

Engelbrektsbladet



Nr 136 mars 2025 Årg. 35

Grundad 1981

Skilda världar

Är det bara jag som inte får världen att gå ihop längre. Den stora världen skälver. Stora små män håller på att få den att kantra. Inte i min livligaste fantasi kunde jag föreställa mig att den återvalde presidenten Donald Trump med sin penna som slägga raserar det mesta av struktur i sitt hemland, nu även i Europa. Att Rysslands Putin har storhetsvansinne visste vi redan tidigare. Att de två supermännen i väst och öst spelar med resten av världen som om det vore ett monopolspel. Visst är det skrämmande. Jag kan inte påminna mig att jag upplevt något liknande i mitt långa liv.

Det har funnits kriser förr som Kubakrisen, 6-dagars-kriget i Israel för att inte tala om Vietnamkriget. Kanske var jag för upptagen av jobb och familjeliv för att riktigt ta till mig farorna de förde med sig, men inte upplevde jag dem så skrämmande som världens tillstånd idag. Kanske är det Sofi Oksanens skildringar från sovjettiden i Estland som bidrar.

Även vår moder Jord reagerar som med de fasansfulla bränderna i Los Angeles och fågeldöd i tusental i vårt eget land för att bara nämna något.

Hur hanterar jag den här situationen? Hur hanterar ni situationen?

Själv har jag förmånen att ha fått samla in berättelser från några av våra medlemmar. De har alla tagit chansen att se världen, få erfarenheter som präglat deras liv.

Håkan har verkat i olika bistandsprojekt. Ingrid, Hanno och Jan var unga när de gav sig iväg och världen låg för deras fötter och vittnade om optimism och obegränsade möjligheter.

Så kan man knappast säga att det är idag. Osäkerheten tär. Då känns det faktiskt fantastiskt att ha lärt känna så många och fått kära vänner genom vår förening. Och vi som är äldre kan blicka tillbaka på våra liv och konstatera att vi haft lyckan att ha levt i den bästa av världar med framtidstro och vidöppna gränser.

Den stora världen skälver och vi lever på med våra minnen i den lilla. Det bara är så.

Agneta Liljedahl
Redaktör



Hoppfullt!!
Foto Agneta Liljedahl.

AKTUELLT

April		
2 onsdag	10.30	Vandring
16 onsdag	10.00	Vandring
24 torsdag	14.00	Studiebesök
29 tisdag	14.00	Månadsmöte

Maj		
14 onsdag	10.00	Vandring
15 torsdag	14.00	Studiebesök
27 tisdag	14.00	Månadsmöte
28 onsdag	10.30	Vandring

*Läs mer på Hemsidan,
spfseniorerna.se/engelbrektstockholm*

TEMA UTOMLANDS

I detta nummer kan du läsa de intressanta berättelserna om hur det är att, på olika sätt, ha bott och arbetat utomlands. Det är bara att hoppas att våra barnbarn får samma chans.

FÖRSMÅK

Träffpunkt Hedvig Eleonora sommarcafé
Varje onsdag kl. 14.30 under perioden
4 juni – 20 augusti träffas vi vid fint väder
under de vackra träden vid Hedvig Eleonora
kyrka för fika och trevlig samvaro. Frågor?
Christina Johannisson, 073-388 81 94.

SPF-APPEN

För lättillgänglig information om allt som händer i föreningen och förbundet, ladda ner SPF-appen i Appstore eller Google play. För instruktion gå in på Hemsidan.

SOM VANLIGT

Glöm inte att anmäla dig senast måndag
förmiddag före tisdagarnas månadsmöten.
Ring eller mejla till Charlotte Chatillon-
Winbergh, tfn 070 660 52 29/
charlotte@ch-w.se eller Gerd Dahlberg,
tfn 070-631 15 28/
dahlberg.gerd@gmail.com

BETALNING

Betr. månadsmöten och studiebesök: *Betala
helst i förväg till bankgiro 268-6244 eller
swish 123 508 40 09. Ange namn, aktivitet
och datum!*

