

RUNSKRIFTEN

Medlemstidning för SPF Seniorerna Runstenen Västerhaninge • Nr 4 - december 2019



Foto: Margareta Sutton bild 20191029

Innehållsförteckning

Ordförande har ordet	3
Aktiviteter	4-7
Hemsidan mm	7
Cirklar	8
Servicekontor i Brandbergen, Äldremottagning	9
Resor och utflykter	10-16
Viktiga telefonnummer	16
Bredgårdsmannen	17
Program daglediga i Lidakyrkan	18
Villa Runstenen	18
Kontakt SPF Runstenen	19

Ordföranden har ordet



November är här med regn och mörker men snart kommer första advent med ljus, julkonserter, julbord och förväntan inför julen. I villa Runstenen har vi under hösten haft många studiecirklar, caféer, goda soppluncher och temakvällar. Höstens verksamhet avslutas med en julbordsresa på Rosella den 4 december, julmarknad och glöggmingel i Villan den 13 december kl 14:00 samt ett julbord i Villan den 18 december kl 13:00. Detta är i första hand för våra medlemmar som inte kan åka med Rosella.

Efter 20 år upphör Äldreförvaltningen att vara en egen förvaltning.

Den 9 oktober fick vi som sitter i HKP (Haninge kommuns pensionärsråd) ett mail från Äldreförvaltningschefen Ewa Ingmarsdotri, att kommunfullmäktige den 4 november skulle besluta om att slå ihop Äldreförvaltningen och Socialförvaltningen till en stor förvaltning from 2020 01 01 .

Under två intensiva veckor arbetade SPF, PRO och Reipas gemensamt med att få till stånd en fördjupad diskussion med nämndordförandena, kommunstyrelsens ordförande Meeri Wasberg samt kommundirektören för att få till stånd en återremitering av förslaget, då kommunen inte tillämpat samråd eller ett remissförfarande med pensionärsorganisationerna i en så viktig fråga för kommunens äldre medborgare. Vi ville veta på vilka grunder man föreslår en organisationsförändring.

Den 4 november tog kommunfullmäktige beslutet att slå ihop Socialförvaltningen och Äldreförvaltningen till en gemensam förvaltning under ledning av en social och äldredirektör. Den som ska leda omorganisationen och den nya förvaltningen är Siw Lidestål, tidigare socialförvaltningschef. De två nämnderna är kvar. Pensionärsorganisationerna är nu inbjudna till att ha en dialog under processens gång med förvaltningsdirektör och nämndordförande.

Till vårt månadsmöte den 28 januari 2020 har jag inbjudit Siw Lidestål, social- och äldredirektör samt Martin Strömwall, Äldrenämndens ordförande för att berätta om vad sammanslagningen kan innebära för den service som erbjuds oss seniorer. Då har vi också möjlighet att ställa frågor.

Till sist vill jag tacka alla våra duktiga funktionärer som tillsammans med styrelsen gör vår fina verksamhet möjlig.

En riktig god och stämningsfull jul önskar jag er alla och ett Gott Nytt År som innebär en fredligare värld för många människor.

Välkomna tillbaka i januari!

Margareta

Kallelse till SPF Seniorerna Runstenens Årsmöte

Välkomna till vårt årsmöte den **25 februari 2020, klockan 13:00.**

Lokal: Västerhaninge församlingshus.

Motioner till årsmötet ska vara styrelsen tillhanda senast fyra veckor före årsmötet. Dagordning och övriga handlingar kommer att finnas tillgängliga senast en vecka före årsmötet samt finnas tillgängliga på vår hemsida.

Margareta Sutton
Ordförande

Aktiviteter

I vår förening har vi en aktivitet som vi kallar "Gubbröra". Tanken bakom den är att den ska vara ett komplement till de övriga studiecirkel som föreningen bedriver. Studiecirkelarna har en klart kvinnlig profil och tanken är att Gubbröra ska ge en bättre balans mellan manligt och kvinnligt. Innehållet i Gubbröra har hittills varit att vi samlats var annan onsdagkväll i Villan och lyssnat till korta presentationer av något dagsaktuellt ämne. Presentationen har sedan lett till frågor och diskussioner om allt möjligt. Mycket opretantiöst och enkelt, målet är att vi ska trevligt, det är det viktigaste. Under det kommande året planerar vi att utöka verksamheten med resor till några intressanta platser där vi kan göra studiebesök. Vill du vara med och utveckla bergreppet Gubbröra så är alla förslag och idéer välkomna.

Skicka dina uppslag till jan.reimann@globalnet.net, så kommer jag att ta hand om dem. Efter juluppehållet sätter vi igång den 8:e januari kl 18.30 i Villan. **Alla** är välkomna!

//Janne

Temakvällar under våren 2020

Tillgången på sittplatser är begränsad till 30 personer och därför måste vi ha föranmälan till respektive temakväll. Om det skulle visa sig att antalet anmälningar understiger 20, tvingas vi tyvärr att ställa in kvällen.

Vårterminens första temakväll äger rum den **31 januari kl 18.00**. Det blir en kväll med *Bakad potatis med röror*. **Anmälan enligt nedan tidigast den 13 januari.**

Den **28 februari kl 18.00** bjuder festgruppen på *Burgundisk gryta*. **Anmälan enligt nedan tidigast den 17 februari.**

Den **27 mars kl 18.00** genomförs kvällen med italienskt tema där en *Italiensk buffé* kommer att serveras. **Anmälan enligt nedan tidigast den 16 mars.**

Den **24 april** bjuder festgruppen på *Lax* i någon form. **Anmälan enligt nedan tidigast den 13 april.**

Vi kommer även att genomföra en temakväll den **29 maj** och till den återkommer vi under våren. Priset för varmrätt, dessert och kaffe är 70 kronor.

