

HÖSTLÖVET



Medlemsblad för SPF Seniorerna Fruängen-Ålvsjö

Nr 333

Mars/April 2021

Årgång 34

Skulpturvandringar i Västertorp

Måndagen 22 mars,
tisdagen den 21 april
och torsdagen 13 maj

Mera information på sidan 8.

#####

Sticklingbytdagar den 4:e och 6:e maj kl. 11.00-15.00

Mera information på sidan 9.

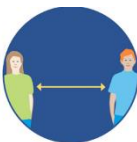


#####



Vecka 20 Folkhälsovecka

Mera information i nästa Höstlov.



**Låter vi sunt förnuft råda, tar eget ansvar, håller avstånd,
använder munskydd i kollektivtrafiken och vaccinerar oss,
så klarar vi det här.**

Medlemsblad för

SPF Seniorerna Fruängen - Älvsjö

Hanna Paulis gata 13
129 52 HÄGERSTEN
(ingång från baksidan)

Org.nr 802014–2702
Bankgiro 106 – 3791
Swish 123 143 6864

E-post: spffruangen@stockholmsdistriktet.se

Webbplats: www.spfseniorena.se/fruangen

Ordförande	Iréne E. Svensson	08-644 19 76
Vice ordf.	Karin Hagy	073-844 99 90
Kassör	Arne Lönnebring	070-592 43 08
Sekreterare	Marita Pettersson	070-633 53 37
Medlemssekreterare	Birgitta Grkovic	070-298 31 21
IT- /webbansvarig	Rigmor Olivegård Landén	070-777 02 36
Styrelseledamot	Christina Björklund	073-905 48 07
Redaktör Höstlövet	Gull-Britt Larsson	08-18 59 51/070-778 59 51
Styrelsesuppleant	Gunvor Gunell	08-88 37 51
Styrelsesuppleant	Göran Björkman	070-766 41 58
Distributionsansvariga	Synnöve och Kalle Ryman	08-97 26 98
Lokalansvarig HPG 13	Synnöve Ryman	08-97 26 98
Valberedning	Torbjörn Sundsgård (sammankallande)	073-587 50 71
	Lis Holgersson	070-480 02 37

Redaktionskommitté:

Arne Lönnebring, Christina Björklund
och Rigmor Olivegård Landén

Bidrag till medlemsbladet skickas till:

Gull-Britt Larsson

Karusellvägen 10

126 31 HÄGERSTEN

e-post: ingul41@telia.com

Buss 907 (Närtrafiken) 

Det börjar röra på sig, men vi tar tacksamt emot flera tips, t.ex. om vad ni tycker den ska ha för körväg. Alla synpunkter som inkommer vidarebefordrar vi till berörd handläggare.

Ordförande har ordet.

Vinter med snö och solsken är en bra kombination, iallafall för oss som är någorlunda krya i benen och vågar och orkar gå ut. Snöblask och halka är mer vanligt men inte lika kul att promenera i. Nu är vi förhoppningsvis på väg mot vår och dessutom ska väl snart våra vaccinationer komma igång. De äldsta av oss först och sedan i en nedåtgående trappa. De som bor på våra äldreboenden är redan klara och även de som har hemtjänst ska vara i gång. Snart är det även vi andra som står i tur. Jag tror att vi alla är lika intresserade av att allt ska bli lite som vanligt igen. Den här tiden har inneburit en massa tråkiga saker, men också lite glada och roliga saker som t.ex. utegympa och kanske mer promenader än vanligt, lite mer Tv-tittande och för oss som är digitala, mer kunskap om hur datorer och 'ipad' och annat fungerar.

Jag har under senaste året varit med i en arbetsgrupp som tittat över hur mat och motion fungerar för oss lite äldre och det har nu resulterat i att Stockholms stads äldreförvaltning lanserat en e-tjänst och en App. som heter [Hållbar Hälsa](#) och som du kan ladda ner i din telefon. Den visar lite om vad som gäller och vad man kan göra för att må lite bättre. Där finns mycket information samlad under fyra huvudrubriker. Under varje rubrik finns många underrubriker med handfasta råd.

Må bra bl.a. förebygg undernäring, förebygg fallskador.

Goda matvanor bl.a. några recept för frukost, lunch, middag och mellanmål.

