



Har du bytt e-posthanterare??

Comhem har slutat med att hantera e-post. Om du skaffat en ny e-posthanterare och vill ha våra mail i fortsättningen så maila din nya e-postadress till spf.farsta@telia.com.

För att snabbt kunna bjuda in till arrangemang behöver vi kunna nå dig via e-post och SMS, meddela oss via e-post till spf.farsta@telia.com / telefon 079-341 02 21

Du såg väl att vi skickade med inbetalningskortet för nästa år i kuvertet?

Du behöver inte betala förrän den 28 februari, men om du av någon anledning inte vill vara medlem längre så måste du anmäla detta före jul!

Expedition:

Torsbygatan 38
123 41 Farsta

Tel: 079 – 341 02 21

Telefonsvaren är alltid
inkopplad.

Expeditionen är bemannad
måndagar kl. 10–12.

Uppehåll under sommaren
och större helger.

E-post:

spf.farsta@telia.com

Hemsida:

<http://www.spfseniorena.se/distrikt/stockholmsdistriktet/foreningslista/spf-seniorena-farsta/>

Organisationsnummer:

802404-2197

Plusgiro: 485 25 82 -8

Programkonto: 75 31 21-3

Medlemsavgift: 310:-/år

Varav 100 kronor går till föreningen
Vänmedlem 100:-/år

Medlemssekreterare:

Karin Attermo Elfving
070 722 86 13

Nr 4 2020

Redaktör:

Leif Brander

Ansvarig utgivare:

Alexandra Posacki

Bulletinen utkommer
normalt 4 gånger per år.

Styrelsen:

Alexandra Posacki ordf.

Leif Brander vice ordf.

Marianne Sundström

Siv Gustafsson

Hans Elfving sekr.

Ann-Marie Eklöf

Nils Thoor kassör

Många drömmer om ett evigt liv,

men vet inte vad de ska ta sig till en regnig söndagseftermiddag.

Det är söndag idag och första november. Denna

söndagseftermiddag vet i alla fall jag vad jag ska göra. Och det är
att skriva denna krönika. Det har aldrig varit svårare än denna gång.

Livet har gått på sparlåga sedan i mars och inspirationen har inte
precis knackat på dörren.

Det blev en lättnad när vi över 70 år förklarades myndiga och fick
tillstånd av socialministern och Folkhälsomyndigheten att använda

vårt eget omdöme. Plötsligt kunde vi röra oss igen och barn och
barnbarn fick sluta behandla oss som mindre vetande. Men den

glädjen var kortvarig för de rekommendationer som lyftes bort
beträffande oss över 70 år gjordes ju inte på någon särskild

vetenskaplig grund. Pandemin är inte under kontroll, den har

blommat ut igen. Jag och en väninna bokade glada i hågen biljetter
till en utställning på ett av stadens muséer. Fem dagar efter

bokningen kom Folkhälsomyndighetens besked om att man skulle
undvika bland annat denna typ av evenemang. Så vårt besök blev

inställt och pengarna vi betalt återbetalda. Jag är inte ensam om
detta. Många med mig har blivit snuvade på både upplevelser och

arrangemang detta år. Vi i SPF har till exempel inte kunnat ha några
månadsmöten i år. Men vi lyckades med att ha tre luncher under

oktober för våra medlemmar. Till varje lunch kom 12 medlemmar
så totalt nådde vi 36 personer. Vi hoppas att kunna ordna en lunch

med jultema om Covid 19 inte ställer till det igen.

Men även om man inte kan besöka offentliga platser så kan vi

vistas ute. Under en av de soliga och klara oktoberdagarna tog jag
bilen och åkte iväg till min egen svampskog i närheten av Sorunda.

Jag hade inga som helst förhoppningar att hitta något utan åkte

mest för luftombytet skull. Och då käre läsare kanske ni undrar om
jag fick något. Absolut! Det blev ett och ett halvt kg trattkantareller.

Jag lade tidningspapper över hela köksbordet och lät svampen

torka på det underlaget. Men gissa om jag blev snopen några dagar
senare när svampen torkat klart. Den mängd som fanns i torkat

skick var bara en bråkdel av den som varit nyskördan i korgen.