Anmälan till Berit Loge på adressen berit.loge@telia.com eller telefon 0709-52 34 97. En stilla vädjan när det gäller anmälningar till Berit, använd i första hand mail, i andra hand SMS och först i tredje hand telefonsamtal.

Vid eventuella frågor, funderingar eller tips, hör gärna av dig till

Solveig Hasselqvist-Ax, E-mail solvind998@hotmail.com, eller mobil 070 600 90 88.

Nyårsafton 2019

Detta år kommer inte nyårsfirande att genomföras såsom tidigare. Temagruppen har tyvärr inte den möjligheten. I stället kommer det att bjudas in till gemensamt firande i villan under enkla former, dvs var och en tar med sig den mat och dryck som man själv vill förtära. En inbjudan kommer senare att skickas ut via mail samt anslås i Villan.

Tjejpatrullen

Detta är min tanke bakom tjejpatrullen

Vi åker med lokaltrafiken

Vi äter lunch klockan 13.00 på någon trevlig restaurang som någon av oss har lite vetskap om.

Vi ses någon eller några gånger per termin. Tycker du att detta verkar trevligt så maila mig ingerdewendel@telia.com

Jag föreslår som första förslag *Restaurang Himlen*, högst upp i Skatteskrapan någon gång i mitten av januari.

Kanske onsdagar kan vara en lämplig dag.

Månadsmöten

Månadsmötet den 28 januari kl. 13.00

Vid detta månadsmöte får vi besök av ordföranden i äldrenämnden Martin Strömwall och social- och äldredirektör Siw Lidestål från Haninge kommun. Vi får möjlighet att få information i viktiga äldre frågor och möjlighet till samtal om det vi kanske undrar över.

Lokal: Församlingshuset

Månadsmötet den 25 februari

Årsmöte

Lokal: Församlingshuset

Månadsmötet den 31 mars

Musikkryss med trubaduren Bengt Wilhelmson

Lokal: Församlingshuset

Månadsmötet den 28 april

Zethzons duo. Glad medryckande musik samt allsång.

Lokal: Församlingshuset

Månadsmötet den 26 maj

Vår lunch

Lokal: Församlingshuset



Månadsmöte med Benny Nilsson och hans band.

Foto Anders Öhlander

Välkommen till måndagscafé

Alla helgfria måndagar året runt har vi måndagscafé med hembakat bröd.

Kostnad 20:00 kronor/person.

Tid 13.00– 15.00.

Välkommen till trevlig samvaro i lättsam miljö.

Sista måndagscaféet för året är den 16 december.

Vi börjar igen 13 januari 2020.

Väntjänsten

Eva Lindgren



Välkommen till sopplunchen

Soppluncher varje torsdag mellan kl 11.30 - 14.00.

Kostnad 40:00 kronor/person.

Sopplunchen pågår till den 19 december.

Välkommen till trevlig samvaro i lättsam miljö.

Vi börjar igen den 9 januari 2020.

Väntjänsten

Ulla Garpenhag



Julmarknad – glöggmingel den 13 december kl 14.00

Här kommer våra medlemmar att sälja sina tillverkade alster. Bröd, smycken, hantverk m m . Julglögg och pepparkakor finns att köpa.

Vi ses i Villan.

Meddela gärna mig om du har något att sälja.

ingerdewendel@telia.com eller telefon 08-500 30654

Obs! Tiden



Underhållsdag fredagen den 15 maj 2020

Huset som vi har föreningens verksamhet förlagd till, behöver då och då pysslas om. Det yttre underhållet ansvarar fastighetsägaren kommunen för och ansvaret för det inre underhållet ligger hos hyresgästen, d v s hos oss själva.

Trädgården sköter vi också med egna resurser. De som känner sig manade att hjälpa till med att vårda vårt hus samlas den 15 maj klockan 1000 och jobbar med det som vi konstaterat behöver göras och avslutar med kaffe med något till allt på föreningens bekostnad.

Maila till thomas.hansell@bredband.net om du ställer upp så kommer du att få närmare beskrivet vad som ska göras när vi fått grepp om detta.



Årets Julbord i Villan serveras den 18:e december kl 13.00. Kostar 250:- Vill Du vara med ?

Kontakta då Inger de Wendel på telefon 08-500 30654. Senaste anmälningsdag är 10:e december.

Hitta Runstenens hemsida

Nedan ser du den korrekta adressen att skriva in i din webbläsare för att komma direkt till vår egen hemsida.

<https://www.spfseniorerna.se/runstenen>

När du fått upp Runstenens hemsida på din skärm kan du spara inloggningen under dina Favoriter genom att klicka på stjärnan i adressradens högra del.

Du får då upp en ruta där du kan spara inloggningen till Runstenen under dina favoriter. Så nästa gång du vill titta på vad som finns på hemsidan går du till dina Favoriter och klickar på Runstenen direkt.

Tipsa hemsidan!

På hemsidan är det möjligt att publicera information löpande.

Har du information om telefonnummer, hemsidor eller annat som kan vara av allmänintresse? Eller fina bilder som är fria för publicering?