Redaktör:
Agneta Liljedahl, tel. 070-797 1234
a.liljedahl@icloud.com

Ansvarig utgivare:
Gertrud Östlinder
Lill-Jans Plan 3, 114 25 Stockholm

Redaktionskommitté:
Vera Sundberg
Ingrid Westin

Engelbrekts hemsida: spfseniorerna.se/engelbrektstockholm

Tryck: AB Stjärntryck, Stockholm

INNEHÅLL

På gång	2
Utomlands.....	3-6
Konsumentnytt	7
Förtroendevalda 2025.....	8

På gång

Årets årsmöte var välbesökt med drygt 50-talet medlemmar. Föreningens hedersordförande Kerstin Tidblad Särner ledde rutinerat tillsammans med vår ordförande Gerthrud Östlinder mötet som avlöpte smidigt. Efter förhandlingarna höll Åke Fagrell ett långt och uppskattat föredrag om Titanics förlisning.

Den osänkbara legenden

Åke Fagrell som hela sitt liv intresserat sig för fartyget Titanic, människorna ombord, katastrofen och myterna, berättade intressant och sakkunnigt för alla som kommit till vårt välbesökta årsmöte. Han har uppsökt överlevande, fotograferat minnen och brev t.o.m. en upphittad knapp finns i hans samlingar. Hade Titanic inte förlist hade ingen idag kommit ihåg detta fartyg. Det byggdes i Belfast som systerfartyg till Olympia som senare användes till transportfartyg under första världskriget och skrotades först 1937.

Titanic utrustades med all möjlig lyx. Alla på Titanic hade egen sovhytt, t.o.m. i tredje klass. Det fanns bastu, gym, mörkrum, frisör och egen tidning. Fyra rikliga måltider/dag serverades även i tredje klass.

Antalet räddningsbåtar var enligt 1894 års bestämmelser beräknat på fartygets storlek, inte antalet passagerare. Dessa var inte listade på grund av ombokningar, avhopp och att förmögna passagerare kunde ha tjänstefolk med. Således fattades det ett stort antal räddningbåtar för de c:a 2500 passagerarna. Radar fanns inte då, men radiokommunikation.

Titanic var redan vid start förseklad på grund förändringar i fartyget, strejker, ombokningar mm. När man väl kom iväg höll man god fart utan att hastigheten blev obehaglig. Kapten Smith hade fått isbergsvarningar. Trots det hade manskapet i fören inga kikare. När väl isberget blev synligt var det för sent att väja och katastrofen ett faktum. Vid den

förvirring som uppstod, då en del trodde att det var falskt alarm och en del rusade tillbaka för att hämta kläder och flytvästar, sjösattes flera livbåtar halvfulla. Enligt order skulle barn och kvinnor ombord i livbåtarna från babordssidan, männen från styrbord.

Överlevare var en blandad skara, mest kvinnor och barn (det yngsta bara några månader) som efter fyra timmar togs ombord på Carpathias som var det första fartyget att nå Titanic, som redan efter två timmar och 40 minuter sjunkit till botten. För 2/3 blev den dagen deras sista. Mycket snart efter katastrofen började mytbildningen om vad som faktiskt utspelat sig. Bl.a. om psalmen Närmare Gud till dig. En yngre generation har endast sett den romantiska fimen från 1997 och känner inte till den sanna historien om Titanic. Mycket finns att läsa på nätet.

Vera Sundberg



Åke Fagrell "in full action".
Foto Vera Sundberg.

Nytt från Pensionärsrådet

Saxat ur protokoll från den 10 februari 2025.

- Rådet framför att valet av gemensamt förvaltningskontor på Sveaplan är det dåligt alternativ ur

tillgänglighetsperspektiv. Förvaltningen bör se över fler alternativ.

