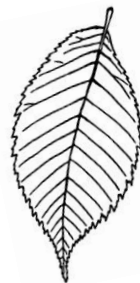


# HÖSTLÖVET



*Medlemsblad för SPF Fruängen*

Nr 293

Januari 2017

Årgång 30

**OBSERVERA!**

I detta nummer av Höstlövet finns inbetalningskort för SPF Fruängens medlemsavgift 2017.



Tisdagen den 17 januari underhåller **Ruperts** 6-manna orkester.

*Välkomna*

# HÖSTLÖVET nr 293 Januari 2017 årgång 30

Medlemsblad för

## **SPF Fruängen**

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

Org.nr 802014–2702

Plusgiro 53 64 07 – 0

Bankgiro 106 - 3791

E-post: [spffruangen@stockholmsdistriktet.se](mailto:spffruangen@stockholmsdistriktet.se)

Webbplats: [www.spf.se/fruangen](http://www.spf.se/fruangen)

Ordförande	Arne Lönnebring	Telefon	646 24 54
Vice ordf.	Eva Gugolz	Telefon	88 35 78
Kassör	Birgitta Ericson	Telefon	646 46 39
Sekreterare	Monica Albertsson	Telefon	711 37 02
Medlemssekreterare	Birgitta Grkovic	Telefon	681 09 72
Redaktör Höstlövet	K-E Ryman	Telefon	97 26 98
Distributionsansvarig	Eva Gugolz	Telefon	88 35 78
Webbansvarig	Arne Lönnebring	Telefon	646 24 54
Lokalansvarig HP 13	Synnöve Ryman	Telefon	97 26 98

**Bidrag till medlemsbladet skickas till:**

**K-E Ryman**

**Hanna Paulis gata 33**

**129 52 HÄGERSTEN**

## **Ordföranden har ordet**

Välkommen till 2017 och jag önskar dig en riktigt god fortsättning på det nya året.

När jag skriver detta är det dock fortfarande 2016, vi har genomfört en mycket trevlig julbordsresa till Plevnagården i Malmköping och små barn lussade för oss på Fruängsgården. Det senare fick jag dock inte möjlighet att delta i eftersom jag då gjorde ett ofrivilligt besök på HS under några dagar. Eftersom föreningen några månader tidigare kritiserat den geriatriska avdelningen på HS för åldersdiskriminering blev detta en möjlighet att studera några andra avdelningar, vilket utföll mycket positivt i mitt fall. Många trevliga, empatiska, människor gjorde ett storartat jobb, i synnerhet på akuten som är en svår miljö. En nick, några uppmuntrande ord, gjorde det möjligt att uthärda den väntan som jag tror ofta upplevs som svårast. Väntan på provsvar, väntan på läkare, väntan på vårdplats. Man har ett kö- och prioriteringssystem som från patientens horisont är helt omöjligt att överblicka och därför känns alldeles godtyckligt, vilket är frustrerande.

## **Ordföranden har ordet (forts.)**

I mitt fall kom jag upp till en vårdavdelning mitt i natten – varför mitt i natten, när blev den platsen tillgänglig? Några patienter från HS akuten tilldelades vårdplatser i Solna - hur kul kan det vara? Huvudintrycket är dock att man med tillgängliga resurser gör ett fantastiskt jobb.

Tack för det!

Föreningen har under december levt någonstans i limbo, i stort sett utan tillgång till medlemssystem, hemsidor och liknande stöd. Förbundets misslyckade start av det nya medlemssystemet gör att man där går på knäna, och distriktskansliet har fullt upp av alla föreningarnas frågor och problem. Detta bara måste lösa sig och har förhoppningsvis redan gjort det när detta Höstlov distribueras.

Med Höstlövet 293 följer ett inbetalningskort för medlemsavgiften för 2017. Några få medlemmar har redan betalt och då har vi tagit bort inbetalningskortet. Om du saknar inbetalningskortet, kolla alltså först om du redan har betalt. Om inte så betala 275 kr till föreningens bankgiro 106-3791 för ett ”vanligt” medlemskap. Om du behöver ett inbetalningskort så kontakta i första hand Birgitta Grkovic. Se till att du fyller i namn och adress både vid betalning med inbetalningskort och via internet – vi kan inte registrera anonyma avgifter.

Så är det bara att välja i vårens utbud av aktiviteter. Notera redan nu i din egen kalender de föreningsaktiviteter du vill delta i och anmäl dig så snart som möjligt. Vi kommer dessutom att på våra första tisdagsmöten att lägga ut Vuxenskolans riktade SPF-program för våren, där du också kan hitta en del intressanta kurser och aktiviteter.