Fysisk aktivitet bl.a. balansträning, rörlighet, styrka, kondition.

Gemenskap bl.a. mötesplatser i Stockholm för Seniorer.

Hela innehållet hittar du också på vår egen [hemsida](#).

Vi i föreningen försöker hela tiden hitta saker som vi kan erbjuda dig som medlem och hoppas nu att vi till våren kan träffas även om det bara kan bli utomhus. Byte av blomsticklingar varslade jag om redan i förra numret och nu har vi kommit lite längre i den planeringen. Den kommer att äga rum 4 och 6 maj och det finns mer information längre fram i Höstlövet.

Skulpturvandringar finns också, 3 tillfällen är bokade, även det finns det mer om lite längre fram. Vi hoppas att kunna genomföra vår traditionella silllunch på "Värdshuset" i början av juni. Målargruppen hoppas kunna köra igång i slutet av april. Som du ser lite planer finns och

vi hoppas alla att vi så småningom kan köra igång med våra tisdagsmöten men det blir nog inte förrän till hösten.

Som vanligt, allt det senaste kommer att finnas på vår hemsida, ta för vana att kasta ett öga där med jämna mellanrum och informera kompisarna som inte är datoriserade om vad som finns.

Tills vidare: Håll avstånd, tvätta händerna och försök hålla ut så ses vi snart igen.

Iréne Svensson

Medlemsavgiften 2021

De flesta har nu betalat sin medlemsavgift för året, men några återstår. Du är väl inte en av dem som glömt ...? Avgiften skulle ha varit inne senast den 1 mars. Vi skickar ut en påminnelse till dem som inte betalat, men sedan måste vi tyvärr avregistrera medlemskapet. För den som har en gruppliv- och/eller en gruppolycksfallsförsäkring i Skandia via SPF Seniorerna innebär detta bl.a. att försäkringen omedelbart upphör. I synnerhet för den som har en äldre livförsäkring som gäller livsvarigt kan detta vara en väsentlig nackdel. Nytecknade livförsäkringar gäller tills man uppnår 85 år.

För att vi ska slippa skicka påminnelse så kan du som ännu inte betalt skicka in avgiften omgående, 290 kr/person, till föreningens bankgiro 106-3791.

Årsmötet 2021

Årsmötet ska enligt våra stadgar hållas före februari månads utgång, under rådande omständigheter har vi beslutat skjuta på detta. Preliminärt har vi reserverat tisdagen den 25 maj kl.13 och bokat Hägerstensåsens Medborgarhus. Vi hoppas då att alla är vaccinerade och att de flesta restriktioner har lyfts. Notera dagen i kalendern redan nu, men vi kommer naturligtvis ut med mer information i nästa Höstlov i början på maj.

Medlemskort

Observera att medlemskortet medföljer tidningen *Senioren nr 2*, som kommer ut i slutet av februari. Tappar du bort eller saknar kortet, kontakta vår medlemssekreterare Birgitta Grkovic, tel: 070-298 31 21.

Smart Senior

Gratis medlemskap för oss i SPF Stockholmsdistrikt. Registrera dig på www.smartsenior.se/spf och få massor av rabatter. Ladda även ner Smart Seniorappen i din mobil. Medlemsservice tel: 08-410 426 10.

Information fanns även i *Senioren nr 1*.

IT – brott

Kriminalkommissarie Jan Olsson höll en föreläsning för medlemmar i *SeniorNet* om IT-brottslighet. Här är några av hans tips om hur du kan skydda dig utöver att alltid ha ett uppdaterat säkerhetsprogram i din dator och din mobiltelefon. Hur skydda sig?

1 Skydda dig från att någon obehörigen ändrar din adress:

- Skaffa dig en digital brevlåda för myndighetspost och anslutna företag, till exempel Kivra eller Min myndighetspost. Det är ett sätt att förebygga ID-kapning [Min myndighetspost.se](http://Min.myndighetspost.se) – Min myndighetspost är statens digitala brevlåda för tjänsten Mina meddelanden. Min myndighetspost är en brevlåda för dig som bara vill ha meddelanden från myndigheter och kommuner – inte från privat sektor – samlat i din digitala brevlåda.
- Sätt en spärr på din adressändring hos Skatteverket så att den endast kan ändras om du legitimerar dig med din e-legitimation. I tjänsten ”[Spärra obehörig adressändring](#)” kan du förhindra att någon obehörig ändrar din adress. När spärren är aktiverad godkänns bara adressändringar som görs med e-legitimation i Skatteverkets tjänster för Flyttanmälan eller Särskild postadress. Detta minskar risken för att någon använder dina personuppgifter för bedrägerier och id-kapning.
- Hos Svenskadressändring AB – www.adressandring.se, Svensk Adressändring AB ägs av PostNord och Citymail, går det också att låsa möjligheten för någon annan att ändra din adress utan din e-legitimation.