- Det är brist på föreningslokaler och hyrorna är för höga. Någon ökning av föreningarnas föreningsstöd från stadsdelsnämnden för att täcka de ökade hyreskostnaderna har inte skett. Nämnden är medveten kring problematiken med föreningslokaler och dess höga hyror. Rådet framför att en bra lösning på problemet med lokalbrist vore att använda lokalen i Fältöversten som föreningsrådet tidigare ansvarade för, men nu står tom.
- Det borde finnas kök och tillagningskök på vård- och omsorgsboendena. Måltider och möjligheten att delta i matlagning/bakning är viktigt för att höja livsglädjen för äldre.
- I underlaget för budgetarbetet för 2026 framgår att ett viktigt fokusområde är förvaltningens arbete utifrån lagkrav om skyddad yrkestitel för undersköterska samt fortsätta arbetet för att vara en attraktiv arbetsgivare inom äldreomsorgen som står inför många pensionsavgångar samtidigt som andelen äldre ökar.
- En motion har inlämnats om införandet av anhörigluncher. Rådet ställer sig bakom förslaget om luncher till självkostnadspris på stadens vård- och omsorgsboenden och framför att anhöriga inte ska behöva äta medhavd mat på personens rum eller ta med personen till en restaurang för att träffas över en måltid.

Utomlands

Ett samtal med Håkan Tegenrot, agronom till yrket, om hur det är att vara redaktör för Engelsebredsbladet, gav idén till detta nummers tema. Han berättade om sina utlandsjobb med att nyttja statistik för att modernisera jordbruk. Flera måste finnas med andra erfarenheter.

Det har varit otroligt spännande att få vidga sina vyer genom de olika utlandsuppdrag jag periodvis haft under de senaste tio åren. Från uppdrag att utveckla produktionen av statistik i en tidigare sovjetrepublik, till hantering av hierarkier i ett före detta brittiskt kolonialland.

För att sätta in det i sitt sammanhang, så avslutade jag min yrkesbana som agronom med jobb på Statistiska centralbyrån (SCB), som projektledare inom lantbruksstatistik. Detta jobb förde mig vidare till olika internationella uppdrag som projektledare inom statistik, fortsatt anställd av SCB.

Lantbruksstatistik har varit centralt i Sverige sedan slutet av 1700-talet, då årsskördarna i landet började sammanställas. Statistiken inom SCB:s ansvarsområde har allt sedan dess utvecklats till att omfatta många viktiga samhällssektorer. Med sådan mångårig erfarenhet samlad i myndigheten, finns också kompetens att dela med sig av sin kunskap och bidra till utveckling av statistikproduktionen i andra länder.

Detta har SCB medverkat till i olika länder sedan mer än 40 år, med stöd från SIDA. Själv har jag haft förmånen att jobba i några sådana biståndsprojekt. Dels två år i Moldavien, två år i Bangladesh och sedan drygt ett år även på Balkan. Sammantaget har SCB i dagsläget omkring tio sådana internationella projekt, där fokus ligger på att stödja länder på Balkan, samt ett flertal länder genom olika projekt även i Afrika.

Känslan att kunna stödja en förändring till mer europeisk standard i statistikproduktionen i den tidigare sovjetrepubliken Moldavien

var mycket givande. Allmänt ansåg många i Moldavien att statistikinsamling tidigare var en kontrollfunktion från överheten, vilket det historiskt sett säkert också var. Att bidra till att omforma det nationella statistikkontoret till en oberoende myndighet, var därmed en viktig uppgift. Vid all produktion av statistik är det centralt att den enskildes uppgifter inte kan röjas.

Hierarkiska strukturer är något som till stor del lever kvar sedan kolonialtiden i Bangladesh. Korruption och inte minst nepotism är också allmänna problem. Det pågår dock en förändring i landet, med den yngre generationens påverkan. Under vår tvååriga projekttid, som till stor del pågick under pandemin, var projektets möjlighet till utveckling av statistikproduktionen mycket begränsad. Landet har 170 miljoner invånare, på en yta som en tredjedel av Sverige. Bara i huvudstaden Dhaka bor om-

kring 17 miljoner. Arbetsrutinerna vid statistikkontoret, med 4000 anställda, var mycket tungrodda och därmed också svåra att utveckla.

