

TibbleSenioren

Medlemstidning för SPF Tibbleseniörerna

Nr 4,
2011



*SeniorNet växer,
se sidan 16*

Utgivare:

Ingela Lindberger, 560 354 51

Chefredaktör:

Eva Neveling, 753 00 21,
eva.neveling@scriptura.se

Layout: Eva Neveling.

Redaktionskommitté:

Lennart Cederstam

510 508 48

lhc.cederstam@tele2.se

Bodil Säfbom

768 38 10

bosa43@brfjupiter.se

Leif Söderström

768 60 78

leifsoderstrom@telia.com

Rolf Wiksten

758 64 60

rolf@wiksten.se

Tryck: Tryckeri AB Orion.

**Chefredaktören förbehåller
sig rätten att redigera i allt
inkommet material.**

**Nästa nummer utkommer
i vecka 7, 2012. Manus-
stopp 15/1. Kontakta re-
daktören innan du skriver!**

Annonser:

Leif Söderström, leifsoder-
strom@telia.com, Britt-
Marie Janson, britt-marie.
janson@bredband.net

Artiklar, bilder och an-
nonsoriginal sänds till Eva
Neveling, allt övrigt material
till Bodil Säfbom. Mejl-
adresser se ovan!

Omslagsbild: Ingrid Nygren
får hjälp vid datorn av
handledaren Nils Blomgren,
SeniorNet.

(Foto Eva Neveling)

Innehåll nr 4, 2011

- 4 • Kallelse till årsmöte 2012
- 5 • Höjd medlemsavgift
- 6 • Leta ny bostad
- 9 • Tidigare månadsmöten
- 10 • Vandrare i Österrike
- 12 • Mannekänguppvisningen
- 16 • SeniorNet satsar
- 18 • Kalendarium
- 19 • Aktiviteter
- 25 • Året som gått
- 27 • Vägnamn i Täby
- 32 • Teaterronden
- 33 • Redaktörns Rader
- 34 • Adresser, styrelsen



Sid 12

Månadsmöte 23 november

Falsk eller äkta konst

Antikviteter är populärt,
inte minst tack vare TV:s
Antikrundan, där novem-



*Louise
Lyberg,
gästföre-
läsare i
november.*

bermötets
gäst Lou-
ise Lyberg
medverkat i
många år.

Louise
Lyberg ska
berätta om
hur man skil-
jer på falsk

och äkta konst. Och hon
vet vad hon talar om.

Louise Lyberg har
studerat konsthistoria vid
universitetet i Umeå och
har varit verksam både
vid Nationalmuseum
och Liljevalchs. Idag är
hon Senior Advisor hos
Bukowskis.

Välkomna till ett intres-
sant möte!

Förändringsarbetet har startat

För att ett förbund som SPF ska fortsätta att växa och utvecklas måste det finnas gemensamma mål och riktlinjer. I SPF:s fall antas dessa av kongressen vart tredje år. Där beslöts bland annat att vi ska bekämpa "ålderism" i alla former och arbetet med detta pågår för fullt.

Arbetet sker i grupper med olika inriktning. En grupp jobbar för att förändra attityderna till äldre människor, till exempel att man som äldre inte längre kan lära sig något nytt.

Där ingår också att få bort ålderistiska bestämmelser som att man efter 67 inte får arbeta i vissa statliga tjänster.

En grupp ska arbeta med läkemedelshantering för äldre. Starta eget-service är ett annat spännande projekt som går ut på att hjälpa människor som vill starta eget efter 65.

Till sist vill jag också nämna ett av de viktigare projekten, nämligen certifiering av äldreboende.

Alla dessa arbetsgrupper ska så småningom redovisa sina förslag så att arbetet mot ålderism leder till prak-



Ingela Lindberger, ordförande, Tibbleseniörerna.

tiska åtgärder och inte bara till visioner.

Ett annat viktigt mål för den närmaste treårsperioden inom SPF är **förnyelse av föreningarna**. Där siktar SPF framför allt mot att inkludera It-tekniken i sina verksamheter. Allt fler pensionärer ser det idag som självklart att snabbt och enkelt hitta information om aktiviteter och nyheter på sin lokala hemsida.

Även de som av olika skäl inte deltar så ofta i föreningens olika aktiviteter ska kunna följa verksamheten på hemsidan. Där ligger vi väl till i Tibbleseniörerna med vår hemsida.

Rekrytering av nya medlemmar är ett nyckelområde inom SPF. I storstadsom-

rådena backar pensionärsföreningarna och vi i Täby ligger still. Konkurrenten från alla andra aktiviteter spelar en stor roll och här måste vi bli mer aktiva.

Nästa år kommer en rekryteringstävling att starta och kurser för dem som vill arbeta med rekrytering kommer att erbjudas. År vi många blir vi starka och då kan vi även lägga tyngd bakom arbetet att förbättra de äldres villkor.

Målet är att öka antalet medlemmar med två procent under nästa treårsperiod, men också att värna om de behov som våra nuvarande medlemmar har.

Det är en stor utmaning att få alla att känna sig hemma i en förening, där medlemmarnas ålder kan skilja med 35 år, men tänk vilken samlad erfarenhet vi har!

Förnyelse är ju inte bara teknik. Det finns säkert många av er som har idéer och önskemål om hur vi skulle kunna förnya och förbättra vår verksamhet! Jag tar tacksamt emot era tankar på telefon, mejl eller i ett brev.

Ingela Lindberger

Kallelse till årsmöte 2012

Härmed hälsas alla medlemmar välkomna till årsmöte i
Tibbleseniörerna onsdagen den 22 februari kl 14.00
i Grindtorpskyrkan.

Föreningens verksamhetsberättelse och ekonomiska redogörelse
för 2011 samt föredragningslista utdelas i samband med årsmötet.

Handlingarna kommer att finnas tillgängliga på föreningens
expedition, Marknadsvägen 293, från måndagen den 14 februari.
De kan även laddas ner från Tibbleseniörernas webbplats, www.tibbleseniörerna.se

Motioner till årsmötet skall vara styrelsen tillhanda senast
onsdagen den 1 februari under adress
Marknadsvägen 293, 183 79 Täby.
Föreningen bjuder på kaffe och tårta.

Styrelsen

TÄBYS BÄSTA MARKNADSFÖRING

Ska du sälja?

Vi på Jägholm erbjuder en högklassig mäklartjänst med
konkurrenskraftiga arvoden.

Vid försäljning så bjuder vi medlemmarna i
TibbleSeniörerna på deklarationshjälp och flyttstädning.

TÄBY 08-732 50 00 | VALLENTUNA 08-511 733 55 | DANDERYD 08-732 50 00 | ÖSTERÅKER 08-540 875 75

FASTIGHETSMÄKLARE

JÄGHOLM

Höjd medlemsavgift från 2012

Tibbleseniörerna beslöt vid ett extra årsmöte den 19 oktober att höja medlemsavgiften med 20 kr. Höjningen sker från och med 2012.

– Riksorganisationen SPF beslöt i somras att höja medlemsavgiften från och

med 2013, sa Leif Söderström, som var ordförande vid mötet.

– I vår förening tar vi ut höjningen redan från kommande årsskifte och får därigenom en välkommen och nödvändig förstärkning av föreningens kassa.

Medlemmarna röstade igenom höjningen utan vare sig invändningar eller frågor.

Avgiften från årsskiftet är alltså 250 kr och för gifta/sammanboende 480 kr.

Eva Neveling

Vad tycker du om avgiftshöjningen?



Sixten Bäckström:
– Det är ingenting att bråka om.



Margareta Nissen:
– Allt kostar ju så det är väl inte konstigt att avgiften höjs.



Henry Lisskoe:
– För mig spelar en så liten höjning ingen roll.



Stina Mäkk:
– Jag tycker det är helt ok.



Gunnar Bergfalk:
– Höjningen är onödig tycker jag. Vad ska de pengarna gå till?



