ONSDAG

# 5%

RABATTEN FINNS LADDAD  
PÅ DITT ICA-KORT!



**Varmt välkommen!**  
Tomas med personal

Har Du fyllt 65 eller fyller Du i år? GRATTIS!  
Då får Du 5% seniorrabatt varje måndag, tisdag & onsdag.  
Rabatten är laddad på Ditt ICA-kort. Har Du inget ICA-kort?  
ANSÖK I SPELAVDELNINGEN REDAN IDAG!

**OBS! Nya öppettider!**  
**ALLA DAGAR 8-21**

GÄLLER EJ TOBAK OCH SPEL.  
KAN EJ KOMBINERAS MED  
ANDRA RABATTERBJUDANDEN.

**ICA**  
**KVANTUM**  
**VIKSJÖ**

# Planerade aktiviteter inför 2022.



**Anmälan till studiecirkelarna görs till respektive cirkelledare. Där lokal inte anges gäller Hästskovägen 81 (81:an) För övriga frågor kontakta studieorganisatör Hans Holmberg 073 693 00 68 alt. Epost: [hans.v.holmberg@gmail.com](mailto:hans.v.holmberg@gmail.com)**

**Söndagspromenad** Lär känna ditt Järfälla. Bo Johansson guidar. Varje söndag fr kl 10.00 vid tjänlig vädelek. Info Bosse tel 070 491 94 99. Medtag eget fika och vatten. Ingen anmälan. Ingen avgift. Samling Kvarnplan.

**Boulen och Minigolfen gör uppehåll under vintern. Information kommer i BLADET nr 1/2022**

**Kören PRO-tonerna** startar den 24 januari 2022 kl 11.00 Körledare Stefan Svennerby Anmälan krävs Kontakt Sven Söderlund tel 08 580 347 43 Viss avgift tas.

**Styrka och balans.** Ledare Saknas! Är du intresserad? Ring vår studieorganisatör Hans Holmberg på tel 073 693 00 68 så blir han glad! Avgift 150 kr



**Dart.** Tisd. o Fred. kl 15.00 i 81:an. Start den 21 januari 2022. Ingen avgift. Kom och prova! Ledare: Stephan Hermansson tel 070 998 82 36

**Qi Gong.** Fredagar kl 10-12 i 81:an. Kroppsövningar i lätt tempo. Avgift 200 kr. Anmälan krävs. Ledare: Berit Andersson tel 08 580 385 34 Ring för info om startdatum.

**Linedance** i 81:an. Start tisdagen den 18 januari kl 10.00-11.30 Anmälan krävs och görs till någon av ledarna: Madeleine Jemtsveden 076 308 26 21 och Anette Ståhl 070 882 03 15 Avgift 200 kr 12 ggr

**Engelska** Lätt konversation Vi läser texter och pratar kring dem. Info Gunilla Linde tel. 073 943 52 98

**Poesi.** Första måndagen i månaden i 81:an. Vi läser egna och andras dikter. Kl 18-20. Avgift: En egen dikt . Anmälan krävs. Ledare: Gissoo Shakeri tel 070 798 55 83 Ring för startdatum!

**Programmet Word** Vi lär oss utnyttja programmets finesser. Fredagar Start 11 febr kl 13-15 Tot 5ggr (ev fler) Avg: 150 kr. Ledare: Inkeri Kousku tel 070 438 63 31 Email: [inkeri@kuosku.se](mailto:inkeri@kuosku.se) Begränsat antal.