Även om de länder jag jobbat i har begränsade resurser och folket är bland de fattigaste i respektive världsdelen, så är folk väldigt vänliga och positiva. Man blir väl bemött, med stor nyfikenhet och det är inte utan viss saknad av respektive land, som man vänder hemåt. Noteras kan emellertid att exempelvis luftföroreningarna i Dhaka är ett stort problem och inte något man saknar. På den positiva sidan är mötet med matkulturen, särskilt då i Moldavien och på Balkan. Naturupplevelserna är också fantastiska. Från Moldavien fick vi även med oss den goda vinkulturen, något att rekommendera för de som ännu inte provat moldaviskt vin.

Håkan Tegenrot



Håkan i Sonargaon, en medeltida handelsstad i det tidigare Bengalen, idag i Bangladesh. Foto privat.

Utomlands

Det visade sig att "flera" med ulandserfarenheter fanns så nära som i vår förenings styrelse. Ingrid Westin, som är sekreterare, berättar här om hur hon som ung kände att hon måste komma ut i världen för att vidga sina vyer och vad då var mer självklart än att bli flygvärdinna.

Mina år utomlands vill jag absolut inte ha gått miste om. De har präglat både mitt liv, min person och min familj.

Jag bestämde mig tidigt för att jag ville ut i världen. Ungdomar idag ger sig ut och flygluffar och vad gjorde man då på 60-talet? Jo, jag blev flygvärdinna på PAN AM. Med ett "grönt kort" (permanent uppehållstillstånd) och mina röntgenbilder i handbagaget landade jag i december 1966 på JFK flygplats i New York. Röntgenbilder på lungorna var obligatoriska när man emigrerade till USA för att visa upp för inresemyndigheterna. Resan gick vidare till det soliga Miami där vi fick vår utbildning. Tonvikten i utbildningen var naturligtvis säkerhet vid sjukdom och katastrofincidenter. Att preparera och servera mat på 10 000 m höjd ingick, samt hur vi skulle uppträda, klä oss och använda makeup. PAN AM anställde gärna skandinaviska flickor då de dels var språkkunniga, välutbildade och serviceinriktade. Detta var flygets guldålder med ka-

viar och champagne i första klass och alltid en varm måltid i ekonomiklass. Dessutom hade man inte klämt in lika många stolar i ekonomiklass som på dagens flygplan. På den tiden fanns inga privatplan och därför hade vi alltid många av dåtidens celebriteter ombord. Alla flög PAN AM.

PAN AM representerade även USA i officiella sammanhang. Vi flög politiska digniteter, statstjänstemän och vi hade även militäruppdrag. Till vissa destinationer levererade vi dagens post. Att ha Charles Lindberg ombord blev vardag och även ett stort antal andra av dåtidens "kändisar". Detta var innan jumbojeten och kontakten till passagerarna var mer personlig. Dåtidens passagerare var alltid upplädda, artiga och respektfulla.

Jag ville se världen och jag visste att jag ville gå vidare med mitt liv efter mina år som flygvärdinna. Min första bas med PAN AM blev Miami där jag flög Sydamerika, Mellan-Amerika och Västindien. Vi hade genomgående längre uppehåll på desti-

nationerna än vad man har idag. Vid min första flygning till Rio de Janeiro fick jag en vecka i staden. Efter att jag sett vad jag kunde på de destinationer vi hade från Miami flyttade jag till Los Angeles och flög till Hawaii, Tahiti, Guam, Tokyo och London. Därefter gick flytten till New York med destinationer i Europa, Afrika, Mellan-Östern, Asien till och med Hong Kong. Vi hade alltid tillräckligt med tid för att se oss om, göra utflykter, besöka museer, etc. Vinterkläderna sydde vi i Hong Kong och sommarkläderna i Bangkok. Vi flög till exempel soldater in till Saigon under Vietnamkriget och flyktingar från Östeuropa som flytt över gränserna till Västeuropa och som fått inresevisum i Kanada eller USA.

Under min tid i New York gifte jag mig och slutade när jag väntande mitt första barn. På den tiden fick man inte flyga om man hade barn. Dessutom hade Boeing 747, Jumbojet, tagit över och den var inte lika rolig att arbeta i.