Nu när novembermörkret kryper runt oss, regnet öser ner och

löven singlar i stormbyarna är det svårt att hålla humöret uppe.

Och det är inte lika lockande att vara ute som det var i våras när vi
visste att det bara blev ljusare, dagarna blev längre och sommaren

stod för dörren. Nu är det därför verkligen viktigt att vi håller

humöret uppe och försöker aktivera oss med sådant som roar. Och
framförallt att vi inte låter negativa tankar slå rot och utveckla sig.

Så käre medlem håll ut, snart är det vår igen! Och tills dess och tills
vi kan ses igen hoppas vi att någon av de aktiviteter vi redovisar på

de följande sidorna kan skingra tankarna.

Håll ut och Sköt om er!

Alexandra

Medlemsavgiften har ökat med 10 kr.

Fr.o.m. År 2021 är medlemsavgiften 310 kr. Höjningen har inget med SPF Seniorerna Farsta att göra utan har begärts av Stockholms-distriktet. Fördelning av medlemsavgiften mellan förbund, distrikt och förening ser nu ut på följande sätt.

Förbundet	160 kr	
Distriktet	50 kr	Totalt: 310 kr
SPF Seniorerna Farsta	100 kr	

SPF seniorerna Farstas årsmöte kommer att genomföras tisdagen den 16 februari 2021.

I dagsläget vet vi inte hur det skall genomföras men att det skall genomföras den dagen är vi i styrelsen eniga om.

Man kan ju fråga sig varför vi inte skjuter fram mötet några månader, men då kommer vi i konflikt med föreningens stadgar som säger att årsmöte måste hållas innan februari månads utgång. I nästa nummer av Bulletinen kommer inbjudan att komma ut.

Som pensionär kan man ha hur kul som helst!

Är du medlem i SPF Seniorerna får du dessutom en mängd förmåner. Läs mer på vår hemsida. Hemsidan når man lätt t.ex. genom Google. Skriv bara SPF Farsta så kommer du till en rubrik **SPF- Seniorerna Farsta** klicka på den raden, och du är inne på hemsidan.



Jag vill bli medlem i SPF Seniorerna Farsta.

Namn _____

Adress _____

Postadress _____

Telefonnummer _____ Eventuellt mobilnummer _____

Personnummer _____ Eventuell e-postadress _____

Vill du veta mer så kontakta oss på telefon **079 – 341 02 21** måndagar kl. 10-12, andra dagar är telefonsvararen på. Du kan även skicka in talongen, så kontaktar vi dig.

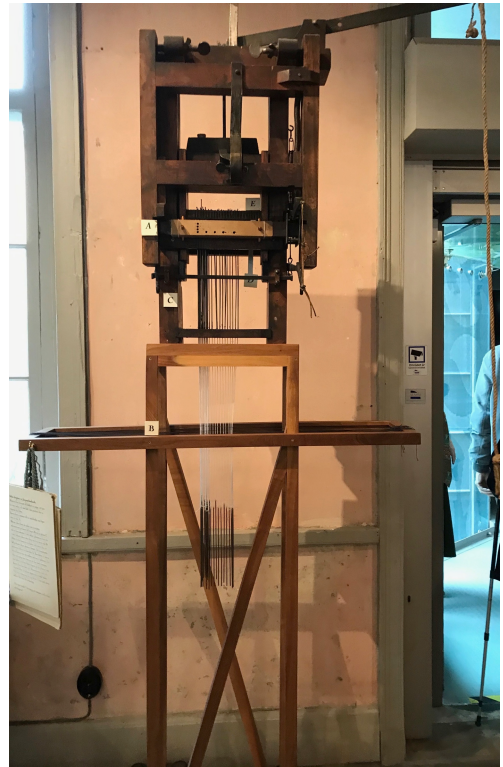
Adress: SPF Seniorerna Farsta, Torsbygatan 38, 123 41 Farsta.