2 Skydda dig från att någon obehörigen nyttjar ditt kredit-/betalkort:

- Håll kortet spärrat mot internetköp.
- Ha på den geografiska spärren – vilka länder kortet ska gå att använda i.
- Ha ett separat kort vid utlandsresor som inte är kopplat till ditt pensionskonto och som helst inte har kredit. Du fyller på mindre summor t.ex. varannan dag – om de stjäls kortet så försvinner inte hela reskassan. Kan även användas vid handel över internet.
- lämna aldrig ut kortuppgifter, lösenord eller liknande oavsett vem som ringer, mailar eller sms:ar.
- Håll handen över när du knappar in PIN-koden i butiken så att inte kunden bakom dig ser vilken kod du har.
- Spara inte dina kortuppgifter på internetbutikens hemsidor.

Rigmor Olivegård Landén

”Försök inte lura mig”

Polisen har i samarbete med *UR Samtiden* spelat in en serie samtal baserade på mötespaketet ”Försök inte lura mig” som riktar sig till äldre. Syftet är att stärka äldres förmåga att stå emot bedrägeribrott och minska känslan av skam för den som drabbats. Se [länken](#) för de tre avsnitten.

Seniorhälsan

Här nedan hittar du information om vad verksamheten erbjuder dig som är senior i SDN Hägersten-Älvsjö. Foldrar finns om varje verksamhet, dessa finns att hämta på träffpunkterna.

Anhörigstöd och äldrestöd

Anhörigstöd är till för dig som vårdar eller stödjer någon som är över 65 år. Kontakt anhörigkonsulent: Ann-Katrin Forsman Fermelin, 08-508 23 587, ann-katrin.forsman-fermelin@stockholm.se

Fixartjänst

Du som har fyllt 68 år (fel i foldern där står 75 år) kan få hjälp med enklare vardagssysslor, tunga lyft, klättra på stege för att byta glödlampor, byta gardiner etc. Tjänsten är kostnadsfri, men materialet får du bekosta själv och tjänsten kan utnyttjas även om du har hemtjänst. Högst 6 timmar per år och hushåll. **Kontaktperson:** Mats Kölnäs, mats.kolnas@stockholm.se
tel: 08-508 23 664.

IT-stöd

Seniorhälsans IT-stöd **tel:** 08-508 23 520 måndag och torsdag 8.30-10.00.

Syn- och hörselinstruktör

Har du nedsatt syn eller hörsel kan du få hjälp av en syn- och hörselinstruktör för att klara vardagen ännu bättre. Kontakt Hägersten: Leena Daneshmand 08-508 23 586, leena.daneshmand@stockholm.se
Kontakt Älvsjö: Ewa Stigsdotter 08-508 23 655, eva.stigsdotter@stockholm.se

Träffpunkter

Seniorhälsan har sju träffpunkter i Hägersten-Älvsjö:

Axelsbergs aktivitetscenter på Axelbergs torg 3, *Fruängsgården* på Gamla Södertäljevägen 6, *Hövdingagården* på Erik Segersälls väg 32, *Långbroberg* på Spadvägen 5, *Trekantsträffen* på Lövholmsvägen 29, *Västertorpsträffen*, på Störtloppsvägen 40 och *Älvsjöträffen* på Skridskogatan 1.