Den här tiden var nog den mest spännande och lärorika perioden i mitt liv. Allt fantastiskt som vi fick uppleva både roliga och ibland smärtsamma minnen har för evigt präglat mig och mina kollegor. Under 1980-talet gick PAN AM svåra år tillmötes i och med oljekrisen, olyckan i Lockerbie/Skottland och 4 december 1991 gick detta, en gång världens mest kända flygbolag, i konkurs. Under min tid hade flygvärdinnorna vita handskar, idag har de gummihandskar.

Mina utlandsår tog inte slut i och med att jag slutade flyga. Jag tillbringade ytterligare år utomlands. Men, det är en annan historia.



Ingrid uppflugen mellan två kolleger i en av PAN AMs flygplansmotorer. Foto privat.

Ingrid Westin

Utomlands

Hanno Essén, föreningens ekonomiansvarige, fick redan som ung doktorand vid Stockholms universitet inom ämnet teoretisk kemi, tack vare sin handledare, möjlighet att forska utomlands. Universitet i Leningrad var första lärosäte, följt av Paris, Oxford och två år vid McMaster University i Hamilton, Ontario i Kanada.

Efter studier i matematik och fysik mm. vid Stockholms universitet blev jag antagen som doktorand i teoretisk fysik. Man kunde välja mellan två inriktningar: fält- och partikelfysik eller atom- och molekylfysik. Det första av dessa var det mest populära så av flera skäl valde jag molekylerna; ett område som ibland kallades teoretisk kemi. Professorn som blev min handledare hette Inga Fischer-Hjalmars. Hon hade en bakgrund som farmaceut och hade varit med och utvecklat och upptäckt det fortfarande viktiga lokalbedövningsmedlet Xylolain. Hon hade kommit att vilja förstå atomer och molekyler mera på djupet genom kvantmekanik, vilket lett till professuren i teoretisk fysik. Hon var en energisk och bred forskare med mycket internationella kontakter och det lockade mig.

Redan under doktorandtiden skickade hon mig till Leningrad, som staden hette då. Där vistades jag en månad i en forskargrupp vid universitetet. Jag kom aldrig riktigt in i deras forskning så det blev inga gemensamma arbeten men de var mycket gästfria och vänliga. Någon ryska kunde jag inte men jag kunde läsa kyrilliska bokstäver vilket underlättar en hel del när man åker tunnelbana och läser gatuskyltar.

Sedan var jag några veckor i Paris där jag lyckades få ett rum i svenska studenthemmet i Cité Universitaire. I parisisk sommarheta åkte jag dagligen pendeltåget till Orsay där den institution låg som jag jobbade på. Jag kom att göra datorkörningar i ett projekt med en israel och en dansk. Detta inträffade ca 1980 och datorer var ännu ganska primitiva,

men institutionen var delvis finansierad av IBM så det bästa som fanns var tillgängligt. Inmatning skedde med hålkort på den tiden. Det blev en fin artikel av arbetet som kom att ingå i min avhandling. Min franska var inte något vidare men med ett litet lexikon kunde jag hanka mig fram. Det sociala livet i Maison des étudiants suédois var mycket trevligt; vinet flödade, särskilt en billig sort som hette Velour de L'estomac.

När min doktorsexamen var klar och pengarna slut var jag lite orolig för framtiden. Professor Inga fixade dock snart ett stipendium från The Royal Society of London och en, så kallad postdoc hos en Mark Child i Oxford. Först skulle man fixa bostad. Jag blev inneboende hos en tjeck som hade en stor lägenhet. Till arbetsplatsen cyklade jag. Projektet som professor Child gav mig var ett lite tråkigt programmeringsprojekt. I gengäld kunde jag njuta av sago-staden Oxford och hänga i bokhandeln Blackwells. Under min tid där kom Hofstadters bok Gödel, Escher, Bach som blev mycket omtalad i de intellektuella kretsarna.

När projektet blev klart och jag återvände till Stockholm hade jag redan fått en inbjudan av en professor Richard Bader från McMaster University i Hamilton, Ontario som jag träffat i Oxford.