En trevlig övertaskning

Vi har genom åren gjort många lyckade studiebesök, ibland sett vackra och ovärderliga saker. De besök som verkligen etsat sig in i minnet är dock de där en guide engagerat beskrivit en del av vår historia. Tvätterimuseet, Svartbäckens skola, Skogskyrkogården och nu senast Almgrens sidenväveri är exempel på dessa. Den fantastiska historien om hur siden vävs av tunna silkestrådar men också om det spännande industrispionage där en ung K A Almgren under två år i Lyon arbetade med den nya och hemliga Jacquardvävstolen. Han lärde sig att sköta den, men även att plocka isär och sätta ihop den igen. Något som var viktigt för att kunna i delar, på olika vägar, smuggla den från Frankrike till Sverige



Klänning gjord av slipsar



Jacquardvävstolen

Lite kvinnohistoria fick vi oss också till livs, skråväsendet var långt in på 1800-talet ett stort hinder för att kvinnor skulle kunna arbeta inom hantverk. När det gällde sidenväveri gjordes dock ett undantag, kvinnorna hade lenare händer, var noggrannare och skötsammare som det skrevs i den förordning som gav kvinnor rätt att arbeta som sidenväverskor. Även hur klassamhället, där enbart adeln hade rätt att bära siden, fick vika för att ge fabriköerna en större marknad beskrevs. Att berätta allt vi fick höra tar för stor plats, men eftersom vi endast fick besöka med en reducerad grupp kommer vi att göra om detta besök, så håll ögonen öppna för att hänga med nästa gång!
Hasse E.



GUIDAD TUR RUNT HÖKARÄNGEN

Den 20 oktober 2020 träffade vi den härliga guiden Nils Urban Eriksson utanför bageriet BAK vid Kastanjegården för att gå den guidade turen på 3,5 km runt HÖKARÄNGEN.



Hökarängen planerades och började bebyggas under 1940-talet. En bärande ide vid utformningen av stadsdelen, som skulle växa fram i den kuperade terrängen kring de nya tunnelbanan, var ”grannskapsplanering” med urskiljbara enheter – grannskap - som de boende kunde känna sig hemma i och att de olika grannskapen skiljs åt genom sparad natur och parkstråk. Bebyggelsen grupperades runt små butikscentra, idag ombyggda till lägenheter. Stockholms första tunnelbanelinje Slussen – Hökarängen invigdes 1 oktober 1950 och 8 år senare förlängdes tunnelbanan till Farsta. Vi började vår vandring i de olika ”grannskapen”

Veckodagsområdet. I den svåra bostadsbristen i slutet på 40-talet ändrades ritningarna för 500 tvårumslägenheter till 1000 ettor för att under en treårsperiod kunna användas som genomgångslägenheter för bostadslösa familjer. Husen var s.k. halvpermanenta med toalett och bad i källaren. 20 år senare blev de återställda till normala lägenheter. De många skorstenarna från den tidens vedeldning finns kvar ännu i dag.

Skönstaholm. Här finns ett av de första radhusområdena i Sverige som byggdes 1951-52. Till skillnad mot resten av Hökarängen består området av radhus och inte hyreshus. Radhusen uppläts också som hyresrätter. Hyreskostnaderna var högre än för lägenheter av samma storlek och det gjorde att området kom att fyllas av välutbildad medelklass.

Författaren Peter Englunds nya bok handlar om mordet som begicks 1965 på en 18 årig flicka på Söndagsvägen i Skönstaholm av en man som var inneboende hos en granne. Mordutredningen är den största och mest komplicerade före Palmefallet.



Vandringen förde oss förbi huset Lugnet byggt 1928 samt lekparken Kryddboden – ovanför parken ligger det hästskoformade huset Toppsöcket med milsvid utsikt.

Kryddhyllan. Här uppe på höjden ansågs det vara fint att bo på Salt-Peppar-Korint-Kummin och Muskotvägen. Hökarängens högsta punkt 61 m över havet ligger här. På Saltvägen 14 bodde trubaduren Cornelius Vreeswijk under flera år med sin familj.