Tipsa då gärna webbmaster per mail, lana.vilmar@hotmail.com

Cirklar

Anmälan till cirkel lämnas till cirkelledaren. I övriga frågor, dubblering och nya cirklar kontakta Margareta Närlund, tel. 073 969 0146. Deltagarkostnad/termin: 100 kr inkl. kaffe. Ev. litteraturkostnad tillkommer.

Cirklar	Cirkelledare	Tel	Start
Aktie och fond A	Olof Söderqvist	500 269 78	12 jan
Aktie och fond B	Olof Söderqvist	500 269 78	22 jan
Akvarell, "Ochra"	Margareta Närlund	073 969 01 46	15 jan
Backgammon	Pelle Pettersson	070 5941678	17 jan
Boule	Stig Sandberg	0731416354	April
Bowling	Leif Munters	070 736 15 09	15 jan
Bridge	Bror Wahlberg	500 290 65	16 jan
Bridge nybörjare	Kerstin Engqvist	070 550 42 53	14 jan
Bridge forts	Inge Larsson	070 171 04 61	14 jan
Datautbildning	Inge Larsson	070 171 04 61	
Data bildbehandling	Bo Johansson	500 307 54	13 jan
Data nybörjare	Rolf Gunnarsson	070 563 7232	20 jan
Engelska lätt	Eva Thoren	500 277 56	
Engelska forts.	Andy Sutton	070 765 62 24	13 jan
Historia	Jan Reimann	500 224 08	8 jan
Matlagning	Karel Hertogs	072-517 19 35	
Konstcirkel 1	Elsebeth Johansson	076 946 6240	10 jan
Konstcirkel 2	Gerd Lillieroth	0732 63 36 14	31 jan
Litteratur 1	Anne-Lie Ullman	070 466 9644	29 jan
Litteratur 2	Solveig Hasselqvist-Ax	070 600 90 88	7 jan
Målarcirkel	Christina Hansson	500 205 87	10 jan
Tai chi	Ulla Söderqvist	500 269 78	14 jan
Teckning	Jennie Gustafsson	070 588 02 36	
Vävning	Christina Hertogs	0725171935	8 jan

Servicekontor i Brandbergen

Du hittar nu Försäkringskassan, Skatteverket och Pensionsmyndigheten samlade i ett gemensamt servicekontor i Brandbergen.

Adress: Jungfruns Gata 416 – 419

Öppettider: Måndagar – Fredagar 10:00 – 16:00

Försäkringskassan: telefon 0771-524524

Skatteverket: telefon 0771 – 567567

Pensionsmyndigheten: telefon: 0771 - 776776

Restid från Handens centrum c:a 10 min

Buss: 824, 829 eller 834

Pensionsmyndigheten kan hjälpa dig med att se om du är berättigad till bostadstillägg samt med att fylla i en ansökan.

Samma sak kan du själv göra på nätet www.pensionsmyndigheten.se

Margareta



Äldremottagningar för Seniorer 75+

Sedan årsskiftet 2016 – 2017 har regionens(länets) husläkarmottagningar haft möjlighet att starta så kallade Äldremottagningar för personer 75 år eller äldre. Syftet är att skapa tillgänglighet och kontinuitet för gruppen. Kriterierna är att det ska finnas ett direktnummer utan knappval så att den äldre ska kunna få en fast vårdkontakt vid behov samt erbjudas besök, eller annan kontakt samma dag eller dagen efter. Vårdgarantin säger högst 3 dagar. Äldremottagningen ska ha tillgång till läkare med geriatrisk kompetens alternativt specialist i allmän medicin. Äldremottagningar finns på de flesta av våra vårdcentraler i Haninge. Om din vårdcentral har en Äldremottagning ska du som har fyllt 75 år ha fått ett brev från din vårdcentral med erbjudande om att lista dig på vårdcentralens Äldremottagning. Du ska också ha fått tid på dagen när du kan ringa och tala med en distriktsköterska som kan hjälpa dig att få rätt hjälp.

Här följer tider för telefonkontakt utan knappval till Äldremottagningar i vårt närområde:

Familjeläkarna Tungelsta får en Äldremottagning vid årsskiftet 2019 – 2020 men redan nu kan du ringa på telefonnummer 08- 50031140 dagtid och få en personlig kontakt (utan knappval) med en receptionist som ser till att du får tala med en sköterska som kan hjälpa dig.

Hälsocentralen Akka har en Äldremottagning dit du kan ringa måndag - fredag kl 10:00 – 11:15 på telefonnummer 08- 50073179 och få en personlig kontakt med någon av distriktskötererskorna som tar hand om ditt ärende.

Jordbro vårdcentral har en Äldremottagning dit du kan ringa måndag – fredag kl 15:00 – 16:00 på telefonnummer 08- 12348275.

Margareta

Resor

Vi planerar en resa till Danmark den 1 juni 2020 – 5 juni 2020

Vi åker med buss från Västerhaninge till Helsingborg och färjeöverfart till Helsingör. Under resan planerar vi att besöka Louisiana, museet för modern konst men även arkitektur, foto och design och fortsätter till Roskilde där vi har vår första övernattnig. Nästa dag åker vi till Odense och får en guidad promenad i den centrala delen med anor från Vikingatiden. Vi besöker också Domkyrkan. Under eftermiddagen besöker vi HC Andersens museum, här kan vi följa poetens och sagoförfattarens liv och arbete. Den tredje dagen lämnar vi Fyn för att ta oss till Jylland och Århus och vi besöker den mest populära sevärdheten DEN GAMLE BY. Här får vi uppleva en dansk stad så som det såg ut för 100 år sedan. Dag 4 utflyktsdag till Skagen. Med Sandormens hjälp tar vi oss till Danmarks nordligaste udde Grenen. Besök på Skagen museet och kanske hinner vi med att få en stund på egen hand. Hemresan dag 5 åker vi från Fredrikshamn för båtresa till Göteborg och så går resan vidare med bussen till hemorten.