Efter några månader på Fysikum i Stockholm flög jag således till Toronto i Kanada. En postdoc tjänst vara-

de i två år, om man inte kom för mycket på kant med bossen. Staden Hamilton ligger vid Ontariosjöns västligaste hörn, ganska nära Toronto och Niagara falls. Staden är en stål- och hamnstad men universitetet McMaster har ett trevligt campus i gröna omgivningar. Det var spännande att forska där. Miljön var internationell och man hade ett skrivbord i ett litet kontorslandskap tillsammans med tyskar, engelsmän, israeler, kineser, vietnameser och kanadensare. Bostad var inga problem. Det fanns hus med skyltar om bostäder att hyra. Gruppen kring Bader var ganska social och gemensam lunch på fredagar var en gammal tradition. Annars är man ju lite ensam så långt hemifrån. Medan jag var där fick jag ett brev från farmor som hade avlidit medan det var på väg. Det var dock för stor apparat att åka till begravningen. De två åren vid McMaster gick fort och var ganska produktiva. Landet Kanada är ju lite mitt emellan Europa och USA. Gratis sjukvård var en självklarhet.

Hanno Essén



Hanno bakom professor Bader, omgiven av en internationell grupp kolleger. Foto privat.

Utomlands

Jan Axelsson, ledamot i styrelsen, fick, efter civilekonomexamen, chansen att arbeta utomlands från början tack vare ett internationellt utbytesprogram. Det blev början till fortsatta uppdrag, både i Sydamerika och Sydostasien, som gett honom erfarenheter som han inte vill vara utan.

Att arbeta utomlands några år är någont Jan rekommenderar alla som får en chans. Det fick han. Efter civilekonomexamen på Handelshögskolan i Göteborg 1973 gick färden genom utbytesprogrammet AIESEC, ett internationellt utbytesprogram för ungt ledarskap, till Sao Paulo i Brasilien och tyska dotterbolaget Bayer do Brasil SA med placering på ekonomiavdelningen.

Ett år hos Bayer gav mersmak och Svenska Handelskammaren, i samarbete med Sveriges Exportråd, blev nästa stopp. I tre år till blev han kvar i staden med 12 miljoner invånare och då ansedd som Sveriges tredje största industristad. Arbetsuppgifter på Handelskammaren var framförallt marknadsundersökningar, hitta brasilianska agenter till svenska bolag samt aktiviteter för de svenska och brasilianska medlemsföretagen.

Sao Paolo var på tidigt 70-tal naturligtvis en helt ny värld och myck-

et långt borta – mycket längre bort än idag. Jan aklimatiserade sig snabbt, lärde sig landets språk, portugisiska, och förutom en massa arbete förstås, lyckades han också hinna med tre karnevaler i Rio de Janeiro, ta emot Prins Bertil i spetsen för en svensk industridelegation och se en svensk isprinsessa åka skridskor i +35 C värme i tropiska Recife på en av AGA do Brasil provisoriskt anordnad isbana.

Hemma igen började hans tid på Götabanken. Med hans erfarenheter från Sydamerika blev han utsedd att representera banken, nu i Sydostasien, med placering i Singapore. År 1980 och 30 år gammal flög han dit och blev kvar i fem år. Singapore, vid ankomsten, beskriver han som ett återvändande till 1960-talet. Men allt där, till skillnad från Stockholm och Sverige, gick i rekordfart och snart var Singapore staden som ledde utvecklingen. Att

ha varit med i Singapores ”stora språng framåt” när allt växades upp tycker han var en omvälvande upplevelse. Arbetet var oftast att bistå svenska företagskunder i Sydostasien men också mycket bank to bank verksamhet i regionen. Livet i Singapore beskriver han som otroligt stimulerande - en i högsta grad kosmopolitisk stad med fyra officiella språk (engelska, mandarin, malajiska och tamil (indiskt språk) – ”an air-conditioned VIP-lounge in a botanical garden” – men det var tyvärr för sent att stöta på Sveriges konsul, kapten Fredrik Adelborg i vimlet.

Efter fyra år i Sydamerika och fem i Sydostasien blev det dags att åter närmare bekanta sig med det gamla hemlandet och dess vardagsrutiner där fortsatt tjänstgöring dock möjliggjorde resor ut till gamla bekanta miljöer i Asien och Latinamerika.

