JARLABANKE

Föreningen grundad 1975

Nr 1/07 Årg. 12 MEDLEMSBLAD FEB-APRIL

Brosch Foto: Per Nisses

En möjlighet att bo kvar hemma

Hemtjänst finns till för människor som vill bo kvar hemma, även om de behöver lite hjälp. Vi inom HSB Omsosrg har arbetat med dessa tjänster i mer än tio år.

Kunder som anlitar HSB Omsorg ska känna sig trygga och säkra och bli bemötta med respekt och medmänsklighet. HSB Omsorg skapar en personlig kontakt med dig som kund. Tillsammans med dig gör vi, utifrån ditt biståndsbeslut, en arbetsplan för hur din hemtjänst ska utföras. Som hemtjänstkund erbjuds du en kontaktperson. Det är väldigt noga att personkemin stämmer och att ni trivs med varandra, annars får du byta.

Välkommen till HSB Omsorg!

HSB Omsorg

Näsbydalsvägen 19, Täby • telefon 08-638 80 80 • www.hsb.se/omsorg

Årsavgiften 2007

En person 185:-
Två samboende 350:-
Medlem i annan SPF-förening som vill vara vänmedlem hos oss betalar 65:-

Adressändring

Vänligen meddela ändrad adress och andra uppgifter av betydelse för vårt medlemsregister till kansliet.

Medlemsbladet nr 2
manusstopp 07-03-16
distribution 07-04-11

Ansvarig utgivare	Mary Nordensvan
Layout	Per Nisses
Tryckeri	Täbykopia AB

webbsidan: http://jarlabanke.just.nu

Annonsörer

Ekmanbuss	7
Ella Trädgård	27
Fastighetsbyrån	36
Fonus	10
Friskis&Svettis	33
HSB Omsorg	2
Ica Näsbydal	10
Jägholm, Fastighetsmäklare Jan	30
Näsby Park Centrum	19
Pocketresor	16
Restaurang Eskader	27
RingTaxi	30
Sven-Olof Johansson "Gamla mynt"	26
Svensk Fastighetsförmedling	17
Tandläkare Joanna Radberger	7
Täby församling	27
Täby kommun Social omsorg	11
Täby Symfoniorkester	7
Viking Line	15
Vi Näsby Allé	23
Vital Tour	15

Innehåll

Kära Jarlabankare 4
Årsmöte - påminnelse 5
Medlemskorten SPF 5
Bevingat 5
Förlåt, jag hörde inte... 6
Röda Korsets fixargrupp 6
Aldrig får man vara riktigt glad 8
Jarlabankes musikaliska salong 9
Jarlabankes digitalkameragrupp 9
Veteranringen 10

Resor och utflykter 12-14
- Rundtur i Roslagens famn
- Australienresa i november 2007
- Stockholm för stockholmare
- Linné i Uppsala och Hammarby

Äldreombudsman 16
Avgiftsfri hemtjänst 18

Träffar 20
- Vårlunch
- Musikalisk upptakt
- Nu lägger vi smyckena under luppen

Kurser/Cirklar 22-23
- Engelsk konversation
- Fransk konversation
- Litteraturcirkel I och II
- Teaterkunskap
- Vinprovning
- Bridge

Friskvård 25
- Jarladansarna, Square Dance
- Gymnastik, Promenader
- Golf, Boule
- Badminton, Sim i stim för 60+

Äldrecentrum (ABF-föreläsningar) 26
SPF Faktablad 28-29
Bevingat 29
Lite kunskap om vårt Förbund 31
Näsbyparks biblioteks vänförening 31
Fixar-Malte 31
Anhörigvårdare! 32
Styrelsen 34
Jarlabankekalendern 35

Kära Jarlabankare!

Jag hoppas att du haft det bra under julen och under början av det nya året. För min del är jag nöjd med den blandning, som det blev, av lugna dagar och vissa aktiviteter såsom ”Mamma mia” och speciellt Churchill-utställningen på Nobelmuseet. Churchills oljemålningar är beundransvärda, särskilt när man betänker att han målade dem som tidsfördriv eller kanske rättare sagt som avkoppling från sina plikter som statsman och författare. Churchill skriver själv att ”Målning är ett fulländat medel, då det gäller att avleda tankarna”. Att lägga sig och vila och försöka att tänka på ingenting ansåg Churchill utsiktslöst. Förmodligen känner många igen sig i den situationen. Jag rekommenderar dig att tillbringa en stund i Churchills sällskap. Utöver att titta på hans tavlor och böcker kan du även lyssna till hans tal under andra världskriget. Jag lyssnade om och om igen. En verklig nostalgitripp.