Resan är under planering och det kan bli vissa justeringar. Priset är ej i dagsläget fastställt och vi ber att få återkomma med exakt program och prisuppgift. Det läggs ut på hemsidan så snart som möjligt.

Mer information om resan, kontakta Lisbeth Antelius, gl.antelius@telia.com, tfn 073-8001212.

Ny resa till härliga Italien

Den 1-7 september blir det en ny resa till Hanninges vänort Formia som ligger mellan Rom och Neapel. Resan är fullmatad med kultur, historia, badliv, god mat, goda viner och trevlig samvaro.

Välkommen att höra av dig till Margaretha eller Bruno om du vill veta mera.

Margaretha 070-6067182,

margaretha@picano.se

Bruno 070-7617751, bruno@picano.se



Tågresa till Europa våren 2021 – kan det vara något?

Resegruppen har idéer kring en tågresa 2021 ner genom Europa. Vi ser ett allt större intresse för klimatsmarta resor och då främst med tåg till olika destinationer i Europa. Vi tror att utbudet kommer att öka kraftigt framöver och alternativa resmål växer fram. Därför jobbar vi för att hitta en intressant tågresa under 2021.

Skulle det kunna vara något? Vi i resegruppen lyssnar gärna till vad du tycker om detta.

Resegruppen – Lisbeth, Dieter och Anders

Mary Poppins på Svenska teatern i Helsingfors

Vi reser med Silja Line den 29 september 2020 för att se Mary Poppins matinéföreställning dagen efter på Svenska Teatern i Helsingfors.

Svenska Teatern presenterar stolt en aldrig tidigare skådad musikal med oerhört vackra dräkter och detaljrik dekor. Mary Poppins, som är bland de största musikalsatsningarna på Svenska Teatern, har en förtrollande historia, oförglömliga låtar och bländande dansnummer som redan har charmat och fånglat hela världen. Självklart vill ni inte missa denna föreställning.

Buss ingår Västerhaninge - Tallink Siljaterminalen ToR.

Priser:

Delad insideshytt (B2) 2.295 kr per person

Enkel insideshytt (B1) 2.345 kr per person

Delad fönsterhytt (A2) 2.545 kr per person

Enkel insideshytt (A1) 2.845 kr per person

Delad hytt med fönster mot promenaden 2.395 kr per person

Enkel hytt med fönster mot promenaden 2.545 kr per person

Allt detta ingår: Önskad hyttkategori (se ovan), 2 rätters á la carte med 2 glas öl/vin eller alkoholfritt samt kaffe och avec, 2 sjöfrukostar, middagsbuffé med dryck, premiumplatser till föreställningen.

Program med tider kommer att finnas på Runstenens hemsida från mitten av december.

Kontakta Lisbeth Antelius lisbeth.antelius@telia.com eller tel 073-8001212 för närmare information.



Norra Tyskland 2-7 september 2020

Östersjökusten har under hundratals år haft en oerhörd betydelse för Sverige. Området har en rik historia med många anknytningar till Sverige och vi skall bekanta oss med några av dessa. Vi besöker Wismar, Rostock, Stralsund, Rügen, Greifswald, Lübeck och Mecklenburgsche Schweiz.

Vi flyger till Hamburg där bussen och vår guide Jöran Nielsen väntar på oss. Vi åker Alte Salzsasse till staden Güstrow till vårt hotell. Vi bor på samma hotell.

Det blir korta bussresor då alla städer ligger rätt nära Güstrow.

Till exempel på Rügen åker vi veteranjärnvägen Rasande Roland och tar en titt på Hitlers tänkta semesterparadis Prora. Mecklenburgsche Schweiz med dess sjöar är ett annat intressant område nära Wittstock där svenskarna 1636 besegrade den tyska kejsarliga armén. Det blir 6 innehållsrika dagar!

Detta är en liten blänkare om den planerade resan.

Avresa: 2-7 september 2020 pris 12450 kr. Enkelrumstillägg: 1600 kr.

Utförlig information kommer i nästa tidning där ni kan boka resan.

Ni kan kontakta mig om ni har frågor angående resan

Dieter Stephan 0705-178040 ranexoskar13@hotmail.se

Endagsresor för dig 2020

Vi fortsätter vårt dagsresekoncept 2020 som vi påbörjade under 2019 med målet att arrangera korta, innehållsrika och prisvärda resor.

Följande resa är klar:

22 april Norrköping

Arbetets museum, Löfstads slott och middag på värdshuset.

Ett mera specificerat program kommer att presenteras i god tid inför denna resa. Anmälan till denna resa skall ske **senast den 23 mars 2020** till anders.ohlander@outlook.com eller via sms/mobil 0706960528.

Priset kommer att totalt vara 500 kr/person. Först efter bekräftelse sker inbetalning till föreningens plusgiro 13 62 10-2

Följande resor planeras ytterligare:

26 augusti Avesta

Verket och Museet Avesta Art. Middag på Färna herrgård

7 oktober Örebro

Wadköping, Örebro slott. Middag på Örebro slott

Prisidé: ca 500 kr inklusive program och mat.