**Skrivarcirkel** Vi skriver korta berättelser och läser för varandra. Tisdagar varannan vecka. Start 8 febr Tot 5ggr Avgift 150 kr Ledare: Inkeri Kuosku tel 070 438 63 31 Email: [inkeri@kuosku.se](mailto:inkeri@kuosku.se)

**Diskussionsgrupp** Tisdagar kl 14-16 Varannan vecka / 5 ggr. Start den 8 februari Vi diskuterar aktuella frågor, stora som små. Ledare: Bengt Sundberg tel 072 253 32 10 Avgift 200 kr

**Bridge måndagar.** Start den 10 januari kl 13.30. Avgift samma som tidigare. Anmälan obligatorisk. Endast vaccinerade deltagare! Anmälan och information till Bertil Kristensson tel 070 218 05 31

**Bridge tisdagar** Start den 13 januari kl 12.00. Avgift samma som tidigare. Anmälan obligatorisk. Endast vaccinerade deltagare! Anmälan och information till Britt Lindblom tel 070 024 32 74

**PUB afton** Datum för våren 2022: 27 jan, 24 feb, 24 mar samt 28 apr. Ca 75 kr beroende på meny. Obligatorisk anmälan till Gill Nordström på tel 070 390 81 74

**Måla akvarell.** Senare under våren. Se hemsidan för kommande information. [www.pro.se/jakobsberg](http://www.pro.se/jakobsberg).

**Kurs i Hemberedskap.** En grundkurs med målet att ge dig kunskap och stärkt förmåga att hantera konsekvenserna av en kris och tillgodose grundläggande behov, såsom mat, vatten, värme, sömn och information. Tidpunkt och antal gånger ännu ej fastställd. Se information på vår hemsida [www.pro.se/jakobsberg](http://www.pro.se/jakobsberg). Ledare är Tina Nord från Civilförsvarsförbundet. Max 20 personer. Ingen avgift. Vi kommer att hålla till i lokalen i 81:an. Anmälan och övriga frågor 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. Datum och Ledare är ännu ej fastställd. Se information på hemsidan [www.pro.se/jakobsberg](http://www.pro.se/jakobsberg). Platserna är begränsade. Ingen avgift. Anmälan och frågor till Hans Holmberg på tel 073 693 00 68

**Privatekonomi för äldre.** Hantera din ekonomi på bästa sätt. Få råd och tips som kan vara till god nytta. Plats: 81:an. Ledare Bo Johansson och Hans Holmberg. Anmälan krävs. Avgift, Prel. start 2022 och antal gånger är ännu ej fastställt. Se vår hemsida [www.pro.se/jakobsberg](http://www.pro.se/jakobsberg) för information. Anmälan och övriga frågor till Hans Holmberg tel 073 693 00 68.

### Forts.. planerade aktiviteter inför våren

**Bingo** i 81:an varannan onsdag. Kl 13.00. Datum: 19/1, 2/2, 16/2, 2/3, 16/3, 30/3, 13/4, 27/4 samt 11/5.

Entré 30 kr inkl fika och kostnad för bricka. Info: Gertrud Rydén 073 919 01 63

**Café 81:an på onsdagar.** Kl 13.00 Håll utkik efter. Information i fönster och på anslagstavlor. Entré 30 kr inkl fika Info: Gertrud Rydén tel 073 919 01 63

Datum: 12/1 Café med information från styrelsen och cirkelledarna. Kom och ställ frågor om verksamheten. Den 26/1 Mats Strandberg kåserar och imiterar. Den 9/2 Lars och Fredrik Salmonsson "går igen" och denna gången blir det nog info om syn och glasögon. 9/3 Ing-Marie kommer åter och presentera Elin Wägner för oss. Den 23/3 Ej fastställt program Den 6/4 Ej fastställt program Den 20/4 Ej Fastställt program Den 4/5 Ej fastställt program 18/5 Ej fastställt program Närmare detaljer om program kommer under våren.

**Titta in på hemsidan. Där finns information om vad som händer i föreningen. Aktivitetstips, Bosses fre-dagsbrev, frågesport m m. [www.pro.se/jakobsberg](http://www.pro.se/jakobsberg) Frågor och info: Ulla Werner**

**FOLKETS HUS  
KALLHÄLL**

**Seniorakademin**, 11 februari kl 13 i Folkets Hus, "Östersjön ett hotat hav"

**"Nyårskonsert från Berlin"**, 31 december kl 17, i Folkets Hus. Jul - och nyårsfilmer

## EN NY ANTOLOGI PLANERAS INFÖR PRO:S 80 ÅRS-FIRANDE NÄSTA ÅR!

### Medlemmar! Skriv!

Vi vet att ni kan!