Ledamot 238

Monica Riddebäck

Dipl. Homiatriker

- Lymfdränage
- Homeopati
- Naturmedicin
- Irisdiagnostik
- Håranalys

25

år i Täby

NYHET

Pensionärspris 300:-

Ordinarie pris 500:-

Urinprov, blodtryck och irisdiagnos ingår

Naturmedicinska Praktiken

Vallatorpsvägen 3 F
187 52 Täby
Tel: 08-510 515 44

www.naturpraktik.nu
naturpraktik@gmail.com

Mycket att välja på i Täby men hyresrätter saknas

– Nyproduktion är dyrt, det ska man vara medveten om när man letar efter en ny bostad, säger Jan Jägholm, fastighetsmäklare med lång erfarenhet i norrort.

– Den som vill ha pengar över vid en fastighetsförsäljning bör nog titta på de bostadsområden som har några år på nacken. Dyrast är förstås att flytta in till stan. Då brukar inte pengarna från försäljningen av villan eller radhuset räcka.

För många kommer det som en kalldusch att det blir så litet pengar över från villaförsäljningen.

Reavinstskatten är 22 procent och uppskov medges bara upp till 1.450.000 kronor vid köp av dyrare bostad, än mindre eller kanske inte alls vid köp av en billigare bostad.

Täby växer

Politikerna i Täby kommun planerar för cirka 80.000 innevånare inom några decennier. Det betyder att planerna för nya bostäder är omfattande.

Många av de nya bostadsområdena är ännu på planeringsstadiet. Marknadsföringen och försäljningen av dem sköter byggbolagen själva.

Däremot finns det mycket att välja på bland befintliga lägenheter. Även i relativt nya områden som Hägernäs Strand kan det ibland vara värt att hålla ögonen öppna.

Hägernäs Strand började byggas för 7-8 år sedan och där är prisvariationerna nu stora.

Stora prisvariationer

– En del köpte nog på spekulativ och har nu vissa svårigheter att bli av med sina lägenheter. Få områden i Täby har så stora prisvariationer på lägenheter som just Hägernäs Strand, säger Jan Jägholm.

Jan Jägholm har några objekt som han värderar högt för den som kan tänka sig att flytta inom det befintliga lägenhetsurvalet: Storstugan, intill Täby Centrum, och Viggbygdens nära Viggbyholms station.

– Där är lägenheterna

stora, föreningarna välskötta, det finns hiss och avgifterna (hyrorna) rimliga. Dessutom ligger de bra till nära kommunikationer och annan service.

Andra omtyckta områden är familjehotellet i Näsby Park, Grindtorp med flera hundra lägenheter och ett stort antal stora och små lägenheter i gamla Hägernäs.

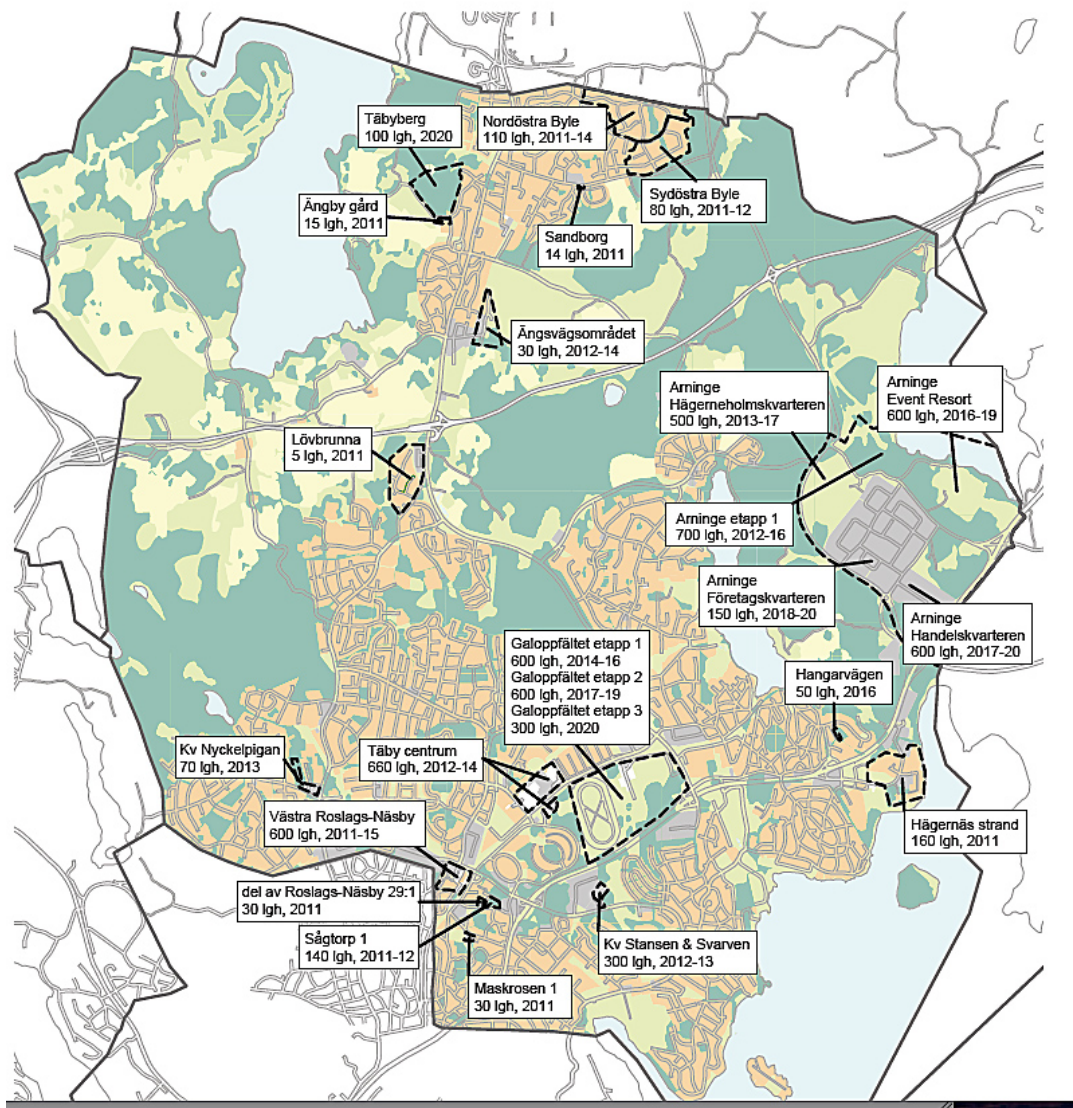
Få hyresrätter

Hyresrätter är det ont om i kommunen. Med tiden har de flesta omvandlats till bostadsrätter.

Några finns ännu kvar, som Fregatten i Näsby park och i Gribbbylunds centrum.

Många pensionärer skulle nog önska att pengarna från en villaförsäljning kunde förstärka pensionen, att slippa låsa kapitalet från försäljningen i en ny bostad. I Täby är det knapast möjligt.

– För den som vill bo kvar i Täby finns det få hyresrätter, men för den som varit van vid friheten i en villa är kanske en bostadsrätt ändå bästa alternativet.



vet. Där kan du påverka tapeter, färgsättning och till exempel köksutrustning på ett helt annat sätt än i en hyresrätt. De brukar de flesta husägare uppskatta.

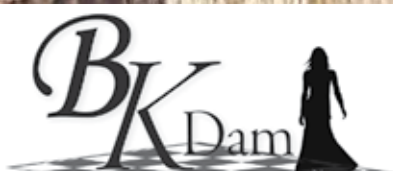
Eva Neveling

Kartan är hämtad från en bilaga i kommunens verksamhetsplan, *Bostadsproduktion i Täby 2011-12*. Mer information finns på nätet, www.taby.se



**Snyggt klädd för jobbet, fritiden
...och alla högtidliga tillfällen**

Klipp ut annonsen så får ni
10% rabatt
på valfri vara
(gäller endast en gång)



Eskadervägen 4 Näsby Park Centrum i Täby Tel 08-732 50 44 www.bkherr.se
Öppettider: Vard. 10-18 Lörd. 10-15 Sönd. 12-16

Öppet hus



Välkommen till Öppet hus i Tibble kyrkas slöjdlokaler! Vi har öppet måndag till torsdag.
Här kan man vara flitig eller göra ingenting i en otvungen atmosfär.
Ingen föranmälan krävs.