Ett mera detaljerat program och innehåll presenteras framöver.

Allt är för närvarande preliminärt och kan ändras något under planeringens gång. Men håll utkik i kommande nummer av Runskriften och på vår hemsida.

Har du frågor kan du vända dig till Anders Öhlander

anders.ohlander@outlook.com eller per telefon/sms 0706-960528

Studiebesök

Vi inbjuder till ett studiebesök på PostNords sorteringsterminal Stockholm- Årsta Terminalen är en av de största i Sverige och svarar för all post (brev och mindre paket) till och från Södra Stockholmsområdet.

Alltså inom det område där de flesta av oss bor. En mycket modern anläggning med mycket av den senaste tekniken.

Tid: Onsdagen den 11 mars, 2020

Samling: kl 12.45 vid vändplan Församlingshuset, Västerhaninge Centrum

Avresa: med buss: Klockan 1300

Beräknad hemkomst: klockan 17.00

Pris: **200 kr/person**. Då ingår bussresan, guidning, kaffe, landgång och rullande mjuk kaka.

Anmälan: Senast den 10 februari 2020 till anders.ohlander@outlook.com eller sms/mobil till 0706 960528

Först efter bekräftelse sker inbetalning till föreningens plusgiro 13 62 10-2

Med buss till Vega, Fisksätra och Svindersvik

En brittsommardag den 11 september, när termometern pekade på tjugo grader, gjorde Runstenen en resa med tidsmaskin. Från det modernaste samhällsbygge för gemene man, till ett exklusivt sommarnöje från 1700-talet, via terrorhandlingar och slagfält för tre hundra år sedan.

Resan inleddes med en variant av modern samhällsbyggnad, där Staden är förebild: den trånga genomfarten i Handens centrum. Borta är August Strindbergs motto "Riva för luft och ljus". Där trafiken trycks ihop i nålsögat mellan de höga husen, tycks snarare Gamla stans gränder vara förebilden. Alla spår av natur är nogsamt bortbyggda.

Den nya Vegastaden med över tre tusen bostäder, visar upp en annan princip för samhällsbyggnad, där variationsrikedom och följsamhet i topografin är ledstjärna. Det finns knappt två byggnader som är lika. En provkarta på högt och lågt, med fasader i mörkt och ljust, i trä eller betong. Allt klättrande upp och ner för berg och dal. Mycket natur har sparats.

En spännande miljö för tio tusen invånare, men har vi råd att bo där?

Museet Hamn vid Fisksätra skildrar i år trehundraårsminnet av de s k Rysshärjningarna, som drabbade stora delar av den svenska Östersjökusten sommaren 1719.

I syfte att skrämja Sverige till förhandlingsbordet under Stora nordiska kriget, anföll tsar Peter Sverige med fyrtio tusen soldater och sjömän. Ordern var att bränna ner och plundra städer och byar, herrgårdar och torp, bruk och gruvor från Öregrund i norr till Norrköping i söder. Taktiken verkar bekant än idag...

Tjugotusen människor blev hemlösa och förlorade sin bärning. Stockholms stad räddades dock, tack vare en numerärt underlägsen men smart svensk styrka, som stoppade ryssarna vid slaget vid Baggensstaket

Om allt detta berättade fångslände två guider och museets alla föremål och texter.

Restaurang Saltsjö Pir lockade med lunchmeny. Köttträtt och fiskrätt samt stekt strömming!

På hemvägen snurrade bussen runt i åttor genom trånga passager, i tunnlar och över broar vid Kvarnholmen, Finnoda och Sickla. Där uppenbarades ännu en modern samhällsbyggnadsstil. Husen står praktiskt taget i vattnet, bara att plumsa i från balkongen. Men om pol-isarna smälter blir det snart fotbad i vardagsrummen.

Vid Svindersvik togs en bensträckare. Namnet kommer efter holländaren Johan van Swinderen, som sjöd beck där på 1600-talet. Hundra år senare lät multimiljonären, redaren och riksbanksräddaren Claes Grill uppföra ett sommarnöje i rokokostil på platsen. Men idag såg vi inte röken av rokokon. Det får bli en annan resa.

Där finns en vacker park med en servering. Samt en brygga med ljugarbänk mot Svindersviken. I fonden syns Operans och Dramatens dekorförråd, inrymt där det förr rostades Cirkelkaffe.

Hemfärden gick via Älta och Vendelsö. Avsättning vid Västerhaninge kyrka lagom till middagens bestyren.

Margareta och Anders var arrangörer och utmärkta reseledare, som kunnigt guidade under denna resa genom tidsepokerna.

Richard Roosvall

Dagsresa till museet Hamn, Fisksätra.

Foto Anders Öhlander



Hemliga resan 2019

"En sådan man! Cirka 190 kg. Slutar med tofs." Det var de ledtrådar vi fick av Inger.

Men inte förrän vid sista svängen in på slottsgården gick det upp ett ljus. Inte anade vi att lösningen låg i uttalet av ordet "man".

Så var det då dags igen att äntra bussen inför Hemliga resan. Den tionde och – troligen – sista gången i Ingers och Henrys regi. Klockan var 10 på förmiddagen onsdagen den 21 augusti. Så fort Jill bakom ratten stängt dörarna om oss 57 resenärer, började gissningarna om resmålet. Inger presenterade — med ett pillemariskt leende — en första ledtråd till slutmålet: "En sådan man!". Ingen blev klokare av detta. Några tänkte att vi skulle till Göta kanal och gissade att Baltzar von Platen var mannen som åsyftades.