Vässa pennan och låt orden flöda.

Ämnet är fritt! Noveller, dikter samt sanna berättelser.

Inkeri tar emot era bidrag. Sänd era bidrag till

[inkeri@kuosku.se](mailto:inkeri@kuosku.se)

Ring Inkeri för info på tel 070 438 63 31

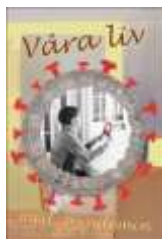
### Våra tidigare publikationer:

Händer som viskar (foton om händer) 60 kr

Födelsedagsfest (en pjäs med foton) 40 kr

Redigera din ensamhet (angologi med foton och text) 80

kr Våra liv med pandemin (poesiantologi) 60 kr



Den 23 oktober presenterade PRO Jakobsberg sin antologi med egna dikter och texter framtagen helt och hållet med medlemmarnas författarskap.

Vi vill fira PRO:s födelsedag nästa år genom att ge ut en ny bok producerad med er hjälp. Skriv så pennorna glöder så visar vi vår styrka och engagemang i vår förening.

Tack på förhand för ert bidrag!



Här ses Ingkeri läsa ur vår senaste antologi uppe på Hyllan i Jakobsbergs bibliotek.

**ANHÖRIGFRÅGOR** När detta skrivs i början av oktober har vi nyligen genomfört de första anhörigcaféerna på länge. Det har kommit både tidigare och nya medlemmar. De sistnämnda har uttryckt förvåning över att man kan ha så stor glädje och nytta av att vara medlem och delta i våra träffar. Vi tar gärna emot nya medlemmar för att ge stöd och råd. Årsavgiften är endast 100 kr. När detta läses har även de tidigare aviserade träffarna i okt genomförts. I år kommer vi även att ha träffar i nov och sedan fortsätter vi nästa år som vanligt med träffar jan-maj och aug-nov kl 13.30 -ca 15.00.

Datum för de närmaste träffarna är följande:

Barkarby, mötesplatsen	17 nov	26 jan	23 feb
Jakobsberg, mötesplatsen i centrum	26 nov	28 jan	25 feb*
Kallhäll, mötesplatsen	29 nov*	24 jan*	21 feb
Viksjo, äldreboendet Björken	25 nov*	20 jan	17 feb

Anhörigkonsulent beräknas medverka vid träff med\* Ingen anmälan behövs!

Undrar du över något är du välkommen att kontakta någon i styrelsen! Den består av:

-- Lennart Backman	ordförande	073 669 22 53
-- Anette Borg	vice ordförande	070 782 92 99
-- Lea Mårtensson	sekreterare	076 861 64 98
-- Annn-Britt Elstorp	ekonomi	073 760 52 11
-- Britt Block	ersättare	076 211 78 67

Lennart  
Backman





Begravningar och  
Bouppteckningar

## Fondkistan Järfälla

Personligt och Prisvärt

Vid dödsfall hjälper Fondkistan till med allt det praktiska.

Fast grundpris 9800 kr.

Besöksadress:

Säningsvägen 26, Viksjö  
Vasaplatsen 15, Jakobsberg  
(HusmanHagberg)

Vi gör även hembesök.

[www.fondkistanjarfalla.se](http://www.fondkistanjarfalla.se)



Anders Norén

Tel 08 - 580 270 01

Hej alla i PRO Jakobsberg! Hos oss kan ni alltid känna er välkomna med stort som smått. Vi erbjuder er fri hemkörning och 15-20% i rabatt



VÄLKOMNA!



Gundes  
FÄRG & TAPET



happy homes

Slöjdv. 7 tel 08 580 303 30 [www.gundesfarg.se](http://www.gundesfarg.se)

GLASHYTTANS VÄRDSHUS



### MED PRO JAKOBSBERG MOT SÖDERTÄLJE MED MARKNADSBESÖK OCH JULBORD 12 DEC

En dagstur som inkluderar julmarknad på Torekällberget och ett besök till det härliga Glashyttans Vårdshus. Borden är redo för oss så att vi kan få en försmak av julen genom att avnjuta vårdshusets alla delikatesser.