Tobaksområdet. Området uppfördes 1949-52 av arkitekt David Helldén. Här låg Björkbackens hem för ogifta unga mödrar under 50-talet. Det fantastiska Sicksackhuset med veckad fasad och bara tvårumslägenheter. Konsthall C utgör ena halvan av centraltvätt- stugan på Cigarrvägen 14, huset kallas ”Blå taket” och ritades av David Helldén. Trollskogen mellan Tobaksvägen och Piprensarvägen besökte vi också. Motorsågsskulptören Torbjörn Lindgren från Leksand har gjort troll i olika storlekar bland annat ”Trollmor och de elva små trollen.” gammal barnvisa. Lekskeulpturen Ägget av konstnär Egon Möller-Nielsen, i Fagerlidsparken såg vi också.

Forts.nästa sida



Småstugeområdet. Tillhör den första bebyggelsen i Hökarängen bestående av småhus på 3 rum o kök.

Lingvägsområdet. Förlängningen på Lingvägen är idag mycket bebyggt med höga punkthus utmed tunnelbanan, där hyrorna ligger runt 15 000-16 000/mån.

En jättefin förskola "Den röda tråden" namnet kommer från en barnbok "Historien om någon". I boken löper en röd tråd genom hela boken vilket konstnären Anna Ådahl uttrycker genom en röd tråd på husfasaden på gården som barnen kan följa.



Hökarängens Centrum. Hökarängens Centrum var det första förortscentrat i Stockholm som byggdes upp kring en bilfri gata. Neonskyltar i 50-talsstil ovanför många spännande affärer är väldigt fina. Centrumhuset vid David Helldéns torg är numera seniorboende. Fontänen på torget, Svampen, är utformad av Erik Glemme och Sture Andersson.

Christina Johansson

Rebustävlingen i förra numret av Bulletinen

Rätt svar: 1 Alf Svensson - Al, 2 Olof Palme - Palm, 3 Biskop Brask - Ask, 4 Gunder Hägg - Hägg, 5 Mäster Palm - Palm, 6 Anders Björk - Björk, 7 Lisa Syren - Syren, 8 Gösta Ekman - Ek, 9 Kalle Lind - Lind, 10 Hasse Alfredson - Hassel, 11 Edin Wide - Vide, 12 Andreas "granen" Granqvist - Gran, 13 Lasse Lönndahl - Birgitta Dahl - Lönn, 14 Jan Boklöv - Annie Lööf - Bok

14 medlemmar skickade in och av dessa hade 6 medlemmar alla rätt.

Vid styrelsemötet den 2 december drogs **Anders Hermansson** som vinnare.

Kryssfrågorna Rätt svar: 221 2X2 X12 1X1 Vinnare: **Karin Dierk-Eckhardt.**

Vad är meningen Rätt svar: 1. JAG GILLAR TÄVLINGAR. 2. VI BOR I SVERIGE. 3. FLICKAN KÖPTE EN ROCK FÖR 100 KRONOR. 4. EN 25-ÖRING, EN 10-ÖRING, EN 1000-LAPP. 5. SOLEN LYSER PÅ HIMLEN. 6. SNART ÄR DET HÖST. 7. SPF FARSTA Vinnare: **Bengt Björnwall.**

Kyrkor 1K 2H 3A 4EJ 5F 6M 7D 8B 9C 10L 11I 12G. Vinnare: **Kerstin Högström.**

Priset en flaska vin, alternativt 1 kg kaffe har på ett Coronasäkert sätt levererats till respektive vinnare.

En vandring på Skogskyrkogården.

Visst är det så att ordet kyrkogård känns en aning ångestladdat. Mina tankar leder omedelbart till sorg och saknad, och därför var ett erbjudande om att få vandra på en kyrkogård inte enbart lockande. Men vi som var med på den här vandringen på Skogskyrkogården fick uppleva något helt annat. Frid, ljus och hopp.

P.g.a. Coronan fick gruppen bara vara femton personer. Vår guide Michael Ketzel från stadsmuseet var en fantastiskt kunnig och inspirerande person. Det blev en härlig vandring på två och en halv timme .