Tibble kyrka må-to 11-15

Lena Denke, tel: 580 036 24.

Svenska kyrkan 
TÄBY FÖRSAMLING

19 år i fängelse

Ja, ungefär så började AnnBritt Grünwald sitt anförande på månadsmötet i september. Att hon uppskattats mycket under alla sina år är väl känt, men den finaste komplimang hon någonsin fått, fick hon av en före detta fånge som hon brevväxlat med. Han började alla sina brev med "Hej Allt Oknyttts Beskyddare".

Det blev mycket skratt under hennes framträdande. Som till exempel när hon berättade att hon ringde hem till byn i Jämtland där hon tillbringat sin barndom. Hon talade om för pappan att hon fått sitt första jobb som behandlingsassistent på Österåkersanstalten.

– Kom ihåg, svarade pappan, att du är uppfödd på tjyvsjkjutet älgkött!

Hennes första intern i jobbet som behandlingsassistent blev Stig Wennerström, som just flyttats från det gamla häktet på Långholmen till Österåkersanstalten. En annan numera känd fånge var en ung Jan Guillou dömd för sina insatser i den så kallade IB-affären.

– Han trodde att han skulle få fångarna att göra uppror Men det ville inte

fångarna, så honom såg vi till att bli kvitt så fort det var möjligt!

På Österåkersanstalten kom hon att verka många år, varav 19 år som fängelsechef. Det dröjde inte länge innan hon uppmärksammades för sitt ofta okonventionella sätt att se på internerna och på hur arbetet på anstalten skulle gå till.

En gång fick hon ett stipendium på 15.000 kronor. För pengarna köpte hon entrecôte och bjöd både fångar och anställda med familjer på grillfest.

Föga konventionell fångvård – men mycket mänsklig!

Idag är brottsligheten grövre, konstaterade AnnBritt. Det är knark, mer vapen och fångarna är trasigare, mer emotionellt handikappade än när hon började sitt yrkesliv. En del bär även med sig traumatiska krigsupplevelser.

Att brottslingar ibland återfaller är väl känt. Men för många går det också bra.

– Jag har till exempel flera före detta fångar som nu sitter som nämndemän i hovrätter.

– Jag är nöjd med mitt kriminella liv, avslutade Grünwald.

Ferlin i ord och ton

Förre operasångaren Ove Engström gav oss en glad eftermiddag om Nils Ferlin på månadsmötet i oktober: många välkända verser, bland annat den enda som Ferlin själv gjort musiken till, nämligen På Arendorffs tid. Arendorff lär ha varit både den förste och den siste av Klara-bohemerna.

Och apropå Klara. Visst förknippar vi Ferlin med Klara, men det är dubbelt sant. För Ferlin föddes i Klara – Klara i Karlstad.

Att livet gick upp och ner för Ferlin är väl bekant liksom att han under många år bodde i Penningby en bit utanför Norrtälje.

Där ägde han också en älskad katt med namnet Pelle. Katten skulle ha Roslagens fetaste strömming och mest gräddiga mjölk.

När Ferlin med hustrun Henny gjorde en lång resa genom Europa ända till Tunisien lovade grannen Hjalmar att sköta Pelle ordentligt.

Från Tunisien fick Pelle ett vykort med adressen Pelle, Penningby, Norrtälje, Sweden.

Kortet avslutades med Hälsa Hjalmar!

*Texter:
Leif Söderström*

Femton Tibblevandrarare i Österrike

En av vandrargrupperna i Tibbleseniorena har sedan en del år gjort en veckas vandring i svenska fjällen, men i år for vi till Bad Gastein i Österrike.

Vi var femton stycken som for i väg en tidig lördagsmorgon. Redan fösta dagen hann vi bekanta oss med orten i ett härligt solsken och skön värme.

Dagarna började med gemensam samling med genomgång av de olika alternativen – lätt till svår vandring.

Första dagen fick alla grupper vandra ungefär samma sträcka för att känna på terrängen. Det blev en ganska tuff dag med att lära sig gåteknik, uppför och nerför. Det var mycket uppför.

Efter denna dag kunde var och en välja grön, blå eller röd grupp alltefter egen förmåga. Gröna och blå grupperna vandrade ungefär samma sträcka, men den gröna tog det litet lugnare. De flesta av oss valde den blå gruppen, några den gröna, alltefter ork. Den blå gruppen fick en utmärkt infödd bergsguide. Han hade lärt sig svenska själv genom att lyssna och prata med svenska turister och var kunnig om miljö, kultur,



Utsikten var mödan värd för Tibblevandrararna i Bad Gastein. (Foto Kerstin Ferenius)

djur och blommor.

Vi skulle vara vandringsfärdiga 8.15 varje dag då vi hade 15 minuters presentation av dagens vandring. Fem vandringsdagar fick vi, den sjätte var vilodag. Vilodagen spenderades i Salzburg eller i Bad Gastein med bland annat thermalbad.

De flesta dagarna vandrade vi ovanför trädgränsen och då fick vi åka bergbanan upp, men inte hela vägen. Den högsta höjden vi var på var 2.200 meter. Vyerna var helt fantastiska med djupa gröna dalar och höga alper, lite av Sound of music-vyer. Luncherna intogs i fädbodar, där vi fick genuina österrikiska specialiteter. I måltiderna rekommenderades den lokala snapsen som vi då kände oss tvungna att prova.

Djurlivet var rikt och vi gick genom stora hagar med hästar, kor, får, getter som tas hem i slutet av september. Vi fick också se ett och annat murmeldjur och någon enstaka kungsörn.

Naturscenerierna var otroliga med glaciärer på en hel del toppar. En dag var det 450 höjdmeter som skulle forceras. De sista 200 meterna gick rakt upp. Vi fick verkligen lön för mödan med att få se de fantastiska vyerna.

Efter en vecka med hälsosam och rolig vandring med ömsom regn, dimma och solsken var det dags att lämna Bad Gastein.

Nu väntar våra vanliga måndagsvandringar där vi välkomnar fler deltagare.

Vandrarna i Tibbleseniorena

SENIORTRÄNA MED FRISKIS&SVETTIS TÄBY



Seniorjympa:

Måndagar kl 10

Onsdagar 9.15

Fredagar kl 10

Slottshallen vid

Näsby Slott.

Djursholmsvägen 30



Seniorjympa för dig som kommit upp i panteråldern och vill ha ett lugnare tempo än basjympan vad gäller musik och rörelseval. En skön gruppträningsform.

Seniorgym:

Måndagar och torsdagar

kl 9-10 i gymmet

Vad är seniorgym?

- Styrketräna i Täbys trivsammaste gym. Instruktor på plats.
- Lägre volym på stereon. Möjlighet till skön bastu och dusch.

Vill du jympa, styrketräna och spinna

(cykla inomhus i grupp) mm är Allträning Dag-kort något

för dig. Du kan välja mellan års-, säsong- eller månadskort.

Hjärtligt välkommen!

PROVA PÅ 1 GÅNG!

Ta med tidningen och prova kostnadsfritt en gång på Friskis&Svettis Täby, Djursholmsvägen 30. Besök vår hemsida för mer information:

Namn: _____

E-post: _____

Gäller t o m 2011-11-30

friskissvettis.se/taby



Leif och Birgitta i höstens kreationer från BK Herr respektive Tjeja Fashion.



Höstens mode visades på Täby Park Hotell

Mannekänguppvisning i regi av Tibblese-
niörerna är något alldeles speciellt. Redan i
entrén till Park Hotell märker du det förvän-
tansfulla sorlet. Här är det ingen som kom-
mer försent, tvärtom. Redan en halvtimme
före start är det så gott som fullsatt. I år del-
tog även medlemmar från SPF Jarlabanke.