Låt oss göra 2017 till ett riktigt bra år. Delta i föreningens aktiviteter, ta med vänner och bekanta och värva fler medlemmar. Tala om vad du saknar så kanske vi så småningom kan få in fler intressanta verksamheter i föreningens program.

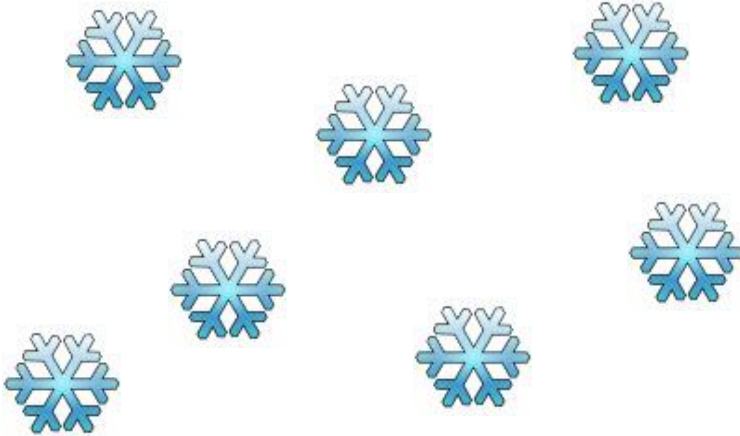
*Arne Lönnebring*

## Underhållning i samlingsalen på Fruängsgården under januari månad 2017

Tisdagen den 17 januari    Ruperts 6-mannaorkester spelar  
melodier vi minns

Vi träffas **kl. 13:00** med kaffe och dopp.  
Underhållningen **börjar kl. 13:30.**


**Välkomna**



### Övriga evenemang under januari månad:

Tisdagen den 24 januari    Besök på Anders Hansers filmstudio:  
”Det gudomliga Indien”  
Se särskild annons på sidan 8.

Tisdagen den 31 januari    Presentation av  
”Förbifart Stockholm”-projektet  
Se särskild annons på sidan 9.



***Jubilarer som vi gratulerar under  
januari månad:***

***90 år fyller: Birgitta Scholander      den 18 januari  
Maj-Britt Bergqvist                      den 26 januari***

***80 år fyller: Maire Jürgenson            den 8 januari  
Marianne Johansson                    den 18 januari  
Anne-Marie  
Pettersson                                    den 22 januari***

***70 år fyller: Anita Elgerot                den 2 januari  
Gunnar Lennström                        den 16 januari***



***Nya medlemmar som vi hälsar välkomna***

## **PORTKODER**

Du som har fått ny portkod eller har porttelefon, var snäll och meddela Birgitta Grkovic detta, tel. 08 - 681 09 72. Våra "brevduvor" behöver detta för att kunna lägga Höstlövet i din brevlåda. Vid inaktuella uppgifter finns risken att tidningen uteblir eller blir starkt försenad.

## Program för våren 2017

- V. 03 tisdag 17 januari Ruperts orkester spelar ”Melodier vi minns”.
- V. 04 tisdag 24 januari *Anders Hansers kulturstudio:*  
”Det gudomliga Indien”.
- V. 05 tisdag 31 januari *Presentation av projektet*  
”Förbifart Stockholm”.
- V. 06 tisdag 7 februari Ulla Olsson  
”Visor, jazz och evergreens med  
känslor och sväng”.
- V. 07 tisdag 14 februari *Livrustkammaren: Isabelle de Borchgraves*  
*utställning ”Renässansmode i papper”.*
- V. 08 tisdag 21 februari Årsmöte
- V. 09 tisdag 28 februari *Dramaten: Visning bakom kulisserna*
- V. 10 tisdag 7 mars Anders Sjöbrandt:  
”Stockholm – staden som försvann”.
- V. 11 tisdag 14 mars *Cosmonova: ”The beautiful planet”.*
- V. 12 tisdag 21 mars Armand Gutheim och Hans Müller:  
”Beatles 4-ever”.
- V. 13 tisdag 28 mars *Visning av Riksarkivet.*
- V. 14 tisdag 4 april Polisen ”Försök inte lura mig”.  
Sten Åkesson om familjejuridik.
- V. 15 tisdag 11 april *Visning av Drottningholms Slottsteater.*
- V. 16 tisdag 18 april New Generation: ”Jazzig musik från  
50-, 60- och 70-talet”.