**Kostnad:** 800kr/pers. Förutsätter minst 35 personer.

**Anmälan** och info: senast 30 nov till Mona Blomgren tel 070 376 11 26 alt [monablomgren@hotmail.com](mailto:monablomgren@hotmail.com)

**Betalning:** Bg 5035-2830 senast den 30 nov  
(Notera resedatum och namn på resenär)

**Beräknad hemkomst ca 18.00**



#### Avresedatum och tider:

09.30 Barkarby bussterminal hpl H  
09.45 Viksjö Plogvägen hpl 553  
09.55 Jakan bussterminal hpl R  
10.00 Fabelvägen hpl 542  
10.05 Kallhäll Kärmakaren

### PRO JAKOBSBERG PLANERAR EN CINDERELLA RESA I FEBRUAR 2022

Intresserade från Bridge-grupperna får info av Britt Lindblom tel. 070 024 32 74 och övriga medlemmar får info av Mona Blomgren tel 070 376 11 26

Detaljerad Information kommer att kunna ses i Café 81an och på hemsidan. Håll utkik!



### PRO KALLHÄLL/STÄKET ARRANGERAR EN 4-DAGARS RESA TILL JÄMTLAND DEN 16 MAJ

Avresa: 16 Maj 2022

Anmälan senast 7 mars

Preliminära platser/tider

PRIS: Preliminärt 5 700 KR

#### I PRISET INGÅR

- Bussresa
- Del i dubbelrum
- Lokal reseledare dag 2
- 1 förmiddagskaffe och smörgås
- 4 luncher
- 3 middagar
- 2 kvällsfika
- Visningar och entréer enligt program

TILLÄGG  
Enkelrum

995 kr

#### PRO Kallhäll/Stäket

Anita Törnblom 070-237 22 45  
Gun-Britt Spring Larsson 070-283 34 80



Kärmakargränd 07:20  
Lädersättra, Fabelvägen 07:25  
Jakobsbergs bussterminal hpl R 07:40  
Viksjö C Plogvägen 07:50  
Barkarby station 08:00  
Åter dag 4 ca kl 21:00

Vi reserverar oss för ändringar utom vår kontroll.  
Minst 30 betalande deltagare.

**BETALNING:** Resan betalas efter erhållet resebevis från Viator Resor & Event (arrangör). Första betalning är anmälningsavgift 1 600 kr, 10 dagar efter erhållet resebevis och slutbetalning 10 april 2022. Anmälningsavgift återbetalas ej vid ev. avbokning.

Detaljerad affisch kommer senare.

**PLATSTILLGÅNG:** Tidig bokning rekommenderas då platserna är begränsade.

# Seniorrybatt!

Vilken dag i veckan du vill!



**5%** Vilken dag i veckan du vill!

Gäller från det år du fyller 65 och har ICA-kort.

BARKARBYSTADEN  
**MAXI**  
ICA STORMARKNAD

## Välkommen till Apoteket i Järfälla!

Hos oss kan du hämta ut dina receptbelagda läkemedel, få personlig rådgivning och handla kvalitetssäkrade produkter som gör det enklare att må bra.



**20%**

på hela sortimentet från Apoliva och Försvarets

Erbjudandet kan ej kombineras med andra erbjudanden. Mot uppvisande av denna kupong endast på Apoteket i Jakobsbergs Centrum samt i Viksjö Centrum.

Apoteket  
Viksjö Centrum, Järfälla  
Vardagar 8.30-19  
Lördag 10-15, Söndag 11-15  
Tel: 0771-450 450, apoteket.se

Jakobsbergs Centrum, Järfälla  
Vardagar 9-19  
Lördag 10-17, Söndag 11-17

 **apoteket**  
Vi gör det enklare att må bra

## Lätt äppeldessert

Skala, kärna ur och klyfta 4-6 äpplen. Lägg dem i en smord ugnssäker form. Vispa ihop 2 ägg, 3/4 dl socker. Vispa i 2 dl Crème Fraiche, 2 msk vetemjöl och 1 tsk vanlijssocker.