Charlotta Fagerland, Tjeja
Fashion, Vallentuna, och
Birgitta Kaasik, BK Herr,
Näsby Park, äntrade sce-
nen så snart gästerna ätit
upp laxpajen och druckit
kaffet. Och snart gled
mannekängerna, både da-
mer och herrar, fram på
catwalken i sina kreatio-
ner.



Louise-Mari i elegant och välsittande klänning för höstens och vinterns fester.

Vad är det då som gäller i höstens och vinterns mode?

För damerna är det mycket stickat, kjollängder som varierar, jeans i olika finhetsgrader och modeller och glitter i festkläderna. Herrarna kan glädja sig åt att tweedkavajer åter är modernt och tröjor i färg, medan slipsarna ännu inte kommit igen.



Danska leverantörer är bra på stickat som är modernt i höst och vinter. Gill visar.

Det speciella med den här årliga mannekänguppvisningen är inte bara att kläderna är snygga, funktionella, finns på nära håll (Vallentuna Centrum och Näsby Parks Centrum).

Nej, en stor fördel är att mannekängerna inte bara håller sig till catwalken utan vandrar ut bland publiken, som får titta närmare och även känna



Ullkavaj och färgglad halsduk – visst är det elegant. Claes vandrar längs catwalken.

på kvaliteterna. Mycket uppskattat!

Som avslutning lottades både presentkort och produkter ut bland deltagarna. Ingela Lindberger, ordförande i Tibbleseniörerna tackade alla och avslutade med orden:

– Vi ses väl här nästa höst igen!

*Text och foto:
Eva Neveling*

Motionera dig glad och frisk!



Regelbunden motion ger mer än bara ökad styrka och uthållighet. Motion förbättrar humöret och förebygger en rad sjukdomar.



MEDLEY Tibblebadet

**Välkommen till lunchsim,
vattenträning och aftonsim.**

Namn.....

E-post*.....

Mobil*.....

Attundavägen 5-7, Täby
medley.se/tibblebadet
tel 08-503 827 60

* I och med att jag lämnar min e-postadress och mitt mobilnummer får jag regelbundet erbjudanden från Medley via e-post och sms. Jag kan närsomhelst avregistrera mig från detta.

Klipp ur annonsen! Gäller som entrébiljett för dig och en vän. Erbjudandet gäller t o m 31 dec. 2011.

Välkommen till Melanders i Täby

Butiken är öppen:

Måndag - Fredag 10-19

Lördag - Söndag 10-18

Restaurangen är öppen:

Måndag - Fredag 11-19

(köket stänger 18)

Lördag - Söndag 11.30-18

(köket stänger 17)

melanders.se
08-638 05 38


Melanders



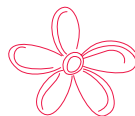
Tack för senast på Täby Park.
Vilken underbar miljö
att få visa kläder i!

*God Jul
Gott Nytt År*

önskar Charlotta, Gunilla och Inga

Tjeja
fashion

Öppettider
Mån-fre 10-18 • Lör 10-15
Vallentuna Centrum
Tel 511 700 14



Tibble-erbjudande!

20% rabatt på ETT valfritt plagg mot denna kupong.

Gäller t o m 20 december 2011 och endast en gång per person. Kan ej kombineras med andra erbjudanden.



Namn _____

Dålig hörsel eller syn?

SeniorNet hjälper dig vid datorn



*– Jag ska försöka lära mig mer om bildbehandling längre fram, säger
Lars-Erik Arnström, som tränar med hörlurar vid datorn.*

SeniorNet i Täby har firat 1-årsjubileum och tillströmningen av medlemmar är god. Fyra dagar i veckan drivs undervisning på Täby Seniorcenter och nästan alltid är datasalen fullsatt. Nu satsas på att även göra datorn tillgänglig för seniorer med funktionshinder.

– Vi har fått statliga pengar för att vidareutveckla vår verksamhet, säger Lars Lindstammar, som är bas för SeniorNet i Täby. Via kampanjen *Digidel 2013* ska även personer med nedsatt hörsel eller syn eller har problem med motoriken kunna få hjälp.

Tretton handledare på SeniorNet, alla med lång

dataerfarenhet, har nu via en utbildnings-DVD, "Anpassa Windows för funktionsnedsättningar", fått lära sig nyheterna som ska hjälpa medlemmar med funktionsnedsättningar.

– Antingen kan man komma hit till Täby Seniorcenter och få hjälp eller så kan man få hjälp på distans, förklarar Lars.

Distansstödet fungerar så att vi kan koppla ihop din dator därhemma med vår dator här och på så sätt hjälpa dig. Det kräver förstås att man själv är rätt van datoranvändare. Alla nybörjare gör bäst i att bli medlemmar och komma hit för att få hjälp och stöd.

Föranmälan krävs

Eftersom intresset för SeniorNet är så stort måste man tills vidare anmäla sig innan man kommer. Den som har egen dator kan däremot ta med sig den och komma till lokalerna utan anmälan.

Handledarna finns på plats enligt ett schema som finns på nätet, www.sntaby.nu.

sntaby.nu. Där kan man alltså se vilken handledare som arbetar den dag man vill komma. Det går också bra att ringa till SeniorNet på tel 768 16 20.

Interaktiv utbildning är en variant som många av medlemmarna prövar. Det betyder att man sitter vid en dator och via hörlurar följer med i en utbildningskurs. Den mest populära kursen är om ordbehandlingsprogrammet Word.

Lars-Erik Arnström sitter uppkopplad och med hörlurar vid öronen:

– Att komma hit är bra eftersom man kan fråga och få praktisk hjälp vid datorn. Sitter jag hemma och tränar själv blir det

litet svårare.

Ingrid Nygren får hjälp av handledaren Nils Blomgren och det är just nu 'kartsök' hon vill lära sig.

– Jag ska köra till Gävle och tycker det är lättare att ta ut en bild direkt från nätet än att behöva en stor kartbok.

Med Digidel 2013 räknar Lars med att få ännu fler elever till SeniorNet.

– Vi ser fram emot att få hit många av dem som fortfarande tror att de inte kan lära sig något om datorer eftersom de ser eller hör dåligt, säger Lars. De är varmt välkomna hit så ska vi hjälpa dem in i den spännande datorvärlden.

*Text och foto:
Eva Neveling*

Fakta, hjälpmedel

De hjälpmedel som ska anpassa datorn även för dem som ha funktionsnedsättningar är flera:

1. Problem motorik

Den som darrar på handen kan ha svårt att hantera musen och det blir svårt att vara exakt vid datorn. Inställningar av både musen och tangentbordet gör det lättare att arbeta vid datorn.

2. Synproblem

Flera olika åtgärder i operativsystemet finns för synsvaga. Det kan vara ett förstoringsglas (som alltså ligger i datorn), anpassning av upplösningen på bildskärmen, inställning av

textstorlek, anpassning av färgsättningen.

Talande Webb är ett hjälpmedel som gör att webben talar. Talande Webb läser upp webbsidor och pdf-filer, markerar den text som läses upp, sparar uppläst tal som mp3-filer och ger användaren möjlighet att använda läslinjal eller skärma av för att hålla fokus på det du läser.

3. Hörselproblem

SeniorNet Täby har nu den modernaste hörhjälputrustningen för personer med hörselnedsättningar. Handledaren har trådlös kontakt med de deltagare som har hörapparater (T-slinga) eller hörlurar. Utrust-

ningen har anskaffats med bidrag från PTS (Post- och telestyrelsen).

4. Fjärrhjälp

Som nämnts i artikeln går det också att få fjärrhjälp vid sin dator. Med TeamViewer kan handledaren inom några sekunder upprätta en förbindelse till önskad PC via internet och fjärrstyra denna. Handledaren kan då göra inställningar, ta bort eller installera program mm utan att behöva vara på plats.

Ta kontakt med SeniorNet, Lars Lindstammer, så kan han ge råd om hur du ska gå vidare. Tel 768 16 20 eller sntaby@gmail.com. Hemsida www.sntaby.nu.