Stockholms stad hade 1914 utlyst en arkitektävling med klara riktlinjer. Man önskade sig en begravningsplats som inte bara fungerade som en plats för de döda utan också som en plats att besöka för en stunds eftertanke, rofylldhet och en skönhetsupplevelse.

Förutsättningarna för deltagarna i arkitektävlingen var inte lätta. Att stå i

en 85 hektar stor tät skog (lika stort som 120 fotbollsplaner) och utifrån det man möjligen då ser, skapa det varierande landskap som är dagens Skogskyrkogård, det kräver en speciell begåvning.

De som vann tävlingen var två unga arkitekter, vilka genom sitt nytänkande skapade en plats som fortfarande känns väldigt modern och som också har stått modell för ett otal begravningsplatser över hela världen.

Arkitekterna hette Gunnar Asplund och Sigurd Lewerentz. Gunnar Asplund tog ett större ansvar för byggnaderna och Sigurd Lewerentz för landskapet.

Det övergripande målet var att skapa ett landskap samt byggnader som skall förmedla tröst och en tro på framtiden. Kapellens utformning leder besökaren in ett mörker, men hen kommer ut i ljuset. Efter jordfästningen vandrar man inte tillbaka samma väg som man kom in, utan en annan och ljusare väg ut, - livet går vidare.



Ingång till Skogskapellet



Utgång ur Skogskapellet

Alla kapell ritades och byggdes inte på en gång utan under en period av 20 år. Även om Gunnar Asplund ritade de flesta byggnaderna så har också Sigurd Lewerentz ritat ett kapell och det är Uppståndelsekapellet, även det mycket uppmärksammat internationellt.

Varför Skogskyrkogården utsetts till ett världsarv förstår jag nu efter den fina vägledning vi fick av Michael Ketzell.



Han kunde beskriva de tankar som låg bakom detta unika byggnadsverk. Den har också inspirerat ett stort antal arkitekter som ritat begravningsplatser över hela världen. Det finns ytterligare två världsarv i Stockholms regionen. Det är Drottningholm och Birka

Leif



Programgruppen planerar en julig lunch inför julen.

Men som vanligt beror det på hur coronarestriktionerna ser ut just då.

Vi kommer att annonsera ut tillfällena på din e-post och via sms.

Då är det viktigt att du har uppgivit rätt telefonnummer och den senaste e-postadressen!



MEN det allra viktigaste är att följa de vanliga rutinerna.

1. Anmäl ditt intresse till den person som är angiven som kontaktperson.
2. VÄNTA till du får OK av den personen!
3. DÄREFTER kan du betala in begärt belopp!

OM DU GÖR SÅ; UNDERLÄTTAR DU OERHÖRT MYCKET FÖR KONTAKTPERSONERNA OCH KASSÖREN!

Tack!

Och hör sen!!!



Visst är det trist med alla förhållningsregler, men varför inte lätta upp livet med att läsa eller lyssna på någon god bok eller lyssna på ett gammalt radioprogram. Har du tillgång till en smartphone eller PC så är det enkelt och framför allt gratis.

Visst finns det kommersiella lösningar både för att lyssna och läsa böcker, men Sveriges Radio och Stadsbiblioteket erbjuder sina tjänster gratis. För att få låna på Stadsbiblioteket måste du ha ett bibliotekskort. På deras hemsida klickar du på Logga in uppe till höger och på nästa bild två rader under inloggningsknappen klickar du på Skaffa bibliotekskort. Sedan är det bara att fylla i dina uppgifter. Tyvärr måste du inom fjorton dagar uppsöka biblioteket för att hämta ut ditt lånekort.

När du fått kortet kan du välja E-medier & databaser där finns massor med böcker du kan ladda ner och läsa på PC eller din Smartphone. Det finns även ljudböcker du kan ladda ner.

Ljudet i PCn eller din Smartphone kanske inte är det bästa men det går att ansluta dem till en högtalare så det blir bättre.