Jubilarer som vi gratulerar i april och maj

100 år fyller	<i>Britt André</i>	24 april
90 år fyller	<i>Monica Svenborn</i>	12 april
90 år fyller	<i>Irene Berg</i>	23 april
90 år fyller	<i>Gunnar Pettersson</i>	2 maj
90 år fyller	<i>Maj-Britt Persson</i>	14 maj
90 år fyller	<i>Therese Larsson</i>	18 maj
90 år fyller	<i>Gunnel Andersson</i>	27 maj
90 år fyller	<i>Ingemar Gustafsson</i>	27 maj
90 år fyller	<i>Lars Ekqvist</i>	29 maj
90 år fyller	<i>Torild Fraser</i>	29 maj
80 år fyller	<i>Leif Zadig</i>	10 april
80 år fyller	<i>Inger Jonsson</i>	20 april
80 år fyller	<i>Lars Ölundh</i>	22 april
80 år fyller	<i>Aja Stoll</i>	24 april
80 år fyller	<i>Agneta Ehnmark</i>	12 maj
80 år fyller	<i>Mats Tenne</i>	16 maj
80 år fyller	<i>Lena Kraft</i>	20 maj
80 år fyller	<i>Roman Agrest</i>	22 maj
80 år fyller	<i>Anders Odeldahl</i>	28 maj
80 år fyller	<i>Gerd Andén</i>	28 maj
70 år fyller	<i>Carl-Henrik Jonsberg</i>	15 april
70 år fyller	<i>Anders Roland</i>	26 april
70 år fyller	<i>Ingrid Berglund Stanley</i>	27 april
70 år fyller	<i>Eva Hjelte</i>	30 april
70 år fyller	<i>Marianne Eriksson</i>	15 maj
70 år fyller	<i>Britta Larsson</i>	15 maj

Nya medlemmar som vi hälsar välkomna



Moradali Bozorg	Marie Goding	Åsa Leife
Håkan Reventlid		Staffan Wennberg
Aira Thorsson		Lars-Inge Thorsson
Marita Eriksson-Westerlund		Håkan Westerlund

Kalendarium

Skulpturvandringar i Västertorp

Måndagen 22 mars, tisdagen den 21 april och torsdagen 13 maj



Foto: Carina Strand

En intressant, inspirerande och nostalgisk skulpturvandring i mitt älskade Västertorp. Kom med på en guidad promenad i 50-talets Västertorp som är mer känt utomlands än här hemma. En förort byggd när det fanns gott om pengar och tro på framtiden. Vandringen tar ca 1,5 timme, lämplig även för er med rullatorer. Ta gärna med fika, så pausar vi på lämplig plats, vid tjalnig väderlek.

Välkommen
Eva Gezelius

Samling utanför Västertorps tunnelbanestation utgång Störtloppsvägen kl.12.50, vandringen börjar **13.00. Kostnad 50:-** betalas till föreningens bg: 106-3791 eller Swish: 123 143 6864.

Anmälan (max 8 personer) senast en vecka innan vald vandring till

Marita Pettersson
070-633 53 37

Karin Hagy
073-844 99 90

Vecka 20 är planerad som *Folkhälsovecka* av förbundet, förutom deras aktiviteter, tänkte vi i föreningen planera för en del aktiviteter i närområdena, kanske tipspromenader, föreläsningar med fika utomhus. Kom gärna med idéer, vad ni tycker vi ska göra.

Årsmötet har vi preliminärt bokat till den 25 maj i Hägerstensåsens Medborgarhus, men allt beror på myndigheternas rekommendationer. Kallelse, dagordning allt kommer med nästa Höstlov.

Vi försöker hålla hemsidan så uppdaterad som möjligt, så kolla den eller ring till någon i styrelsen, se s. 2.

Fotokurs online

Alla medlemmar får **30%** på fotokurser Online.

Gå in på www.fotokurs-online.se och använd koden: **SPF2021** så dras rabatten direkt vid betalning. Mera information på vår [hemsida](#).



Sticklingbytdagar den 4:e och 6:e maj kl. 11.00-15.00

Vi provar något nytt, en aktivitet i och utanför vår lokal på Hanna Paulis gata 13*. Om du vill delta och lämna sticklingar, kontakta Marita eller Karin. Vi vill att de sticklingar som lämnas (max 10/person) är märkta med namn på växten. Tänk också över vad du vill göra med de växter du lämnat om du inte hittar något att byta med. Har du svårt att transportera dina sticklingar/krukor, meddela oss, så kan vi kanske hämta upp dem.



Vill du kanske bara komma förbi, umgåås och ta en fika, kommer det också att finnas möjligheter 10:- för kaffe/kaka.