Kalendarium

Månadsmöten

Lokal: Grindtorpskyrkan kl. 13.00.

Avgift vid månadsmöten 70 kr (gäller ej årsmötet). I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

23 nov: "Falsk eller äkta konst" Louise Lyberg från Bukowskis, se sid 2.

14 dec: Åsa Bergh: Viktor Rydbergs "Tomten" – våra mest älskade julsånger.

2012

25 jan: Herrkören Vocal Vikings har funnits i 35 år och underhåller med manskörsåtar, visor och schlager. Vi får även höra några barbershoplåtar.

22 febr: Årsmöte

21 mars: Peter Nydahl och Bo Simonsen underhåller på gitarr och keyboard "Från Bellman till Beatles".

25 apr: program ej fastställt.

30 maj: program ej fastställt.

Resor/Utflykter

27 nov: Julbordsresa till Trosa Stadshotell. Se hemsidan eller sid 21 i TibbleSenioren nr 3.

18-19 dec: Julbordsresa med Cinderella, se sid 20 i TibbleSenioren nr 3. Betalning senast 22 nov.

31 jan-2 feb 2012: Jokkmokks Vintermarknad och Ishotellet i Jukkasjärvi. Se hemsidan eller sid 20 i TibbleSenioren nr 3.

28-30 mars 2012: Helsingforskryssning med teater "Kristina från Duvemåla", se hemsidan eller sid 21 i TibbleSenioren nr 3.

16-20 sep 2012: Resa till Barcelona – staden som inspirerar. Se hemsidan eller sid 21 i TibbleSenioren i nr 3.

Teater/Opera

Se Teaterronden, sid 32.

Operakunskap. För information ring Birgitta Wittwängen Lundh, 756 10 28.

Övrigt

22/11: **Café Opera** – Träffpunkt SPF, kl 15–18. Öppet hus med musikunderhållning. Entré 60 kr inkl ett glas vin. Ingen föranmälan.

5/12: **Öppet hus** på expeditionen 10.30–12.00, Marknadsv. 293.

Pubafton 1/12 kl 17-20, Marknadsvägen 249-251

Studiecirkeln "Slott runt Mälaren", ring Barbro Hansson, 758 99 04.

2012

Vinprovning 31 jan. och 14 feb.

Kostnad 100 kr/gång. Marknadsv 293 på gaveln, Tibbleseniörernas expedition. Anmälan till Sylvia Molander, tel 758 82 82. Mejl: molander@hemmingsson.com

Reseombud sökes

Gillar du att resa? Gillar du att träffa människor? Då passar du säkert som reseombud i Tibbleseniörerna!

Carin Olsson behöver nya medarbetare när Karin Larsson slutar. Som du vet har vår förening ett omfattande reseprogram både inom och utom landet.

Ring eller mejla till Carin, carin.ols-son@telia.com, tel 768 68 31.

AKTIVITETER

Badminton

Täby Racketcenter. Tisdagar o fredagar kl. 9-11. Nya deltagare välkomna. Information om start kontakta Ingemar Nordansjö, 756 47 21 eller Birgitta Groschopp, 768 60 64.

Bokcirkel/litterära sevärigheter

Kontakta Harriet Andersson, 768 30 35.

Boule

Måndagar o torsdagar kl.10-12 på Viggbygården. Nya deltagare välkomna. Kontakta Vivi-Ann Ahlberg, 510 511 62.

Bowling

Tisdagar kl.10.30–12.00 i Tibblehallen. Avgift: 90 kr för 3 serier, med rabattkort 550 kr (82:50 kr för 3 serier).

Inger Månsson, 510 105 31, Louis de Flon, 756 83 65. *(Ingen plats för nya spelare)*

Bridge

Tisdagar kl. 12.30–17.00, Kvartersgården, Näsbydalsvägen 21. Kontakta Wanjia Hammerfeldt, 732 52 31 eller Göran Wester, 768 47 85.

Torsdagar kl. 11.30–15.30, Föreningsgården. Kontakta Torsten Mårtensson, 792 06 85. *Fler deltagare välkomna på torsdagar.*

Canasta

Tisd kl. 13.00. För information ring Rolf Isenstein, 511 717 62 eller Christer Månsson, 510 105 31. Fler deltagare välkomna.

Eftermiddagsdans

Kvarntorpsgården, 22 nov. Kl 13.30–16.30. Start 2012 tis 24 jan därefter 21 feb, 20 mars, avslutning 14 apr kl 13-30-16.30. Kontakta Margit Annerstedt, 510 503 20.

Golf

Kontakta A-C Aggeborn, 510 505 26.

Lilla Museironden

Kontakta Margareta Mogren, 768 80 46. margaretha.mogren@bredband.net *)

Linedance

Föreningsgården, Täby Centrum fredagar kl. 10–11.30, 350:-/10 ggr. Start 2012 fre 27 jan. Nybörjarkurs start 27 januari kl 11.45, samma plats. Kontakta Margit Annerstedt, 510 503 20. *)

Operakunskap

9, 30 nov. Information – ring Gunnar Storkirk, 755 18 01 eller Birgitta Wittvången Lundh, 756 10 28. *)

Qi Gong

Ny kurs i Täby Centrum. Kontakta Barbro Bjerlöv, 732 75 88 eller barbro.bjerlov@bredband.net

Squaredance

Näsby Parks Squaredanceclub, torsdagar på Kvarntorpsgården, Näsby Allé 72, Pris 200:-/termin 10 ggr. Kontakter: Kerstin Boettge 756 76 99, Margareta Wahlbom, 768 87 76.

Spanska

Kontakta Inger Wästfeldt, 756 69 36.

Stavgång

Vandra med el utan stavar i Näsby Park. Samarbete med Jarlabanke. Start 20 jan 2012 (endast udda veckor). Samling kl 10 utanför Apoteket i Näsby Park för kortare promenad. Kontakta Monica Rosengren 768 32 07, monica.rosengren@traniset.se Birgitta Danielsson 758 78 48, birgitta.l.danielsson@telia.com.

Tennis

Ring Gun o Bengt Johansson, 510 123 49.

Vandringar

Samling vid rulltrappan nedre plan mot Storstugan. Medtag busskort, matsäck och sittunderlag.

Långa ca 10-12 km månd 09.15 Kontakta Maud Andersson 510 512 19, Kerstin Ferenius, 7586175. Start 16 jan 2012.

Korta ca 6-8 km måndagar kl. 09.30. Ring Laila Larsson 768 36 18. Ledare sökes.

*) I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Regn och blåst i Nationalstadsparken

65 förväntansfulla Tibble-seniorer och Jarlabankare hade anmält sig till båtturen genom Nationalstadsparken den 7 september.

Det var den dagen då regnet kom. Åska, ösregn och kulingvindar vände våra paraplyer ut och in när vi kämpade oss fram till Nybrokajen.

När båten äntligen dök upp var vi alla snabbt ombord, även de som tvekade på grund av rädsla för sjögång. På båten möttes vi av vår guide Henrik Walden-

ström som genom sitt kunskande och entusiastiska sätt att berätta om Nationalstadsparken och dess sevärdheter, omedelbart fick oss att glömma bort det dåliga vädret. Resan gick från Nybroviken till Brunnsviken.

Väl framme vid Ulriksdals brygga hade regnet övergått i dugg och vi fick en fin guidad tur genom parken.

Dagen avslutades med

en lunch på Ulriksdals Vårdshus och när lunchen var slut kom plötsligt solen fram. En stor skara glada människor lämnade restaurangen med minnet av en mycket trevlig dag i sina hjärtan.

Sylvia Molander



Lunchen smakade även om regnet öste ner ute i parken. (Foto Kerstin Persson)

WALLENS

TÄBY C

DAMKLIPPNING

PRISER ÅLDERSPENSIONÄRER:

ERBJUDANDE (MÅNDAG-FREDAG 10-14.30 250:-)

ORDINARIE 290:-



DROP IN OCH TIDSBESTÄLLNING
TEL 758 54 20

WALLENS

**TAG MED KUPONGEN SÅ FÅR DU 20% PÅ
HÅRVÅRDSPRODUKTER OCH BEHANDLINGAR
(T EX SLINGOR, TONING, FÄRG OCH PERMANENT)**



VÄLJ HSB OMSORGS HEMTJÄNST!