Resan gick mot Tungelsta, där hemliga etappmålet nr 1 blev parkeringen vid Torkladan. Ur bussens mage plockades stolar och bord, kaffe och bullar. Solen sken och ingen blev sur (av regn).

Färden gick vidare på den vingliga "Slingerbulten" mot Rosenhill. Gud ske lov att vi inte mötte en enda vilt framrusande MC-knutte. Upp på E-fyran vid Södertälje och av från densamma mot Gnesta.

En stor liten möbelfabrik

I Mölnbo känner vår chaufför Jill sig hemma, men hon kör oss vidare till Åmells Möbler i Gnesta. Där gör idag fyra personer 50 mans arbete förr. Inte undra på att fabrik, varulager och showroom verkar lite överdimensionerade. Men snickra vackra Gustavianska möbler i amerikansk poppel kan de, ända sedan dagsverkaren Henning Forsman täljde möbler åt grosshandlare Bäckström på Julita gård på artonhundratalet.

Fråga inte hur dessa fyra personer hinner med att driva verksamhetens alla faser utan några konsulter och återförsäljare. Just idag var de upptagna med att laga ett tak, så de museala träbearbetningsmaskinerna stod stilla. Inga CNC-styrda fleroperationsmaskiner där inte!

Lunchstopp — då kom naturligtvis regnet

Magen sa att det nu var dags för hemliga etappmålet nr 2, alltså avsittning för macka med drycker. Gryts hembygdsförening i Stjärnhov var förberedd på invasionen från Västerhaninge. En ung fotograf plåtade flitigt, medan mörka moln började släppa ut sin blöta last. Inger och Henry hade klokt nog valt etappmål för lunchmål med regnriskgaranti. En stor lada rymde oss alla under tak. Hembredda frallor med drycker serverades medan gratislotter i Stora Kantarell-lotteriet delades ut. Två lyckliga vinnare blev varsin påse skogsdoftande nyplockad svamp rikare.

Inger gav oss den andra ledtråden till det hemliga målet: "Cirka 190 kg". Kan det syfta på någon gammal viktenhet? Ett skeppund var 170 kg Nej knappast. Ingen visste.

Intimt förhållande till svensk landsbygd

På väg som tycktes smalare än bussen styrde Jill från Gryts kyrka till Dunkers kyrka. Ju mindre väg desto intimare blir man med landskapet. Vi reste genom de färggrannaste av trakter. Mörka skogar, röda torp, gröna ängar, gula sädesfält, blåa insjöar och gråa stenbackar. Allt vårt avlånga men vackra land kan uppvisa.

Mitt ute i läskiga skogen stoppades framfarten av ett vägrensgräsklippningsfordon (långt ord!). Hur det nu gick till, så körde fordonet undan och vi slank förbi. Tack för att vi slapp att möta någon här, det hade blivit en lång backningsmanöver för den ena.

Men även vackra grusvägar har ett slut. Den breda väg 55 norrut ledde via broarna över Mälaren till E18 vid Enköping och sydvästvärt mot Bro. På vägen dit släppte Inger sista ledtråden i målsöket: "Slutar med tofs". Men inget hjälpte, förrän gatunamnskylten gav lösningen: "Lejondalsvägen". Lejon har ju man



(uttalas med långt a), väger cirka 190 kg och har tofs på rumpan. Lösningen och slutmålet var Lejondals slott i Bro. Det var uttalsformen som löste gåtan. Smart, Inger och Henry!

Från medeltida drottningssäte till nutida konferenskedja

Kvällssolen förgyllde den rödskimrande slottsliknande byggnaden, ritad av arkitekten Isak Gustaf Clason och bekostad av Lovisa de Geer, som flyttade in 1892. Hon gifte sig två år senare med Fredrik Rappe. Maken gjorde på sol-och-vårar-vis av med hennes pengar, paret skildes och egendomen såldes. Flera ägare med olika ambitioner kom och gick.

Idag driver Excellence Hotels konferensanläggning på den egendom, som i början på 1400-talet ägdes av prinsessan Philippa av England, sedermera drottning Filippa av Sverige, Norge och Danmark, sedan hon gift sig med Erik av Pommern. Snacka om anor!

I den stora matsalen med vacker utsikt mot Lejondalssjön i kvällssol, serverades grillad ryggbiff av det blodiga slaget, samt kaffe i salongen en trappa upp.

Till Inger och Henry

Dieter höll tal till Inger och Henry, och uttryckte det vi alla kände: glädje och tacksamhet över era mödor med tio års Hemliga resor,

liksom vemod och saknad över att ni nu drar er tillbaka.

Var och en kan föreställa sig vilket enormt förberedelsearbete ett sådant arrangemang kräver. Leta upp och boka tre stycken delmål. Provåka turen. Vaka in de nattliga anmälningarna. Fylla färdkostpåsar med godis och äppeldryck. Lasta stolar och bord i bussen. Sköta det ekonomiska. Gajda under resans gång och – ja vem vet mer vad som kräver er uppmärksamhet. Allt detta med den omtanke och glädje, humor och inspiration som är

ert kännemärke.