Du kan även låna fysiska böcker och få dem levererade hem till dig om du är 70+.

Ring 08 – 508 305 21

En annan ”höjdare” att lyssna på är Margareta Krooks uppläsningar om morfar, på youtube.

Varning Youtube är vanebildande, du fastnar lätt bland alla dess skratter, förlåt skatter. Lars

Ekborgs monologer roar oss som växte upp innan uttrycket ”politiskt korrekt” uppfunnits.

Sveriges Radio har också en skatt att lyssna på.

Du når dem via appen SR Play

Lycka till och hör sen.

Hans



Kan du de senaste trafikmärkena?



VÅRA FASTA AKTIVITETER är beroende av Folkhälsomydighetens rekommendationer, kolla med respektive ansvarig vad som gäller just nu.



Boule

Att ha roligt är det viktigaste med Boule. Därför är det bara glada människor som spelar det spelet.

Under vinterperioden spelar vi inomhus på mycket bra banor i Björnkulla, Flemingsberg.

Vill man spela utomhus i Farsta i vår. Ring Lillvor tel. 070-582 55 76

Kontaktperson: Björn Betzholtz tel. 076-815 27 80

För att spela boule behövs inga förkunskaper.



Bridge

Spelar vi varje vecka i lokalen Färnebogatan 64, Farsta, ingång från baksidan.

**Kontaktpersoner: Vivianne Andersson mobil 0702-00 67 68
Roland Ekholm tel. 0703-00 98 81.**

Du behöver ingen partner för att spela hos oss.



Körsång

Musikens betydelse för hälsan och välbefinnandet har i alla tider varit självklart för människan.

Sång och musik frigör energi och aktiverar människans självläkande resurser.

Kom och sjung, håll dig ung med Christina Illmayr som ledare.

Onsdagar kl.10:00 -12:15 i Centrumkyrkan.

Vi önskar nya medlemmar hjärtligt välkomna till *Allsångarna*

Kontaktperson: Kerstin Högström

Tel: 070-913 74 31.



Mattcurling

Mattcurling är en ganska okänd sport men spelet passar alla åldrar, eller åtminstone från 10 år upp till 100.

Vi spelar på torsdagar mellan kl. 12 och 14.

Det har ingen betydelse om man är kvinna eller man, har kort eller lång erfarenhet av spelet, alla kan spela tillsammans och det viktigaste är att ha kul när man spelar.

Kontaktperson: Toni Eklund tel. 08 649 45 44

Mitt, Siv Gustafsson, specialintresse är Stickning.

Stickning är en mångtusenårig teknik men det var först på 1600-talet som den kom till Sverige. Intresset för stickning har i modernare tider gått i vågor, stort på 30 och 40-talet sen på 80-talet då det så kallade bildtröjorna blev moderna därefter blev det ett uppehåll tills nu på 2000-talet när det startas stickcaféer lite varstans. Det finns enl. mitt sett att se två sorters stickning, ett när man behöver ett plagg t.ex. vantar, kofta, mössa eller annat. Detta sätt av stickarbete blev utkonkurrerat av industrin som kunde göra det billigare än vad garnet kostar för stickaren. Det andra sättet är där själva skapandet är viktigast och där varje plagg är unikt, det blir ett konsthantverk som industrin inte kan efterapa. Stickning är meditativt och rogivande och det tar tid, lång tid, det ska inte gå fort. Självt har jag stickat många timmar så gott som varje dag, i över 50 år. Nu för tiden stickar jag nästan uteslutande i 100% ullgarn i många färger från ett familjeföretag på Shetland som drivs av femte generationen, där de producerar allt från får, spinning, färgning till färdigt garn.



Nu kan du köpa mina mössor de kostar 450 kr och om du är intresserad så kontakta mig per e-post 886gustafsson@gmail.com eller tel. 0708 43 93 90 så kommer vi överens om en tid och plats där du kan prova smittsäkert.



Det här är ett urval av de mössor som finns. Alla är unika det kommer aldrig att stickas någon likadan.



Har du något specialintresse? Skicka in ett bidrag till oss på Bulletinen.