Häll smeteten över äpplena. Grädda i 200 gr i mitten av ugnen ca 30 min.

Gill Nordström

## VÄLKOMMEN TILL TANDHÄLSAN JAKOBSBERG



Tandläkare Shwan Amjad  
och Tandsköterska Marie  
Hallberg. Vi finns på  
Riddarplatsen 18  
i Jakobsbergs Centrum.

Välkomna att boka tid:  
Tel: 08 580 258 89

E-post:  
[tandhalsanjakobsberg@ptj.se](mailto:tandhalsanjakobsberg@ptj.se)

 TANDHÄLSAN  
JAKOBSBERG

Barn är välkomna, de går gratis fram till 23 års ålder.

## Pensionärspris för klippning

Mån-Fre kl 10-15

Även permanentning, färgning och slingor  
vid tidsbokning samt hembesök i Järfälla.

**DAM & HERR DROP IN**

Även tidsbeställning, tel 580 250 65

*Liliana's Hårsalong*

Drabantvägen 7, Jakobsberg  
Öppet: Mån-Fre kl 10-18, Lör stängt



Vibblabyvägen 34  
Tel: 0737 49 02 77

 **Carmen**  
Medicinsk Fotvård. Även remisskunder.



JÄRFÄLLA

# JÄRFÄLLA HEMTJÄNST

Ger dig god omsorg med hög kvalitet  
Utgår alltid från dina behov  
Ger dig möjlighet att påverka din livssituation  
Visar dig respekt och ger dig ett gott bemötande

Läs mer på [jarfallaomsorg.se](http://jarfallaomsorg.se) eller ring 08-580 299 12

# Styrelsen PRO Jakobsberg 2022



Ordförande	Bo Johansson	070 491 94 99	boerik.johansson88@gmail.com
V.ordf / Studieorganisatör	Hans Holmberg	073 693 00 68	hans.v.holmberg@gmail.com
V.ordf / Projekt	Gissoo Shakeri	070 798 55 86	gissoo.shakeri@gmail.com
Sekreterare	Gun-Marie Plate Karlsen	070 586 56 43	plate@karlsen.se
Kassör	Anita Jonsson	070 941 93 33	ajonsson250@gmail.com
Ledamot /Redaktör	Rodhe Köllerström	076 345 19 49	rodhek49@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	Inkeri Kuosku	070 438 63 31	inkeri@kuosku.se
"	Barbro Säfsten	072 351 07 40	barbro.safsten@icloud.com
Adjungerade	Gertrud Rydén	073 919 01 63	gertrudryden@hotmail.com
"	Jana Wingqvist	073 026 69 16	jana.wingqvist@gmail.com
Medl.reg.ansv. (Ej styrelse)	Diana Bäck	070 292 83 91	diana.back@hotmail.se
Integrationsansv.(Ej styrelse)	Talal Imam	070 774 28 75	talal_imam@hotmail.com

## VÅRA KONTAKTOMBUD

Christer Nilsson	072 280 63 95	soila.nilsson@live.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

Vi finns till hands för dig och ställer gärna upp utan kostnad när du behöver hjälp av oss. Kanske för en pratstund per telefon, sällskap till apotek eller läkare eller besök för en kopp kaffe med lämpligt avstånd

**Ansvarig utgivare:** Bo Johansson **Hemsida/Webbsida** [www.pro.se/jakobsberg](http://www.pro.se/jakobsberg) Ulla Werner

**PRO Bladet** redaktör: [epost:rodhek49@gmail.com](mailto:epost:rodhek49@gmail.com) Rodhe Köllerström **Medlemsregister:** Diana Bäck

**Adress och Kontakt:** PRO Jakobsberg, Hästskovägen 81 17739 Järfälla

**Telefon Expedition:** 08 580 197 49 bemannad på onsdagar kl 13-14. Övrig tid telefonsvarare.

**Epost:** [jakobsberg@pro.se](mailto:jakobsberg@pro.se) **Bankgiro:** 5035 - 2830 **Brevlåda** vid 81:ans ytterdörr. **Förslagslåda** finns i caféet.