Kanske du minns att jag i förra numret uttryckte min besvikelse över det låga deltagarantalet i den första av de tre träffarna med temat ”Mat och dryck”. Till allas vår glädje deltog 126 resp 65 till synes nöjda medlemmar i de två följande träffarna. Vi funderar nu på om vi tillsammans med TibbleSeniorerna även i höst skall satsa på någon form av gemensamma träffar. Vad tycker du att de i så fall skall handla om?

När du läser detta har vi kommit en bit in på vårens program. Du har kanske lyssnat på Göran Alm, som berättade om ”Så har familjen Bernadotte bott” och det har redan varit två träffar på ”Fregatten”.

I förra numret skrev jag att det är hemligt vem som kommer att underhålla i samband vid årsmötet den 20 februari men så är det inte längre. På sidan 21 berättar Alve om vilka och vad du får lyssna till vid kaffet före årsmötet.

Arbetsgruppen Framtiden som har deltagare från tio SPF-föreningar i länets nordöstra del, från Skutan på Väddö i norr till Lidingöskeppet i söder, sammanträder hos oss den 2 februari. Gruppen bildades 1996 och har sedan träffats ett antal gånger per år för att diskutera såväl föreningsfrågor som verksamheten i Förbund och Distrikt. Gruppen framför även gemensamma synpunkter på centralt handlande som anses motverka föreningarnas intressen, närmast det som hänt i samband med förbundsordföranden Ann Lindgrens avgång.

Framtiden anordnar vidare en del gemensamma aktiviteter. Aktuellt i vår är den utflykt till Väddö, som SPF Skutan arrangerar den 11 maj. Information om denna finns på sidan 12.

I det här numret finner du en hel del ytterligare om vårens aktiviteter och jag hoppas att du och många andra skall finna något som ni gillar och att tidpunkten passar er.

Mary

PS/

Nyss fick jag veta att Täbys socialchef Leif Sjöholm lämnar Täby för att den 29 januari tillträda en tjänst som kommundirektör i Sundbybergs kommun.

Jag beklagar verkligen denna förlust för vår kommun. Som ledamot i KPR och KPRs referensgrupp har jag haft nära kontakt med Leif, som alltid varit mån om att informera, lyssna till våra åsikter och väga in dem i beslutsprocesser.

/DS

ÅRSMÖTET - PÅMINNELSE

Årsmötet 2007 äger rum Tisdagen den 20 februari 2007 kl 13:00 i Bibliotekshusets hörsal, Attundafältet 14, plan 3
Årsmötesförhandlingar enligt stadgarna.
Årsmöteshandlingar (föredragningslista, verksamhetsberättelse samt resultat- och balansräkning) kommer att finnas tillgängliga på kansliet fr.o.m. den 6 februari 2007.
Enligt traditionen bjuder föreningen på kaffe i anslutning till mötet.

Medlemskorten SPF

Bilagt finner du ett klistermärke för ditt medlemskort. För sammanboende, som har var sitt medlemskort finns ytterligare ett märke att hämta på vårt kansli, öppet tisdagar och torsdagar kl 10-12. Vi kommer också att ta med märken till månadsträffar och andra sammankomster.

BEVINGAT

RÖDSTRUMPA
Rödstrumpa användes skämtsamt och nedsättande om feminister, efter Rödstrumporna, beteckningen på den kvinnorörelse som växte fram i början av 1970-talet. Uttrycket (eng. red stockings) skall ha använts om medlemmarna i den amerikanska och brittiska kvinnorörelsen på 1960-talet och kom in i svenskan via danskans RØDSTRUMPER. Den danska rörelsen, som var tidigt ute med kvinnohus och kvinnoläger, uppvisade en utpräglat uppsluppen och anarkistisk attityd, t ex i "Sång på väg hem från Fenø (ett kvinnoläger) från 1971".

Från Marianne Johansson - Källa: Bevingat, Albert Bonniers Förlag

"Förlåt, jag hörde inte…"

Träff på kansliet den 26 februari kl 14

Vi är många som hör dåligt, uppskattningsvis 600.000 hörselskadade i Sverige. Hörapparaten är ett utmärkt hjälpmedel men för många behövs ytterligare stöd. För personer med nedsatt hörsel har en teknik utvecklats.
"Tecken som stöd till tal (TSS)". Man lånar enskilda tecken från de dövas teckenspråk till det talade svenska språket.

Utbildning i TSS bedrivs på ett antal folkhögskolor, inom föreningar för hörselskadade och på hörselkliniker vid vissa sjukhus.
TSS går ut på att de viktigaste orden i en mening kompletteras med tecken, m.a.o. som STÖD till tal.
Tanken är att ni som vill veta mera om TSS träffas på kansliet, Eskadervägen 40 måndagen den 26 februari kl 14.00. och jag berättar och visar. Om ni sedan tycker att detta är intressant, skulle vi kunna starta en nybörjarkurs under lättsamma och trivsamma former.