Anmälan, ange gärna vilken dag och hur många sticklingar du har till:

Marita Pettersson
070-633 53 37

Karin Hagy
073-844 99 90

VÄLKOMMEN

Dags att börja tänka på vilka växter du vill och kan bidra med till fönsterbrädan, balkongen eller uteplatsen.



***Hitta hit**

- 1) Från tunnelbanans övre utgång, gå rakt fram förbi Café Koppen, över Elsa Brännströms gata, uppför en trappa emellan husen, ta vänster, nerför trappan genom portalen, ta vänster och vänster igen.
- 2) Från tunnelbanans nedre utgång, ta till höger, förbi Hemköp, förbi skulpturen fram till färgglada tunneln under Elsa Brännströms gata, följ promenadstigen, första avtagsstigen snett upp till höger mellan husen.
- 3) Bilparkering finns nere i centrum.

Vi ställer ut SPF Seniorernas roll-up, så det blir lätt att hitta.

*s.10 *akronym*: ord som bildas av begynnelsebokstäver, i detta fall grundarnas efternamn.

Vandring i Midsommarkransen

Midsommarkransen, namnet kommer troligen från en krog som inrättats redan 1775, krogen hade en krans som skylt, en sed som är känd ända sedan 1500-talet, men först 1926 blev det officiellt namn på området. 7 entusiastiska personer samlades utanför Midsommarkransens t-baneutgång på Tegelbruksvägen, vilken fått sitt namn efter det tegelbruk som fanns i början på 1900-talet, strax norr om nuvarande Svandammsparken där man hade sin lertäkt, tegelbrukets historia blev dock kort. Under ledning av Anders Djerf från [ABF](#) startade vi en vandring i en förort som förvandlades under seklets gång. På grund av de många nyanlagda fabrikena i Söderort var behovet av arbetarbostäder mycket stort kring sekelskiftet. Arkitekten Per Olof Hallman uppdrogs att upprätta stadsplaner för en förstad med hyreshus, rekreationsområden och villor för arbetare. Gedigna stenhus i enkel jugendstil uppfördes efter ritningar av välrenommerade arkitekter Albin Brag och Hagström & Ekman.

De två våningar höga husen uppfördes i stadslika kvarter runt gårdar och utnyttjades maximalt genom fullt utbyggda vindar och förhöjda källarvåningar med plats för butiker. Förstaden kallades Tellusborg efter bolagen Tellus och Nyborg, namnet finns kvar i Tellusborgsvägen.

På Tegelbruksvägen 20 hittar vi en plakett som berättar att här låg Sveriges första bensinpumpsfabrik. 7 september 1916 bildades AB Mackmeter, där de första fyra bokstäverna var en *akronym** av de fyra grundarnas efternamn: Nils Peter **M**athiasson, Oscar **A**ndersson, Gunnar **C**ollin (advokat och krigsdomare) och Helmer **K**ey (chefredaktör för Svenska Dagbladet). Därav namnet bensinmack, vilket ju blev och är vedertaget över hela landet. En mycket rostig skylt finns kvar från den första macken.



I hörnet Tegelbruksvägen/Nyborgsgränd/Vattenledningsvägen, hittar vi huset dit delar av fabriken och kontor senare flyttade, nu är huset omvandlat till bostäder.

Vattenledningsvägen har fått sitt namn efter vattenledningen från vattenverket vid Norsborg till vattencisternen på Nybohovsberget.

På denna gata hittar vi också kvartersbiografen Tellus från 1920 som har filmvisningar flera gånger i veckan, jazzkvällar och andra omtyckta kulturevenemang. Vi går upp på Julikullen och hälsar på statyn [Puck](#).

Sedan fortsätter vi fram till den nyrenoverade Svandammsparken, här var ändhållplatsen för spårvagn 17 som kom från Slussen. Idag finns här en gammal spårvagn till barnens glädje. En skylt *Det litterära Stockholm* uppsatt av bl.a. Kulturförvaltningen i Stockholm visar citat ur Kjell Johanssons *Huset vid Flon*, där det framgår att här fanns plaskdamm, som delvis finns kvar, Oscaria Skor och Falks kläder.

I området fanns det ju många industrier och fabriker, en av de mest kända är väl LM Ericsson, som till största delen var förlagd till området vid nuvarande Telefonplan, men detta är en annan vandring.