## Program för våren 2017 (forts.)

- V. 17 tisdag 25 april *Hantverksvandring i Gamla Stan.*
- V. 18 tisdag 2 maj Nils-Göran Wetterberg och Jörgen Toresson:  
”Sjömansprästens baksida”.
- V. 19 tisdag 9 maj *Visning av Sturehovs Slott.*
- V. 20 tisdag 16 maj Bredängsgänget spelar svängiga melodier  
som alla minns.
- V. 21 lördag 27 maj **Bussresa till Vagnhärad Trosa och  
Tullgarns slott**
- V. 22 tisdag 30 maj *Sillunch på Långbro Vårdshus*

Med reservation för eventuella ändringar.

Not: **Fetstil** anger annan veckodag än tisdag.  
*Kursivt* anger annan plats än Fruängsgården.



## **Besök på Anders Hansers filmstudio: Det gudomliga Indien**

Den välkände filmaren Anders Hanser och författaren Per J Andersson tar oss med på en resa som under 1,5 timme för oss genom Indien, detta enorma och mångfacetterade land som fascinerar och förbryllar så många. Indien är gudomligt vackert, har gudomligt god mat och är gudomligt heligt.

**Tisdagen den 24 januari** besöker vi filmstudio som ligger på Kommendörsgatan 28. Visningen börjar kl. 11:00 och varar sammanlagt 2 timmar, kostnad 190 kronor. Det finns trevliga restauranger i närheten för den som vill avsluta med en lunch.

**Samling på Fruängens T-banestation, övre plan, kl. 10:00.** Vi åker till Östermalmstorg, därefter blir det en kort promenad. Anmälan per telefon eller på tisdagsmötet den 17 januari, vilket också är sista anmälningsdag.

### **Välkomna!**

Margareta Lundholm  
08-646 97 67

Gunvor Gunell  
08-88 37 51

Eva Gugolz  
08-88 35 78





## Presentation av ”Förbifart Stockholm”-projektet

Förbifart Stockholm är ett av Sveriges genom tiderna största infrastrukturprojekt som kommer att förbinda de nordliga och sydliga landsdelarna och avlasta den hårt trafikerade Essingeleden och Stockholms innerstad. Två stora trafikplatser byggs i anslutning till befintlig E4 vid Kungens Kurva och Häggvik. Av vägens 21 km går drygt 18 km i tunnel för att skona viktiga natur- och kulturvärden.

**Tisdagen den 31 januari kl. 14:00** besöker vi Trafikverkets utställning av Förbifart Stockholms-projektet på Lofströms Allé 6A i Sundbyberg för att erfara mer om detta väldiga och kostsamma byggnadsverk.

**Samling på Fruängens T-banestation, övre plan, kl. 12:45.**

Vi åker till Liljeholmen, därefter tvärbanan via Alvik till Bällsta Bro. Därifrån är det en kort promenad.

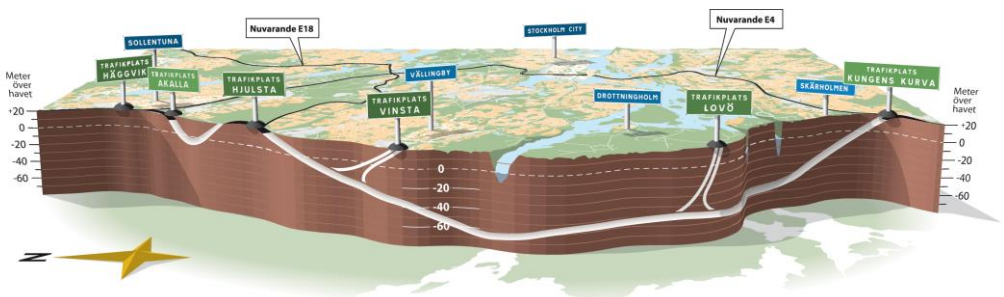
Anmälan **senast den 22 januari** per telefon eller på tisdagsmötet den 17 januari. Högst 25 personer.

**Välkommen!**

Margareta Lundholm  
08-646 97 67

Gunvor Gunell  
08-88 37 51

Eva Gugolz  
08-88 35 78



## **Bussresa till Vagnhärad, Trosa och Tullgarns Slott**

Följ med på en härlig vårresa till det idylliska ”världens ände”. Den första anhalten är hembygdsgården i Vagnhärad där vi får kaffe och bulle. Därefter beger vi oss till den Kungliga Väntsalen där vi får en guidad visning och får höra om den tiden då kungligheterna reste med tåg till Tullgarns Slott.