Resten av resan var en transportsträcka hem till Västerhaninge. Ankomst tidtabellsenligt klockan 20 (hör ni det, SJ!). Tack Inger och Henry för ännu en lyckad resa, och tack Jill för mjuk och fin körning!

Text och foto Richard Roosvall

Så här kan man sammanfatta årets hemliga resa: 257-225-E4-57-grusväg förbi sjön Dunkern-55-E20-55-E18-E4-226-73.



DAGSRESA till Bror Hjorts hus (Uppsala), Örbyhus slott, Österbybruks galleri och Gimo herrgård den 25 september, 2019

Tidigt på morgonen lämnade vi Västerhaninge för färd mot Uppsala och Bror Hjorts hus. Bussen var fylld till sista plats och stämningen var god. Jill från SÖbuss körde som vanligt med säker hand.

I Uppsala stannade vi vid S:t Pers kyrka och intog våra matsäckar. Resenärerna bjöds därefter på diverse frukt, läsk och godis sponsrat av Hemköp i Västerhaninge. Mycket uppskattat.

Därefter en inspirerande guidning av Bror Hjorts hus.

På Örbyhus slott guidades vi genom mörka "fängelserum" där Erik den XIV en del av sitt liv och sedermera avled där.

För köpsugna stannade vi kort vid Sadelmakarlängorna i Österbybruk och galleriet.

Dagen avslutades med mycket god mat på Gimo Herrgård.

Säkert något trötta men nöjda resenärer kom tillbaka till Västerhaninge precis inom vår tidsmarginal.

Nya prisvärda och intressanta dagsresor planeras under 2020.

Vid tangentbordet

Anders Öhlander



Dagsresa till Bror Hjorts hem och museum.
Foto Anders Öhlander

Viktiga telefonnummer

1177	Vårdguiden
112	Det numret ringer du i nödsituationer när det handlar om att rädda liv
11 313	Här får du information om större händelser eller stor trafikolycka och hur du skall agera.
11 414	Polisens rikstäckande nummer, där du gör en anmälan och kan lämna tips eller söka någon inom polisen.
606 76 00	Direktnummer till kommunens äldrelots som arbetar med hot och våld i nära relationer. Ewa Ahlström tel. 08 606 74 95.

Bredgårdsmannen

Bredgårdsmannen hittades 1994 på Bredgården, en gård vid sjön Åsunden i det lilla samhället Marbäck.

Grävmaskinisten Per-Åke Jansson skulle gräva upp ett viltvatten i kanten av en åker nära sjön. Grävmaskinisten var uppmärksam när han fick upp något konstigt i skopan. Det var en döds-skalle.

Han ringde polisen som tillkallade chefen för Ulricehamns museum som i sin tur tillkallade länsantikvarien.

Först spekulerade experterna om det kunde vara en soldat från Sten Stures tid. Men de förstod snart att skallen var mycket äldre än så. Vid fortsatta grävningar hittades lårbens-, underkäken en överarm ett nyckelben och några andra benbitar.

När benen daterades med kol-14-metoden stod det klart att Bredgårdsmannen levde för nästan 10 000 år sedan.

Kemiska analyser visade att Bredgårdsmannen var en inlandsbo. Han åt kött från skogen och säkert också insjöfisk,

Troligen levde han med en liten grupp på något tiotal personer Någon eller några gånger om året träffade han och hans grupp liknande små grupper vid stora samlingar

Bredgårdsmannen var ungefär 50 år när han dog. Han var runt 175 cm lång och hans kvarlämnade kroppsdelar vittnar om ett fysiskt mycket krävande liv. Muskelfästena på skelettet visar att lår- och armmuskler var utomordentligt kraftiga.

För 10 000 år sedan var den plats där Bredgårdsmannen hittades en sjö. Han kan ha gått ut på isen på vintern och gått igenom isen och inte kunnat ta sig upp utan drunknat och blivit liggande på den dyiga botten.

Arkeologer tror snarare att den grunda viken var någon form av gravplats. Flera fynd från Skandinavien's jägarstenålder stödet uppfattningen att en sjöbotten kunde vara en gravplats. Ett sådant fynd finns i Motala.

Jag tänker berätta mer om fynden vid Motala i nästa nummer av Runskriften

Eyvind Näslund

Fakta till dessa artiklar är hämtade ur Karin Bojs och Peter Sjölungs bok, svenskarna och deras fäder.



Tidplan för utgivning Runskriften 2020

	Inlämning av material till redaktionsrådet senast	Distribution av tidningen, vecka
Nr 1 Runskriften	13 december 2019	3
Nr 2 Runskriften	9 mars	13
Nr 3 Runskriften	10 augusti	35
Nr 4 Runskriften	6 november	48

Program daglediga i Lidakyrkan

Våren 2020

Onsdagen den 19/2 "Livet värt att dela" Livsberättargrupper för ökad livskvalitet
Marie-Louise Söderberg, verksamhetsutvecklare, Stockholms Stadsmission

Onsdagen den 4/3 "Ingen el och inget vatten. Är du förberedd om krisen kommer?"
Mikael Olergård, instruktör Civilförsvarsförbundet

Onsdagen den 18/3 "Brott och straff på Södertörn" - en historisk resa
Maria Landin, antikvarie och författare

Onsdagen den 1/4 "Landets fordonsflotta fossilfri 2030. Är detta möjligt?"
Robert Collin, motorjournalist på Aftonbladet, krönikör

Onsdagen den 15/4 "En arkitekthistorikers vilja att värna om det gamla men också inspireras av det moderna"
Martin Rörby, Arkitekthistoriker, TV program profil, författare

Onsdagen den 29/4 Under planering

Onsdagen den 13/5 Under planering

Onsdagen den 27/5 Sommaravslutning. Under planering

Vi startarklockan 13.00 med vårt program och gäst. Ca klockan 14.00 serveras "smörgåsfika" i cafeterian. Vi tar en "entréavgift" på 50 kronor per person som betalas innan programmet börjar. I det priset ingår också "fiket" efter programmet.