Vi går nu uppför Svandammsvägen förbi Midsommarkransens tunnelbanestation, som invigdes 1964. Vi går ner till Lilla torg – i folkmun kallat 'Skvallertorget' – med många vackra hus från jugendtiden. Här kan man mellan husen på andra sidan E4:an, skönja Midsommarkransens gamla folkskola, skolan öppnade 1915 och 1962 lades skolverksamheten ner.

[Vill du veta mera?](#) Boken *Bilder från Kransen och Tellus* handlar om Midsommarkransen, den innehåller en kort historik över förstaden, men främst är den spännande för sina många fotografier. Mycket intressant finns också på [Stockholmskällan](#). *Gull-Britt Larsson*

Nästa vandring med Anders Djerf i det här området är den [21 mars](#).

På promenad i centrala Gröndal

Lördagen den 30 januari samlades en förväntansfull grupp om sju personer i centrala Gröndal där vår guide Anders Djerf från [ABF](#) mötte upp. Vi gick in på Sjöbjörnsvägen och stannade till nära Lundbergs konditori. Därifrån kunde vi se en del av terrasshusen och det elva våningar höga punkthuset som ritades av Sven Backström och Leif Reinius samt byggdes av Olle Engkvist.

Mitt emot ligger de så kallade stjärnhusen som ritades och byggdes av samma trio i mitten av 1940-talet. De visar på en för tiden unik bebyggelse genom en mycket medveten planering av gårds- och gaturummen samt grönområdena i anknytning till bostadshusen. Vid en tvärgata till Sjöbjörnsvägen fanns tidigare Hälso- och sjukvårdsnämndens centralförvaltning, en ambulanscentral och Arbetsmarknadsinstitutet. Dessa byggnader har nu gjorts om till lägenheter i olika former och storlekar.

Ännu högre uppför backen har KF:s gamla industrihus Bommen 7 från 1947 omvandlats till brf Sjöfortet. Genom en magnifik portal kommer man in på en gård där de olika uppgångarna har sina entréer.



Efter det fina blå fågelbordet där vägen delar sig kommer vi upp till Ormbergets tolv kvarvarande 100-åriga ”hyresvillor”. Tanken var att dessa skulle rivras i slutet av 1960-talet men genom envetet motstånd fick de vara kvar och moderniserades på ett pietetsfullt sätt. Man gjorde till exempel om före detta stall till förrådsbyggnader.

Ett känt hus är Villa Utsikten med sin lökformade kupol. Den syns väl från Essingeleden. Högst uppe på berget ligger också Gröndalsskolan. Med tiden har den blivit för liten och ska rivras för att ersättas av en skola för tre gånger så många elever.

Vi tog oss försiktigt ned för den branta backen och kom ut vid Ormbergsvägen igen. Promenerade snett inåt på en del av Sjöbjörnsvägen och såg mer av stjärnhusen i deras vackra färger och ombonade gårdar. Vi kunde notera hur omsorgsfullt man placerat husen för att undvika att ta ner gamla fina ekar och annan vegetation.

På väg ner mot Gröndalshamnen passerade vi de så kallade barnrikehusen, som byggdes i tegel under mitten och slutet av 1940-talet för att ge familjer med många barn ett hem. Två rum och kök med en yta på cirka 45 kvm ansågs vara lämplig storlek för en barnfamilj med minst tre barn. På senare tid har man byggt till balkonger och renoverat dörrar och trapphus.

Vår vandring avslutades vid ”Stockholms mest oregelbundna byggnad”. Den innehas av Träbåtssällskapet Skeppsmyran TSSM som bildades 1985 i syfte att verka för träbåtsvård och träbåtssport. Huset har byggts till allt efter behov och tillgång till virke. Det ser ut att vara fallfärdigt men lever i allra högsta grad.

Vi tackade Anders för en intressant promenad i kvarter som många av oss inte är så bekanta med.

Karin Hagy

Litteraturtips: stockholmskallan.se, [stockholmskallan](http://stockholmskallan.se).

Kondisvandring i *Den spännande stadsdelen Gröndal* **9 maj kl.11.00**, arrangeras av [Vuxenskolan](http://Vuxenskolan.se) Information om anmälan på deras hemsida.

Var bor vi?