**PRO-Bladet 2022 Manusstopp 24/1 25/4 8/8 14/11 Utgivning 7/2 9/5 22/8 28/11**



## NORRLANDSKUSTEN

Vårens promenad med stegräknare



### Start i Sundsvall

Steg val	4000 steg/dag
Steg val	5000 steg/dag
Steg val	7000 steg/dag
Steg val	8000 steg/dag
Steg val	9000 steg/dag
Steg val	10500 steg/dag

### Slutmål

Umeå  
Robertsfors  
Skellefteå  
Piteå  
Luleå  
Haparanda



**Diplom delas ut digitalt till alla som deltar**

**Dalslandspromenaden** är nu slutförd med gott resultat och diplom har utsänts till alla deltagare!  
Stort tack Annika N och Bertil R för fint arbete!  
Nu kör vi på med nästa promenad!

**Vi startar den 31 januari slutar med målgång den 8 maj 2022.**

Alla kan delta och det enda som behövs är en stegräknare. Var och en tar på sig sin stegräknare och räknar alla steg under hela dagen. Man bestämmer själv hur många steg man vill gå.

Varje måndag rapporteras stegen in till Annika eller Bertil, med början den 7 februari.

Anmälan görs till

**Annika Nygren**

070 438 20 80 fr 8.30

[nygren.annika10@gmail.com](mailto:nygren.annika10@gmail.com)

eller till

**Bertil Rydén**

580 349 70 / 070 427 77 49 fr 8.30

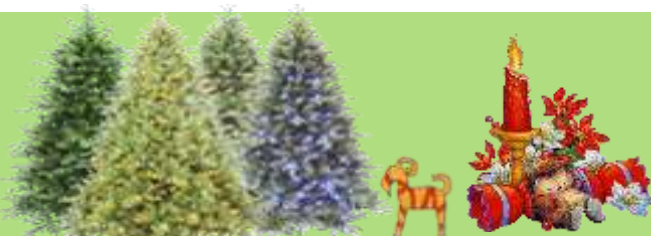
[rydenbertil@hotmail.com](mailto:rydenbertil@hotmail.com)

Välkommen önskar

**Annika o Bertil**



**GOD JUL**



**Glöm inte att gynna  
våra annonsörer!**

## Välkommen till Järfällahus seniorkö

Via Järfällahus seniorkö kan du söka våra seniorbostäder för dig över 60 år.

Läs mera, registrera dig och sök lediga lägenheter på [www.jarfallahus.se](http://www.jarfallahus.se).

I Boservice på Drabantvägen 2 finns datorer att låna.

Järfällahus 



**SKICKA BLOMMOR MED OSS!  
BUD - FÖRMEDLING**

**ALLTID FAST PRIS  
INOM JÄRFÄLLA  
08-580 17 000**



**Marios Shop**

Allmogeplatsen 14, Jakobsberg Centrum

Etablerad 1944

**CONTACTA**  
Eye Wear



**DIN LOKALA  
OPTIKER!**

NU TREDJE GENERATIONEN!

- Synundersökning
- Vid behov remiss till ögonläkare
- Glasögon
- Kontaktlinser
- Egen verkstad
- Drop-in tider



**CONTACTA**  
Eye Wear

08-580 270 00 • [www.contacta.se](http://www.contacta.se)

*Vi hjälper till med allt  
som rör dödsfall och  
begravningar*

Kyrkans begravningsbyrå är öppen för alla, inte bara för den som är medlem i Svenska kyrkan.

Vi ordnar även borgerliga begravningar och begravningar i annan kyrklig ordning.



**Kyrkans Begravningsbyrå  
Järfälla**

[www.kyrkansbegravningsbyra.se](http://www.kyrkansbegravningsbyra.se)  
08-580 231 30

Besöksadresser: Sturevägen 3 (vid Maria kyrka),  
Kyrkvägen 8 (vid Järfälla kyrka)