Han slutar med att säga att man skall komma ihåg att arbeta och leva utomlands på 70- och 80-talen var i en tidsålder mycket annorlunda jämfört med idag. Man åkte iväg långt bort och kontakten med dem där hemma var enstaka resor, brev, möjligtvis ett dyrt telefonsamtal då och då. I arbetet kommunicerade man med hemmakontoret via teleprint, så småningom med fax. Var man borta så var man, inte att jämföra med idag då alla från barnsben kan vara uppkopplade med hela världen.



Rio de Janeiro, karnevalernas stad. Fritt foto.

Agneta Liljedahl

Råd & Rön redovisar hur man ska sortera sina sopor. Risken är väl att ju krångligare det blir, desto mindre benägna blir gemene man att följa råden. Värmeljus nästan en omöjlighet. Ibland kan man undra hur alla dessa välsorterade påsar behandlas när de lämnat hemmet.

ÅTERVINNING (problematiskt)

Kläder och Textilier får inte längre läggas i soporna. Det finns heller ingen uppsamling av oanvändbara textilier vid återvinningsstationerna. Vad jag förstår återstår bara bemannade återvinningscentraler som ofta ligger i förorter. Nu befarar seconhandbutiker att man kommer att lämna även oanvändbara textilier t.o.m. smutsiga trasor till dem. (Hur kan myndigheter bestämma något som inte går att verkställa?)

Böcker och Kuvert får inte läggas i tidningsinsamling. *Pocketböcker* sorteras däremot som tidningar.

Yoghurt- och Juiceförpackningar som består av flera material ska uppdelas.

Värmeljus av aluminium får inte läggas bland andra metallrester utan sorteras för sig sedan vecken tagits bort.

Komposterbart dit hör inte prydnadsväxter (kan vara hormon- och giftbehandlade).

Glas, Plast och Metallburkar och *Metallock* brukar däremot inte vara några problem. *Lampor, Elartiklar, Batterier, Färger, Kemikalier* mm kan man lämna då någon mobil återvinningscentral passerar nära hemmet. Kolla Stockholm Vatten och Avfall på nätet.

VEGANSKT på krogen

Får en vegansk rätt tillagas på samma stekbord som en animalisk frågar sig en vegan. Livsmedelsverket svarar att vegansk mat inte är definierad och att det inte finns några regler i livsmedelslagstiftningen. Men man har rätt att få information av restaurangen, som man ju kan få angående ämnen som kan vålla allergier.

RENGÖRING

Butikerna översvämmas av medel och sprayer som lovar skinande rent. R & R har plockat ut fem kloka val.

Allrengöring: Såklart Universal Spray, *Köksrengöring:* Änglamark Kitchen Spray, *Toalettrensning:* Änglamark WC-Rent, *Fintvättmedel:* Skona Fintvätt, *Maskindiskmedel:* Yes Platinum All in One Tablett.

APOTEKET

Om en läkare skrivit ut 50 tabletter men apoteket bara har förpackningar med 100 så kan kund och farmaceut komma överens om att öppna förpackningen och plocka bort 50 tabletter. Men dessa lösa tabletter utan förpackning får apoteket inte sälja utan kunden måste betala alla tabletterna. Ett alternativ är att apoteket beställer en mindre förpackning eller kontakter läkaren som ändrar antalet i sitt recept.

RIS

Omfattande fusk med ris hos grossister har avslöjats av Livsmedelsverket, tull och polis. Av 600 ton kontrollerat ris var nästan allt märkt med finare kvalitet än det var och dessutom fann man skadeangrepp och manipulerade datum. Flest brister var det i pakistanskt och indiskt ris. På tal om ris har R & R testat flera olika märken av risgrynsgrot som man ju faktiskt kan äta även efter jul. Felix var i särklass den bästa, ICAs den sämsta.

KAFFEBRYGGARE med TERMOSKANNA, ENERGIDRYCKER

Vill du brygga kaffe som håller sig varmt i timmar kan du satsa på en bryggare med termos eller hälla över kaffet i en termos. Bryggare med ter-

mos finns i många prisklasser. Bäst i test och prisvärdast var Philips HD 7544 / 20 för c:a 880 kr. Läs mer om du vill veta mer om kannornas prestanda i R & R nr 1 2025.