I Höstlövet 328 började vi kort presentera några av de områden där många av våra medlemmar bor. Vi har nu kommit till nr 12 och 13 i medlemstäthet, nämligen Segeltorp och Älvsjö. Vi har då beskrivit de 13 områden där över 80% av våra medlemmar bor och tycker nog att det är dags att avrunda denna serie. De återstående knappa 20 procenten av våra medlemmar är utspridda på uppemot 40 olika områden, oftast med bara en eller ett fåtal medlemmar i varje område.

Segeltorp

I Segeltorp bor knappt 20 av föreningens medlemmar (2,5%) och kommer därmed på 12:e plats i medlemsstorlek. Hela Segeltorps befolkning (inkl. Kungens Kurva) är ca 9 500 personer.

Segeltorp är en kommundel i Huddinge kommun och postadressen är Segeltorp. Kommundelen omfattar ett område söder om E4 från Stockholmsgränsen ner till en linje mellan sjöarna Gömmaren och Långsjön, men Kungens Kurva-området, som fram till 2018 var en del av Segeltorp, är numera en egen kommundel.

Namnet Segeltorp kommer från gården Segerstorp som på 1700-talet var ett torp under Vårby Säteri och bl.a. omnämns i Årstafruns dagbok. 1862 avstyckades marken från Vårby och gården blev då fristående. Den låg nära (Gamla) Södertäljevägen vid nuvarande Dalvägen 80-82 och revs 1964 för att ge plats åt radhusen där. En naturminnesmärkt stor ek på platsen påminner om gården. I början av 1900-talet avstyckades mer mark från Vårby Gård för villabebyggelse och då skedde också namnändringen från Segerstorp till Segeltorp.

Segeltorp blev ett municipalsamhälle 1924 och en stadsplan fastställdes 1928. Municipalsamhället upplöstes dock 1953 sedan Segeltorp misslyckats med att bli inkorporerat i Stockholm.

I Segeltorp finns en fornborg på Skansberget mellan Smista Allé och Skansbergsvägen. En intressant byggnad är ”Vattenvaktarstugan” vid korsningen Häradsvägen - Mickelsbergsvägen, där en tillsynsman för vattenledningen från Norsborgs vattenverk bodde ända fram till 1963, även om tillsynsfunktionen upphörde i mitten av 1950-talet. Inom området finns även Gömmarens naturreservat vilket är ett populärt rekreativt område.

Kommunikationsmässigt finns busslinjer längs Häradsvägen och Smista Allé med anslutning till T-bana i Fruängen och Skärholmen samt bussar som går till och inom Kungens Kurva-området.

Älvsjö

I Älvsjö bor knappt 20 av föreningens medlemmar (2,5%) och delar därmed 12:e platsen i medlemsstorlek med Segeltorp. Hela Älvsjös befolkning uppgår till knappt 1 500 personer vars åldersfördelning visar en ganska hög andel i åldersspannet 20 - 30 år och en lägre andel pensionärer i jämförelse med hela Stockholm.

Älvsjö är en stadsdel i Hägersten-Älvsjö stadsdelsområde och post-adressen är Älvsjö. Eftersom både postorten Älvsjö och det f.d. stadsdelsområdet Älvsjö med sina 9 stadsdelar är väsentligt större än själva stadsdelen kan det lätt bli missförstånd om vad man menar med "Älvsjö". Stadsdelen omfattar ett område som sträcker sig på båda sidor om järnvägen mellan Huddingevägen och Sjöttentombervägen. Öster om stambanan ingår Älvsjö Företagspark och Stockholmsmässan. Väster om stambanan ingår naturreservatet Älvsjöskogen och villaområdet fram till Magelungsvägen. Älvsjö Centrum och Älvsjöstaden ligger märkligt nog i Solberga, en följd av gränsdragningen då stadsdelen Solberga bildades 1945.

Namnet Älvsjö är taget från Älvsjö Gård som ligger mellan mässan och hotellet vid mässkopplet. Det är en av Stockholms äldsta bevarade gårdar med anor från 1500-talet, troligen byggd av Jakob Nääf och ärvdes av dottern Maria Nääf, gift med Johan Skytte.



År 1775 köptes gården av friherre Axel Lagerbielke och gården förblev i denna släkts ägo fram till 1968 då Stockholm Stad övertog även huvudbyggnaden efter att 1930 ha köpt huvuddelen av gårdens markområden. Gården disponeras nu av Stockholmsmässan, bl.a. som representations- och konferenslokal.