Färden fortsätter till det vackra Trosa och det välkända Bomans Hotell där ägarfamiljens lek- och inredningslusta lyser genom alla rum.

Efter lunchen fortsätter vi till Tullgarns Slott för en guidad visning. Tullgarn har varit ett kungligt slott sedan 1770-talet då staten överlämnade byggnaden till hertig Fredrik Adolf. I slutet av 1800-talet och början av 1900-talet förknippas slottet mest med Kung Gustaf V och Drottning Victoria som tillbringade många somrar här.

Datum: Lördagen den 27 maj 2017

Avresa: Kl. 08:15 från Liljeholmen  
(Trekantsvägen 15, vid parken närmast T-banan)  
Kl. 08:30 från Fruängen (busstorget, Ellen Keys Gata)

Ankomst: Ca kl. 17:00

Pris: **650 kronor**

Första anmälningsdag: 10 januari 2017

Sista anmälningsdag: 28 april 2017

Anmälan till: Gunvor Gunell, tel. 08-88 37 51 eller  
070-668 34 75

Betalning till: SPF Fruängens pg 53 64 07-0 eller  
bg 106-3791 senast 28 april 2017.

**Märk talongen med namn och ”Trosa”.**

Begränsat antal platser, tidig anmälan rekommenderas.

**Anmälan är bindande.**

Trevlig resa önskar reseledarna Gunvor, Margareta och Eva.

**OBS!**

Generellt gäller för våra utflykter och resor att anmälan är bindande. Återbetalning kan endast ske om platsen kan fyllas från en väntelista eller genom en annan betalande.

## **Resor anordnade av våra systerföreningar våren 2017**

**Onsdagen den 8 mars kl. 09:15 – c:a 16:30**

(SPF Seniorerna Mälarhöjden-Hägersten)

**Konst- och musikresa till Vaxholm – en dag i J.A.G.Ackes fotspår**

Med sångerskan och violinisten Linnéa Sallay som guide besöker vi K-märkta Villa Akleja i Vaxholm. Konstsamlaren Claes Moser berättar om Ackes liv och visar hans konst. Linnéa bjuder på en timmes konsert innan vi fortsätter till Rindö där vi äter lunch på restaurang Batteriet. Resan hem går den vackra vägen via Värmdö. *Bussresan börjar och slutar vid Trekantsvägen i Liljeholmen, som ligger rakt över lekparken nedanför T-banan.*

**Kostnad 640 kronor, första anmälningdag 10 januari. Betalning senast 15 februari till pg 44 80 07-5**

Anmälan (även för information) görs till Ann Falk,  
[ann.m.falk@gmail.com](mailto:ann.m.falk@gmail.com), tfn 08-97 26 62.

**Onsdagen den 3 maj, från Cityterminalen kl. 09:30 – c:a 16:30**

(SPF Seniorerna Brännkyrka-Älvsjö)

**Saltsjöbaden och Solsidan med Linnéa Sallay**

Linnéa presenterar sin hembygd, dess kulturhistoriska platser och vackra arkitektur med bl.a. Knut Wallenbergs pärla från 1889 och lär oss mer om alla konstnärer, arkitekter och musiker som drogs dit. Vi fikar i det gamla stationshuset och får en guidad visning av Grünwaldsvillan. Lunch serveras på Plyms Krog. Linnéa avrundar med en konsert i Uppenbarelskyrkan.

**Kostnad 690 kronor, anmälan senast 3 april, betalning senast 19 april till pg 486 67 43-0.**

Anmälan (även för information) görs till Kerstin Hedman [kerstin\\_hedman@hotmail.com](mailto:kerstin_hedman@hotmail.com),  
tfn 073-331 12 48.

## **Resor anordnade av våra systerföreningar våren 2017 (forts.)**

### **Torsdagen den 1 eller 8 juni enligt senare beslut**

(SPF Seniorerna Hägersten-Liljeholmen)

#### **Dagsutflykt till Ängsö nationalpark**

Vi tar båten från Strandvägen. På Ängsö möts vi av en naturguide som visar oss runt. Förhoppningsvis får vi se många av de orkidéer och andra rara blomster som finns på ön. Ängsö är också känd för sitt rika fågelliv. Vi fikar på utresan och på hemresan äter de som vill i cafeterian. Inget hinder att man har egen förtäring med sig.

**Kostnad: C:a 400 kronor.** Exakt datum och tider meddelas i månadsskiftet april/maj. Se hemsidan [www.spf.se/hagerstenliljeholmen](http://www.spf.se/hagerstenliljeholmen).