HSB Omsorg erbjuder dig en trygg hemtjänst med hög kvalitet och kompetenta medarbetare. Vi arbetar enligt vår värdegrund ETHOS: engagemang, trygghet, hållbarhet, omtanke och samverkan för att din hemtjänst ska passa just dina personliga önskemål och behov. Ring 08-638 80 80 så hjälper vi dig med dina frågor.
www.hsbomsorg.se



HSB – där möjligheterna bor

WALLENS

TÄBY C

HERRKLIPPNING

PRISER ÅLDERSPENSIONÄRER:

ERBJUDANDE (MÅNDAG-FREDAG 10-14.30 150:-)

ORDINARIE 190:-



DROP IN OCH TIDSBESTÄLLNING
TEL 758 54 20

WALLENS

**TAG MED KUPONGEN SÅ FÅR DU
20% PÅ HÅRVÅRDSPRODUKTER**

Låt oss laga maten!

Vi på Coop Extra Danderyd hjälper gärna till att laga maten till ditt nästa kalas eller din nästa middagsbjudning. Kom in och prata med oss i butiken så hjälper vi dig med allt som har med maten att göra.

*Välkommen in och prata
mat med oss eller ring
08-753 78 80!*



coop  **EXTRA**

Extra mycket för pengarna!

DANDERYD, ENEBYÄNGEN VID ENMANSVÄG • ÖPPET ALLA DAGAR 7-22



Håll i pengarna

Många av oss har via mejl blivit uppmanade att skicka våra kontonummer. Mejlet är utformat så att du ska tro att det är din bank som är avsändare.

Läser du mer noggrant kan utformningen av mejlet, inte minst språket, göra dig osäker.

En sak kan vi vara säkra på – banken kontaktar aldrig sina kunder i så viktiga ärenden som uppgifter om kontonummer eller liknande via mejl.

När du känner dig osäker ska du genast kontakta din bank. Och kom ihåg – lämna aldrig ut dina kontonummer via mejl.

SKA DU FLYTTA

ELLER BEHÖVER DU MER UTRYMME?

**10% SENIORRABATT
PÅ SELSTOR-FÖRRÅD**

Gäller vid nytecknande av kontrakt

**Hyr SelStor-förråd hos oss!
Ring 08-622 50 00**

- Larm i varje förråd
- Tillträde 05:30-24:00, 7 dagar i veckan
- Ingen öppningsavgift eller bindningstid
- För privatpersoner och företag

Hos oss kan du även låna släpvagn gratis i upp till ett dygn! Du behöver inte ens vara kund!

**10-PACK
KARTONGER**

199:-

(värde 280:-)

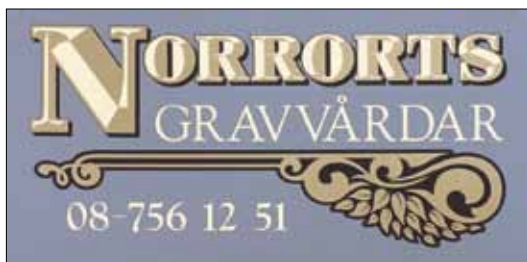


Täby SelStor
Stockholmsvägen 104
187 30 Täby
taby@selstor.se

08-622 50 00

www.selstor.se

**TÄBY
SELSTOR®**
Säkra förråd 1-30 m²



**Gravstenar
i stor utställning**

Gravering

Förgyllning

Målning

Renovering

Bergtorpsvägen 45, 183 64 Täby • Tel 08-756 12 51 • Fax 08-446 33 58

www.gravvard.se

Färgstarka Indien!

2095:- i
SPF-rabatt

NYTT PROGRAM! Följ med till Indiens Pärlor. Vi inleder resan i Delhis gränder, följt av den charmiga ökenstaden Mandawa. Vi fortsätter till Jaipurs basarer och åker på tigersafari i Ranthambore. En av resans höjdpunkter är givetvis Taj Mahal.

19/1

INDIENS PÄRLOR 12 dagar

18 855:-*

Delhi-Agra-Fatehpur Sikri-Ranthambore-Jaipur-Mandawa

Flyg i ekonomiklass t/r, del i dubbelrum på hotell av god standard, svensktalande färdledare, program inkl entréavgifter, frukost samt måltider inkl dryck enligt program, transporter och bagagehantering, dricks till chaufför och guide, visum, skatter och avgifter, samt informationspaket ingår. *Rabatten är avdragen. Du kan bara få din SPF-rabatt genom att boka direkt på 08 545 188 40 eller på www.lotustravel.se. Uppge kod SPF. Kan ej kombineras med andra rabatter.

08-545 188 40 spf@lotustravel.se



LOTUSTRAVEL
DIN GUIDE I ASIEN



SENIORER I TIDEN
RESSTÄRKE • VALFRIHET • LÖNSKVALITET

MEDICINSK FOTVÅRD

*Fotvårds-
kliniken*

Maeve Lavelle
Tel 768 32 59



Fotverkstan

Karin Hanson Herö
Tel 758 99 76

Kullagränds servicehus
Åkerbyvägen 1, Täby

Året som gått ...



1.



2.



3.



4.



5.

1. Söderstråket spelar på aprilmötet med (2) flöjtisten Margareta Segerberg. 3. Johan Taube sjöng Taube på majmötet. 4. Otto och Inge Dillman på vinterpub. 5. Brevduvorna på väg ut med tidningen. (Foto Eva Neveling)



När hjälpbehovet uppstår känns det tryggt att veta att kommunens hemtjänst kan erbjuda stöd och hjälp

Hemtjänsten i Täby kan erbjuda dig hjälp i hemmet, efter biståndsbeslut. Det kan till exempel gälla:

- Personlig omvårdnad
- Städ- och tvätt
- Hushållsgöromål
- Inköp
- Avlösarservice

Vi finns för dig som behöver hjälp dag, kväll samt helg.
Vi finns tillgängliga i hela kommunen med följande indelning:

Hemtjänst, Område 1:

Ellagård, Skarpäng, Näsbydal, Roslags-Näsby, Ensta, Vallatorp, Erikslund, Visinge, Grindtorp, Täby Kyrkby, tel 555 593 31. Chef Kaarina Ahola.

Hemtjänst, Område 2:

Hägernäs, Viggbyholm, Näsby Park, Ångarens seniorboende, Lahäll, Norskogen, Löttingelund, tel 555 593 82. Chef Charlotta Johansson.

För att få hemtjänst kontakta kommunens äldre- och handikappenheter. Tel 55 55 9000



TÄBY KOMMUN
SOCIAL OMSORG



Ni kan känna Er trygga. Vi har lång erfarenhet och god kompetens.

Vägnamnen i Täby

Krig och stormän har påverkat våra vägnamn

”Vägnamnen i Täby” heter ett litet häfte utgivet av Täby Hembygdsförening (nr 23). Där kan man läsa en hel del både intressant och kanske också lite oväntat om varifrån vägnamnen kommer.

I Näsby Park finns till exempel Gyllenstiernas väg.

Rostocksvägen
Wismarsvägen
Stralsundsvägen

Förklaringen är att släkten Gyllenstierna ägde Näsby under 14- och 1500-talen. Kristina Gyllenstierna, gift med Sten Sture den yngre, torde vara släktens mest kända person.

Gribbylund har också några vägar med ”personnamn”. En är Palmstruchs väg.

Gribbylund ägdes under en del av 1600-talet av

Johan Palmstruch. Denne grundade Sveriges första bank, den Palmstruchska banken. Den gick visserligen omkull efter bara några år, men den blev en föregångare till det som idag är Riksbanken.

I Gribbylund hittar vi också Laura Grubbs väg.