När Älvsjö station tillkom 1879 ökade intresset för bostäder runt stationen, men huvuddelen av villaområdet exploaterades först i början på 1900-talet då AB Hem på Landet förvärvade mark och styckade av tomter för villabebyggelse.

Många gatunamn anknyter till bl.a. militära termer i anslutning till 30-åriga kriget. Sjöttentombervägen, som del av gamla Göta Landsväg, var den väg som Gustav II Adolfs kvarlevor fördes tillbaka till Stockholm.

Kommunikationerna i området upprätthålls främst av busslinje 144 som utgör förbindelse med T-banan vid Gullmarsplan resp. Fruängen och med pendeltåg vid Älvsjö station. Från Älvsjö station avgår också flera andra busslinjer.

Arne Lönnebring

Gruppaktiviteter som pågår

Vandringar torsdagar samling vid Fruängens T-bana, nedre plan, vi gör vandringar i närområdet (5-6 km). Vi försöker hitta något trevligt fik eller plats, där vi kan pausa. Om vi blir mer än 8 personer delar vi upp oss i grupper, detta för att följa FHM:s rekommendation. Vill du komma som ny är det bara att vara på plats **torsdagar kl. 9.45**.



Kontakta: Ulla Löfving, tel: 08-97 50 38 / 076-215 82 66.

Bokcirkel röd träffas i lokalen på HPG 13*, den **18:e mars kl.15.00**.

Kontaktperson: Inger Lindberg, tel: 070-911 90 91.



Älvsjö bibliotek: träffas **15 mars**, mer information av kontaktperson Lillemor Tholander, lillemor.tholander@gmail.com, tel: 070-347 44 31.

Gruppaktiviteter som är vilande. För ev. startinformation se vår hemsida, kontakta ansvarig eller se kommande Höstlöv

Bokcirkel Örby bibliotek: Cirkeln gör uppehåll. Kontakta: Birgitta Björnlund, tel. 08-647 43 41, g.bjornlund@tele2.se.

Bridge måndagar kl. 09:30 – 13:00. HPG 13*

Kontakta: Birgitta Pihlgren tel. 070-650 44 60



onsdagar kl. 09:30 – 13:00. HPG 13*

Kontakta: Ing-Mari Ohlsson, tel. 070-561 67 46,
ingmari.ohlsson@telia.com

Torsdagsbridgen hoppas vi kan återupptas i annan lokal när allt återgår till det normala.

Bordtennis torsdagar kl. 10.00 – 11.00 Västertorpshallens lilla motionsrum en trappa ner. Nya spelare är mycket välkomna, när det åter kan bli aktuellt med spel. Kontakta ledaren Göran Mörk, tel. 070-333 35 45 för säkerhets skull.



Boule



onsdagar kl. 10.00 – 12.00

Nya medlemmar hälsas välkomna till Prins Bertils Boulehall, Djurgården, när aktiviteten kan starta. För information kontakta Elisabet Sidh tel: 070-939 53 77.

Gymnastik onsdagar kl. 09:30 – 10:30



Västertorpshallens lilla motionsrum en trappa ner. Tyvärr ser det mörkt ut för våren. Har du frågor? Kontakta ledaren Lilian Bjelton, tel 070-396 16 38.

Målargruppen



hoppas komma igång i april, då utomhus.
Kontakta: Gunvor Gunell, tel. 08-88 37 51.

Stick-/syjunte-/pysselgruppen inväntar beslut från myndigheterna.



Du får gärna anmäla ditt intresse till
[Gull-Britt Larsson, ingul41@telia.com](mailto:Gull-Britt.Larsson.ingul41@telia.com), tel: 070-778 59 51.

Sopplunchsällskapet avvaktar ytterligare beslut och rekommendationer,



anmäl gärna ditt intresse för ev. deltagande till
spffruangen@stockholmsdistriktet.se

**Det gäller att ha
det rätta greppet.**



Foto: Gull-Britt Larsson

*HPG 13 betyder föreningens lokal på Hanna Paulis gata 13
(OBS! ingång från baksidan).

***Manuskript till majnumret senast 23 april 2021.
Hämtning och distribution av majnumret 3 maj 2021.***