Intresseanmälan görs till Gull-Britt Larsson tfn 070-778 59 51 senast 5 maj.

### **Lördagen den 19 augusti kl. 08:00 – c:a 17:00**

(SPF Seniorerna Mälärhöjden-Hägersten)

#### **Bussresa till Linnés Hammarby och Enköpings trädgårdar**

Vi besöker Linnés Hammarby, gården som Carl von Linné köpte år 1758. Efter kaffe och smörgås vandrar vi runt i den fantastiska trädgården och tittar in i familjen Linnés bevarade boningshus. Här speglas Linnés privatliv och hans vetenskapliga gärning. Vi fortsätter till Enköping där vi äter lunch. Ett minitåg tar oss sedan runt i de flesta av Enköpings parker. En guide följer med och berättar om parkerna och lite om stadens historia.

Bussresan startar och slutar vid Trekantsvägen i Liljeholmen.

**Kostnad: 590 kronor, första anmälningdag 10 januari. Betalning senast 20 juni till pg 44 80 07-5 eller bg 270-9095.**

Anmälan (även för information) till Ann Falk, tfn 08-97 26 62.

**Tycker du att resorna verkar intressanta men att du inte kan anmäla dig redan nu – spar detta Höstlövsnummer. Texterna kommer inte att upprepas i kommande nummer.**

## Luciafirandet

En **FÖRSKOLEKLASS** firade lucia med oss. De bjöd på ett komplett luciatåg och sjöng från en bred repertoar de vanliga lucia- och jul-sångerna. De var mycket duktiga. Sexåringar har en omedveten charm. En tår rann över min kind.

Efter sången bjöds vi på kaffe och saffranslängd och barnen på saft och pepparkaka. I samlingsalen spreds ett behagligt sorl när våra röster blandades.

När fikastunden var klar, tackade Eva lärarna och ”artisterna” för deras insats. Hon gav också ett tack till våra funktionärer, inte bara för dagens insats, utan för deras arbete under det gångna året.

Jag satt och tänkte på två medlemmar, som var förhindrade att vara med idag. Siv och Kurt Rehnström. De har varit ständiga funktionärer så länge jag kan minnas. Ytterligare en tår gick inte att hejda.

Vi skall vara glada över att ha medlemmar som kan och vill arbeta ”i det tysta”.

Vem tackar Eva? Hon finns överallt och alltid ”när det behövs”?  
Tack Eva för att du finns.

*Axel Arvidsson*

## Ändrad speltid för bordtennisen

Bordtennisen börjar fredagen den 13 januari 2017 i Västertorpshallens lilla motionsrum 1 trappa ner. Speltiden är nu endast en timme,  
**kl. 09:00 – 10:00..**

**Nya spelare är varmt välkomna!**

Kontakta Göran Mörk, tfn 08-603 80 53 eller  
Eva Gugolz, tfn 08-88 35 78 för mer information.

## Lusasken

Fruängen är ett vackert namn på en vacker förort precis som det ska vara. Men alla förorter har inte begåvats med lika vackra namn. Tänk bara på ordet Pungpinan, namngivet efter en gammal krog där priserna troligen var en plåga för penningpungen.

På vägen till en av våra stora kyrkogårdar finns ett annat märkligt namn. I uppførsbacken mot lokalgatan ligger en fotbollsplan i vars bakgrund föreningens namn står skrivet, det är ett vackert namn efter något gammalt torp från forna tider men området har i dag ett annat namn. Man kan undra varför? Kanske beror det på att ryssarna, i det krig som vi alla minns kastade bomber över Helsingfors så att hela staden stod i lågor. Efter det var vi här i Stockholm tvungna att tömma våra vindar från brännbart material där det mesta var gamla möbler, som sedan staplades i stora högar nere på gatan för transport till fotbollsplanen med det vackra namnet, där de senare brändes. Stället kom då att bli Stockholms största soptipp.

En del möbler ville man ändå spara så dom gick till tapetseraren för omklädsel. Så när möblerna kom till verkstaden fick dom först stanna på gården medan lärlingen slog av all stoppning och med två fingrar bar stoppningen till soptunnan. Sen kom gesällerna ut på gården och synade möblerna, om det då fanns en svart rand i bakkanten på stolen, fåtöljen eller soffan drog dom med nageln i den svarta randen. Blev det då ett märke i densamma fick kunden två val, antingen Anticimex eller sopbacken med det vackra namnet.