Fru Grubb, som tydligen hade sina rötter i Örebro, ägde Hästängens gård som ”sommarnöje” 1860-66. 1888 gav hon ut en mer än

300 sidor tjock ”Oumbärlig Rådgifvare för hvarje Hem”. Boken – rätt festlig – gavs ut igen 2008 av Görling Förlag.

Mellan Storstugan och området vid Marknadsvägen finns Gustaf Bergs väg. Denne var Täbys stärke man under 1950- och 60-talen och var bland annat ivrig tillskyndare av det som idag är Täby Centrum.

Åker man Täbyvägen norrut efter Enebyberg stöter man på vägnamnen Wismar, Rostock, Stralsund och Gripvall.

J.A. Meijerfeldt blev 1716 generalguvernör över det då svenska Pommern. Han lät namnge ett antal torp efter de tyska städerna med samma namn.

Gripvall är en försvenskning av det tyska stadsnamnet Greifswald.

Torpen lydde under Ella, som i sin tur tillhörde Näsby, som ägdes av släkten Meijerfeldt under cirka 100 år.

Denna släkt har nu också ”sin egen” väg – även den i Näsby Park.

Den lilla skriften är trevlig att bläddra i. Skriften finns att låna på vårt bibliotek. Dessvärre kom den ut redan 1990, så en del nyare namn finns inte med.

Jag undrar till exempel vad/vem som ligger bakom namnet ”Farsans väg”. Någon som vet?

Leif Söderström

Golf i ur och skur

Så är ännu en golfsäsong till ända. Efter tre trevliga tävlingar i sol och värme på Kyssinge, Djursholm och Lövsättra var det dags för årets golfresa, som i år gick till Orresta och Enköping.

Då svek sommaren oss och regnet stod som spön i backen. Sexton glada entusiaster trotsade vädret och kom nöjda och glada i mål efter att ha plaskat runt i sörjan. Vi spelade lagtävlingar och båda dagarna tog Anders Bark hem

segern, första dagen med Ewa Kraus och Margareta Nyström och andra dagen med Ingemar Olsson och Maj-Britt Hoflin.

Alla deltagarna fick fina priser tack vare generös sponsring.

På resan saknade vi ett strävsamt par, nämligen Mona och Carl-Ragnar Wiggerud, som troget brukar delta i våra tävlingar. De tävlade på Åland i SPF Good Life Open, den störs-

ta golftävlingen i vårt land för 2-mannalag 55+. Mer om det i ett kommande nummer av TibbleSenioren.

Ett stort tack till alla våra

sponsorer, Massageia, Salong Look, Djursholms Golfshop och Restaurang, Hälsokraft och Glitter.

Glöm inte att träna i vinter, både golf och styrketräning.

Vi ses nästa år.

Golfhälsningar
Ann-Christine Aggeborn



Hälsokraftbutiken

*som ger dig råd
med ett brett sortiment
och utbildad personal*

Tag
med denna
annons så får du
15 % rabatt på en
produkt med
ordinarie
pris

HÄLS  **KRAFT**

Täby Centrum

Tel 08-758 20 96

Du hittar oss på nedre planet vid H&M



Julmarknad

Kryssa till Tallinn 21/12 2011

- Kryssning Stockholm–Tallinn med två kvällar ombord och en i land.
- Del i B2-hytt
- Julbord i Viking Buffet inkl vin, öl, läsk och kaffe på ut- och hemresa.
- Frukost i Viking Buffet på utresan
- Brunch på hemresan

Prisex **1195** kr/person. Bokningskod TALL.

För mer information och bokning, gå in på vikingline.se eller ring 08-452 40 00.

NG LI

VIKING CRUISES

vikingline.se



Medicinsk fotvård



Fina Fötter

Södervägen 44
Täby (Viggbygården)

08-756 79 30



Medlem i Sveriges Foterapeuter



Vårdstyrkan Stockholm AB

Vårdstyrkan i Stockholm AB vill vara det naturliga valet i hela vårdkedjan. Vi tycker att det ska vara tryggt att åldras. Vi erbjuder:

*Hemtjänst
Matleveranser från vår egen restaurang
Dagverksamhet
Trygghetsvistelse
Korttids-/Växelvård
Särskilt boende*

Vi har byggt upp hela vår verksamhet på våra fyra hörnstenar: Respekt, delaktighet, insyn och utveckling.

Vi vill alltid:

- Förknippas med god kvalitet, flexibilitet och trygghet.
- Kännetecknas för att ha engagerade och välutbildade medarbetare.
- Att möten mellan individer ska präglas av respekt och ödmjukhet.

För oss är det viktigt att kunna erbjuda det lilla extra. Därför lägger vi stor vikt vid att kunna erbjuda våra kunder olika aktiviteter, utflykter tillställningar och underhållning.

De mesta av våra verksamheter och aktiviteter är förlagda på Allégården i Näsby Park och vårt huvudkontor finns på Kemistvägen, centralt i Täby.

Vill du veta mer om vad vi skulle kunna erbjuda just dig? Kontakta vårt huvudkontor på tfn: 08-732 24 80 så hjälper vi dig att få svar på dina frågor.

Besök oss även gärna på www.vardstyrkan.se.



Mysiga måndagar på Galaxy!

Nu har vi gjort livet ombord på Galaxy lite mysigare varje måndag. Det blir mycket musik, show och glädje tillsammans. Och självklart serveras som vanligt god mat och dryck till bra priser.

Våra värdar Folke eller Sören ser till att du blir extra ompysslad. Vi samlas tillsammans och njuter av kryssningen. Det bjuds på sångglädje och skratt.

Mysiga Måndagar med kryssningsvärdarna Folke eller Sören, alla måndagar tom 19 december 2011.

Välkommen ombord på Galaxy!

Måndagar på Galaxy fr 514:-

Ingår: båtresa, del i B2-hytt, middag och frukost. Priset gäller tom 19.12 2011. Tillägg för singelhytt 120:-.

Kod: SENIOR GALAXY



08-666 33 33* www.tallinksilja.se

*Serviceavgift tillkommer, boka online så bjuder vi på den. Pris per person. Begränsat antal platser. Gäller utvalda avgångar tom 19.12 2011.

SILJA LINE 

Teaterronden

STADSTEATERN

Stora Scenen

Revisorn av Nikolas Gogol

Lörd. 29 okt. kl. 13.00

Regi: Göran Stangertz

Med bl.a. Ingvar Hirdvall,
Marika Lindström, Henrik
Johansson och Mats Blomberg

Pris: 220:-

Dödsdansen

av August Strindberg

Sönd. 4 dec. kl. 13.00

Regi: Ragnar Lyth

Med bl.a. Pia Johansson, Allan
Svensson och Niklas Hjulström

Pris: 220:-

STADSTEATERN

Lilla Scenen

Äktenskapet

av William Nicholson

Sönd. 29 jan 2012 kl 18.00

KLARASCENEN

Olof Palme

av Lucas Svensson

Sönd 19 febr. 2012 kl 18.00

BOULEVARDTEATERN

Opera light / 'amour

Operett, musikal och opera ur
Glada Änkan, Carmen, Sound
of music, Kiss Me Kate m.fl

Onsd. 23 nov. kl. 14 00 och

lördag 26 nov. Kl 14.00

pris: 270:-, barn 10 år 90:-,
till 16 år 170:-

FOLKOPERAN

Julius Caesar – en lekfull
och färgstark opera av G.F.
Händel

Tid: sönd. 12 febr. kl. 16.00.

Pris: 300 :-

DRAMATEN

Lilla scenen

Spöksonaten

Sönd. 5 febr. kl. 15.00

pris: 220:-

Stora scenen

Fanny och Alexander

Sönd. 18 mars kl. 15.00

pris: 250:-

Hedda Gabler

Lörd, 14 april kl. 13.00

pris: 250:-

**Du som är intresserad
och önskar biljetter
ring till**

Birgitta Wittvången

Lundh tel. 756 10 28

**eller köp biljetter vid våra
månadsmöten.**

Ålderism i vardagen

På SPF-kongressen i somras beslöts att kämpa mot ålderismen. Klokt beslut – det tror jag vi alla över 65 kan hålla med om.