Ett annat sätt att få i sig koffein (mycket ibland) är energidrycker som är populära främst bland yngre personer men som det visat sig även i åldersgruppen 60-69 år. R & R har undersökt innehållet i 25 olika burkar och funnit förutom koffein, socker eller sötningsmedel. Tillsatta vitaminer och aminosyror och andra tillsatser är tveksamt om de gör någon nytta. Den stora mängden koffein kan störa sömnen. Man överväger att ha åldersgränser för inköp. Det är skillnad på vad en spenslig 11-åring, en 14-åring och en fullvuxen blir påverkad av.

SKAMLISTAN 2024

På skamlistan hamnar de företag som fått flest anmälningar mot sig hos konsumentverket. Har du haft trubbel med By Me'tis, Dinbilgaranti, Bedomhålsa.com, Tele2, Telia, Klarna, Telenor, Nordic Best Energi eller Synsam är du inte ensam. Läs mer i nr 10 2024.

BLUFF SMS

R & R uppmärksammar olika sätt som du kan bli lurad på. Får du ett SMS som du inte förväntat dig, kanske samma flera gånger, ska du inte svara eller klicka på bifogade länkar. Man kan anmäla misstänkta bluff SMS enligt R & R genom att vidarebefordra dem till 7726.

(Kan det verkligen vara så enkelt?)

I nr 10 2024 finns test på ångstrykjärn och laddbara AA-batterier och i nr 1 ångsteamers och luftfritöser.

Vera Sundberg
Konsumentombud

Styrelse och förtroendevalda 2025

Ordförande

Gerthrud Östlinder
070-360 74 70
gerthrud.ostlinder@gmail.com

Vice ordförande, reseombud

Germund Olinder
070-866 56 25
germund.maud@gmail.com

Sekreterare

Ingrid Westin
070-492 84 66
westin.ingrid@gmail.com

Ekonomiansvarig

Hanno Essén
070-677 49 12
hanno.essen@gmail.com

Medlemssekreterare, webbmater,

arkivarie, digitaliseringsombud
Carl Gustaf Hamilton
070-924 23 20
carlgustaf.hamilton@gmail.com

Redaktör för Engelbrektsbladet

Agneta Liljedahl
070-797 12 34
a.liljedahl@icloud.com

Konsumentombud

Vera Sundberg
070-368 91 28
vera.e.sundberg@gmail.com

Sammanställande programgruppen

Charlotte Chatillon-Winbergh
070-660 52 29
charlotte@ch-w.se

Ledamot

Jan Axelsson
070-992 26 29
axfine@gmail.com

Övriga uppdrag

Revisorer
Elisabeth Lewin
Anders Löfström
Aina Isberg

Valberedning

Kerstin Tideblad Särner
Gizella Johnsson
Gerd Dahlberg

Programgruppen

Charlotte Chatillon-Winbergh
Gerd Dahlberg
Gun Ahldén

Redaktionskommitté

Agneta Liljedahl
Vera Sundberg
Ingrid Westin

Vandringsledare

Siv Svenzén
Charlotte Chatillon-Winbergh
Siv Bergström
Marie Benson

Bouleansvarig

Vivi-Anne Kickan Ericsson

Bridgeansvarig

Bertil Dahlberg

Månadsmöten

Charlotte Chatillon-Winbergh
Gerd Dahlberg
Gun Ahldén
Louise Hamilton
Carl Gustaf Hamilton
Chris Welin

Lotteriansvarig

Aina Isberg

Medlemsregister

Gizella Johnsson
Marianne Danils Helge

Stadsdelsnämndens Pensionärsråd

Christina Bergström

HANDELSHUSET.se



20cm stekpanna i gjutjärn **349:-**

24cm stekpanna i gjutjärn **399:-**

28cm stekpanna i gjutjärn **499:-**

30cm stekpanna i gjutjärn **525:-**

Butik: Tulegatan 20 i Vasastan

Öppet Mån - Fre 10 - 19.30

Lör 11 - 16