När sen kriget tog slut jämnade man där marken och byggde egnahemsvillor på platsen, men blev troligen även tvungen att samtidigt byta namn på området. För vem minns väl inte kökssoffan som blev vår första säng, där många legat skavfötters med något av syskonen.

Yrkesskadad som lärlingen på gården blev av alla gamla stoppningar kallar han fortfarande dylika tingestar (kökssoffor) för lusaskar. Så gamla fina namn kan med åren få en ändrad betydelse.

Om ni listar ut vad förorten som byggdes på loppor och löss heter i dag så tala inte om det för någon, det är i stället all anledning att glädjas åt namnet Fruängen.

*Kurt Rehnström*

## Roliga historier från medlemmar

### Några historier från Rolf Noberg

John var över nittio år och på rutinbesök hos doktorn.

- Det är ju helt fantastiskt, sa doktorn, ni har ju fysik som en femtioåring.

- Inte så konstigt, sa John, det beror på en överenskommelse som gumman och jag gjorde för nästan sextio år sen. Vi bestämde oss för att aldrig gräla, så om hon blev arg skulle hon hålla sig i köket och laga mat och om jag blev arg, så skulle jag ta en lång promenad tills vi lugnat ner oss.

- Jamen, hur har det kunnat hålla er så frisk?

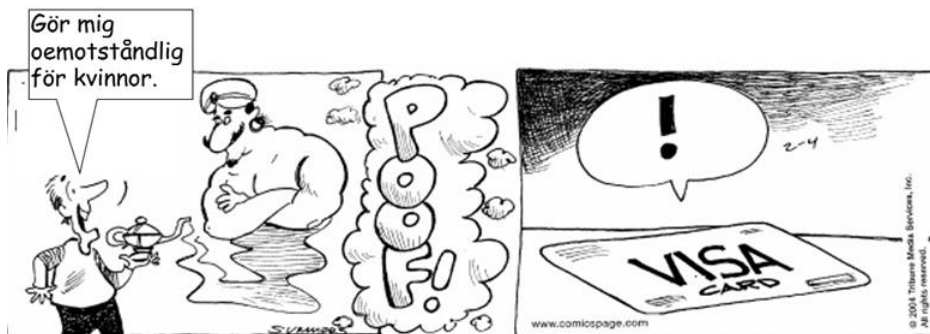
- God och närande mat och långa stärkande promenader, doktorn!

Varför väger gifta kvinnor mer än singelkvinnor?

Singelkvinnor kommer hem, ser vad de har i kylskåpet och går i säng, medan gifta kvinnor kommer hem och ser vad de har i sängen och går till kylskåpet.

- Fick du något när din morfar vann 10 miljoner på Lotto?

- Javisst, jag fick en ny mormor.



## **Verksamheter varje helgfri dag Vårterminen 2017**

- Bridge måndagar kl. 09:30-13:00. Hanna Paulis Gata 13.  
Ansv: Gunnel Andersson tel. 08-97 53 95
- Bridge onsdagar 09:30-13:00. Hanna Paulis Gata 13  
Ansv: Lars Åsberg tel. 08-88 41 23
- Motionsgymnastik onsdagar kl. 09:30-10:30. Västertorpshallen,  
lilla motionsrummet 1 tr. ner.  
Ansv: Lilian Bjelton tel. 070-396 16 38
- Bokcirkel onsdagar kl. 13:30-15:00 jämna veckor.  
Hanna Paulis Gata 13.  
Ansv: Margareta Lundholm tel. 08-646 97 67
- Vandringar torsdagar kl. 09:30.  
Vi samlas vid T-banan Fruängen 09:20.  
Ansv: Lars Gandils tel. 08-88 22 22
- Bordtennis fredagar kl. 09:00-10:00. Västertorpshallen,  
lilla motionsrummet 1 tr. ner.  
Ansv: Göran Mörk tel. 08-603 80 53
- Boule Ansv: Rolf Noberg tel. 08-646 35 93

### ***Viktiga telefonnummer***

***SOS Alarm tel. 112***

***ÄldreDirekt tel. 08-80 65 65***

- ***frågor betr. äldreomsorg i Stockholm***

***Trygghetsjouren tel. 08-508 40700***

- ***dygnet-runt-jour, akuta hjälpinsatser***

***Äldrestöd Ett nummer – Flera tjänster tel. 08-508 23587***

*Manuskript till februarinumret senast 20 januari*

*Häftning, hämtning och distribution av februarinumret den 30 januari.*