Men vad är då ålderism? På nätet kan du hitta många olika förklaringar. En färgstark sådan är *Ålderism – en ny förtryckar-ism*. På Wikipedia har ordet ännu inte kommit in men det är väl bara en tidsfråga.

Man kan väl säga att ordet står för alla de fördomar som är förknippade med stigande ålder. Att du inte längre duger. Att dyra medicinska behandlingar inte längre är till för dig utan endast för dem som är yngre. Att du är ointressant som konsument.

Se bara på riksdagen

där antalet ledamöter över 65 inte alls står i relation till antalet pensionärer.

Själv blev jag fundersam när jag besökte Täby sjukhus. I kassan talade en vänlig dam till mig i samma ton som hon nog skulle använda till ett dagisbarn: ”Nu ska du få gå till Lennart. Du ska ta hissen till bottenvåningen och där väntar han på dig”.

Jag frågade: ”Och vem är Lennart då?”

”Jamen det är ju doktorn” sa hon i samma märkliga tonläge. Underförstått: lilla gumman, det är ju farbror doktorn.

När jag kom ner till läkaren informerade han mig om undersökningen i samma vänliga men märkliga ton: ”Nu ska du ta av dig på överkroppen och lägga dina kläder i det där

skåpet. Och sen ska du komma med mig”.

Inte elakt, men lätt nedlåtande. ”Du förstår lilla gumman, gör du bara som farbror doktorn säger så blir allt bra”.

Ok, jag är född på tidigt 40-tal. Därav skulle man kanske kunna sluta sig till att jag har litet svårt att hänga med. Att jag behöver tilltalas i den där

lätt enfaldiga samtalstonen. Att jag behöver tas om hand.

Säkert mötte jag vänliga människor på vårt närsjukhus. De ville mig antagligen bara väl.

Men var övertygad om att de tyckte att jag var ålderstigen och måste tilltalas på ett speciellt sätt.

Och det gillar jag inte!

Eva Neveling



Välkommen förbi!

Hos oss får du hjälp med råd och produkter för att du ska kunna må så bra du kan. Vi har alla slags receptbelagda och receptfria läkemedel och ett brett sortiment hälsoprodukter. Hos oss får du snabb service. Välkommen in och testa oss.

Vi ses!

Afshin Matloub med personal

Apotek Hjärtat Enebyängen, Mån-Fre 10-19, Lör 10-17, Sön 11-17
Kontakta oss: 0771-405 405, apotekhjartat.se

Gott om fria
P-platser!

APOTEK



**Medlem i Sveriges Pensionärsförbund
Partipolitiskt och religiöst obundet**

Seniorer i tiden

- Livskvalitet • Valfrihet • Inflytande •

Expedition

Marknadsvägen 293, 183 79 Täby

Öppet: Måndagar kl 10 – 12
Torsdagar kl 10 – 12, 13 – 15

Telefon: 08-758 91 05
Telefonsvarare när expeditionen är stängd.

Årsavgift: 250 kr, sammanboende 480 kr/par
fr o m 2012. Vänmedlem 75 kr

Plusgiro: 164 18 70–9 (medlemsavgifter)
477 28 94–4 (övrigt)

Mejl:
tibble.seniorerna@tele2.se

Webbmaster: webmaster@
tibbleseniorerna.se

Hemsida:
www.tibbleseniorerna.se

Org.nr
802006-7537

Glöm inte ange namn, personnummer, adress och telefonnummer vid betalning. Med betald medlemsavgift har du ett försäkringsskydd som gäller när du deltar i SPF-möten, vid resa till och från möte eller deltar i andra arrangemanag som anordnas av SPF-distrikt eller SPF-förening.

SPF Medlemsförsäkring. Som medlem har du förmånen att inom sex månader från det du blivit medlem ansluta dig till livförsäkringen. Du ska ha fyllt 60 men ej 70 och får ej vara inskriven för sluten sjukvård. Olycksfallsförsäkringen kan du ansluta dig till när som helst. Försäkringsfrågor besvaras av förbundet på tel 08-692 32 50.

Styrelse

Ingela Lindberger, ordförande	560 354 51
Monica Berner, ledamot	510 508 16
Britt-Marie Janson, rekrytering	758 42 10
Sylvia Molander, klubbmästare	758 82 82
Gunilla Schödin, prot-sekr	792 24 14
Margareta Segerberg, ekon, admin	732 63 17
Bodil Säfbom, ledamot	768 38 10
Leif Söderström, v. ordf., annonser	768 60 78

Adjungerade

Margit Annerstedt, arrangemang	510 503 20
Cristina Carlsson, rekrytering	792 09 33
Maj-Britt Hoflin, medl.sekr.	768 45 73
Margareta Mogren, expedition	768 80 46
Anita Nyblom, kassör	756 08 15
Margareta Rydin, webbmaster	732 66 58

ingela.lindberger@gmail.com
monica_berner@glocalnet.net
britt-marie.janson@bredband.net
molander@hemmingsson.com
gunilla.a.m.schodin@gmail.com
m.segerberg@tele2.se
bosa43@brfjupiter.se
leifsoderstrom@telia.com

Valberedning

Ulf Jönsson, 756 10 54
Ann-Christine Aggeborn, 51050526
Margit Annerstedt, 510 503 20

webmaster@tibbleseniorerna.se

GULDKANTEN

Ingela Lindberger,
560 354 51

FRISKVÅRD

Barbro Bjerlöv, 732 75 88
Ivor Nordström, 768 31 15

KONST, KULTUR, TEATER

Birgitta Wittvången Lundh,
756 10 28

STUDIEOMBUD

Margaretha Mogren,
768 80 46

SYN

Stig Cedervall, 758 18 25

HÖRSEL

Leif Ekroth, 732 75 38

PROGRAM

Sylvia Molander,
758 82 82

RESOR

Carin Olsson, 768 68 31
Karin Larsson, 38 10 69

REVISORER

Lars Bäckman, 758 27 81
Gösta Ottestam, 76519 07

Ulf Carleson, ersättare,
758 32 01

REPRESENTANTER I TÄBY**KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅD
(KPR)**

Ingela Lindberger,
560 354 51
Ann-Christine Aggeborn,
510 505 26
Birgitta Ingare, 510 122 69
Gunilla Schödin, 792 24 14



Alla kan drabbas av olycksfall i hemmet. Veteranringen uppmärksammar dig. Vår trygghetsringning gör tillvaron tryggare för dig och dina anhöriga. Att anlita Veteranringen kostar inget.

För information ring

Barbro Ekroth	732 75 38
Agneta Möller	758 40 44
Annki Berthelsen	758 41 75

Täby-Vallentuna Begravningsbyrå C-G Hallsénus

Telefon 08-544 732 80 Täby Centrum, plan 3
www.hallsenius.se



Välkommen in!

Hallsénus Juridik hjälper er med:

- | | | |
|-------------------|--------------------|--------------------|
| ▪ Testamente | ▪ Bodelning mellan | ▪ Gåvobrev |
| ▪ Lagfartsärenden | makar och sambo | ▪ Äktenskapsförord |
| ▪ Samboavtal | ▪ Arvsskifte | ▪ Bouppteckning |

B

Förenings-
brev



Julbord och Nyår

Julbord med övernattnings i dubbelrum, frukost, traditionellt och vällagat julbord med glögg och kaffe samt entré till spa (mån-lörd), badrock och tofflor finns på rummet vid ankomst. Pris från 1295 kr/person. Ankomst sön, 1195 kr/p, utan spa.

Julbord lunch från 365:-

Julbord kväll från 395 :-

Grupper större än 30 personer vänligen gör en förfrågan gällande plats och pris.

Nyårspaket, ett eller två dygn,
pris från 3300 kr/person

Varmt välkommen! önskar
Agneta & Anders Scharp med personal

Trosa Stadshotell & Spa

www.trosastadshotell.se

0156 - 170 70


Historic Hotels
of Sweden