Var och en avgör ju själv om man vill fika eller inte men självklart hoppas vi att alla stannar kvar till gemenskap och samtal.

Villa Runstenen

Uthyrning

I trevlig trettiotalsmiljö kan du hyra vår villa när du vill ha fest lördagar eller söndagar.

Köksutrustning, glas och porslin finns. Pris; 500 kr per gång.

Funktionärer i föreningen kan hyra villan för eget bruk (ej för make/ maka eller sambo) utan kostnad en gång per år.

Thomas Hansell är ansvarig för uthyrning av villan och ska kontaktas för bokning om du vill hyra villan.

Telefon: 0704 568606 eller mail thomas.hansell@bredband.net

Ny trädgårdsmästare Villan

Efter många års fantastiska insatser i trädgården vid Villan har Gunnar Ebers meddelat att han på grund av hälsoskäl måste lämna arbetsuppgiften. Han hade tänkt att göra det i samband med årsmötet 2020 men väljer att göra det redan nu.

Vi gläds över alla år som Gunnar vårdat och utvecklat vår trädgård.

Men också tacksamma för att Bert Gyll tar över uppgiften. Bert har stor erfarenhet av trädgårdsskötsel då han arbetat tidigare inom Hanninge kommuns parkförvaltning.

Förhoppningsvis finns det några medlemmar som gärna skulle vilja jobba i ett team under Berts ledning!!!

Tack Gunnar och välkommen Bert!

Styrelsen



Styrelsen i SPF Seniorerna Runstenen 2019

SPF Seniorerna Runstenen Västerhaninge, expedition:

Adress: SPF Runstenen, Stationsvägen 30, 137 38 Västerhaninge.

Telefon 070 872 05 08 • E-post : spfrunstenen@telia.com

hemsida: www.spfseniorerna.se/runstenen

SPF Runstenen, föreningsnummer 010-879, org.nr 812401 - 0987

Plus Giro 13 62 10 - 2

Margareta Sutton, Ordförande

E-post: m.sutton27@hotmail.com

Tel 070-937 30 50

Anders Öhlander, Vice ordförande

E-post: anders.ohlander@outlook.com

Tel 070-696 05 28

Thomas Hansell, Medlemssekreterare /Villaansvarig

E-post: thomas.hansell@bredband.net

Tel 070-456 86 06

Mona Rigamonti, Kassör

E-post: mona.rigamonti@ownit.nu

Tel 500 265 12

Ilona Björk Bovin, Sekreterare

E-post; ilona.bovin@telia.com

Tel 070-561 80 40

Ledamöter

Monika Ekström

E-post: yggan65@gmail.com

Tel 08-500 11 73/072-399 01 31

Jan Reimann

E-post: jan.reimann@glocalnet.net

Tel 073-514 84 66

Lena Vilmar

E-post: lena.vilmar@hotmail.com

Tel 0708-789 970

Telefonnummer till föreningen

Vi har numera telefonnummer **070-872 05 08**.

Vi svarar säkrast på måndagar mellan kl. 13-15 eller torsdagar mellan 11-14.

Om du vill ha ett snabbt svar är det bättre att skicka ett mail under adress spfrunstenen@telia.com

Svar lämnas i regel samma dag. Om du inte har tillgång till mail så ring någon av styrelsens ledamöter, deras telefonnummer finner du ovan.

NYHET!

OPTIVITAL

Optivital innehåller en vetenskaplig sammansättning av antioxidanter enligt världens största studie på åldersförändringar i gula fläcken.



Optivital kan därför rekommenderas.

/Professor em Peep Algvere, fd överläkare, S:t Eriks ögonsjukhus

När man blir äldre, eller vid trötthet, stress etc. så kan man behöva ett tillskott av nödvändiga vitaminer och mineraler. Med åldern så kan även ögat behöva tillskott av näringsämnen som är viktiga för ögats funktion.

Optivital är ett svenskt kosttillskott med specifika antioxidanter (vitaminer) och mineraler i rätt dosering för att bibehålla normal synförmåga. Innehållet i Optivital bygger på världens största ögonstudier på åldrande ögon, Age-Relating Eye Disease Study (AREDS) där 8 000 patienter följdes under 10 år. Det är en säkerhet för dig som användare av Optivital att veta att Optivital följer en vetenskaplig studie till punkt och pricka och inte saknar eller har annan mängd av något ämne eller att det finns extra tillsatta ämnen som inte ingick i studien.



Välkommen in till oss!

**RABATTCHECK
SYNUNDERSÖKNING**

Undersökningen avser glasögon ej linsundersökning.

50%

Ord.
pris
390:-



Västerhaninge

Fd. Svedlunds Optik

Västerhaninge Centrum Tel: 08-500 103 26

Runskriften nr 1, 2020 utkommer vecka 3.

Deadline för bidrag till Runskriften är **senast 13 december 2019** på mejladress anders.ohlander@outlook.com och jan.reimann@globalnet.net