En liten kommentar: Jag är inte hörselskadad men min hustru och många av våra närmaste vänner är det. Vi har stor praktisk nytta och mycket nöje av TSS.

Kjell Öjheden

RödaKorset Täbykretsen

RÖDA KORSETS FIXARGRUPP HJÄLPER TILL MED ENKLARE SAKER!

Täbykretsen har en grupp frivilliga som hjälper äldre Täbybor med små uppgifter som annars ej skulle bli gjorda, t.ex att byta glödlampor, sy i knappar, ta ned sak från vind/förråd eller höga hyllor, handla småsaker, etc. Varje insats får ta ca 30 min och utförs utan betalning.

Behöver du hjälp eller har du frågor om Fixargruppen?
Ring Marc Roman tel. 758 88 41 eller mobil 070-483 37 21.
Röda Korset, Täbykretsen

21/3, 29/9 Långhelg i Prag
30/3, 23/11 Helg i Köpenhamn
11/4 Tranor vid Hornborgasjön
14/4, 13/10 Långhelg i Krakow
17/4, 19/9 Tre länder med Skagen
20/4, 12/10 Portoroz, Slovenien
21/4, 1/12 Krogshow i Tällberg
26/4, 28/6 Costa Brava, Spanien
26/4, 20/9 Buss till Italien
26/4, 19/9 Tallinn, Riga & Vilnius
3/5, 4/10 Veckoslut i Berlin
4/5, 21/9 Vin & cognac i Frankrike
15/5 Selma Lagerlöfs fotspår
18/5, 7/9 ”Lilla Venedig”

08-15 95 75 **Ekmanbuss ab** www.ekmanbuss.se
Flexibussitet

Leg. tandläkare Joanna Radberger

JAG ERBJUDER:

- fyllningsterapi med biokompatibla material
- Protetiska ersättningar som: porslinsinlägg, kronor broar, proteser
- behandling av tandlossningssjukdomar
- rotfyllningar
- tandblekning
- bettskena
- även akuttandvård
- fri barntandvård t.o.m 19 år
- ansluten till Försäkringskassan

Eskadervägen 2, 4 tr.
Tel. 08-768 52 48 • 070-173 16 90

Vårkonsert med stor orkester

Brahms: Symfoni nr 4

Mendelssohn: Violinkonsert
Solist: Semmy Stahlhammer

Dirigent: Georg Lidström

Täby Symfoniorkester

i samarbete med Sundbybergs, Lidingös
och Saltsjöbadens orkesterföreningar

1 april kl 16 i Tibble Kyrka

Biljetter: Musikpunkten, Täby C och Näsby Parks Bokhandel samt 1 tim före konserten i kassan.
Pris 150:- (ungdomar t o m 18 år 60:-). Information: http://taby.symfoniorkester.org/

Aldrig får man vara riktigt glad

- Det måste vara skämt, sa folk när jag berättade om det gröna ägget.

- Nej, jag skämtar inte, ägget var faktiskt grönt. Det var möjligen naturens skämt.

- Det var väl skämt, ruttet, oätligt?

- Helt uteslutet. En gårdsbutik på Gotland med KRAV-skylt på väggen säljer inga dåliga grejor.

Om det varit närmare påsk kunde man ha trott att gårdens barn målat påskägg och så hade ett av misstag hamnat i en kartong för försäljning. Men ingen målar påskägg på hösten.

Färgen var blekt grön. Den var en aning mörkare än den färg omgivningen påstår att jag får i ansiktet när jag försöker äta surströmming, om du förstår vad jag menar. Ungefär som Hulken i själva förvandlingsögonblicket.

Ingen jag talade med hade hört talas om gröna ägg. Jag började ana att jag stod inför en biologisk sensation. Det här borde jag göra något av. Undersöka vidare. Varför inte skriva en artikel som kanske skulle gå genom världspressen. Frankfurter Allgemeine, Manchester Guardian, Washington Post. Ära och berömmelse, kanske rentav en ålderdom i pekuniärt överflöd.

Om jag inte ringt till Sveriges Lantbruksuniversitet hade jag fått ha kvar mina illusioner ett tag till. Men på SLU visste man berätta att det finns en ras, om än ovanlig i Sverige, som lägger sådana här ägg.

Nu var det bara att fortsätta med huvudet före i det kalla vattnet så jag ringde upp gården där ägget var köpt. Jo, berättade frun på gården, den här rasen är sydamerikansk, den heter aruacana och har funnits på Gotland i långliga tider.

Men utseendet på hönsen har förändrats. Den rena rasens örontofsar finns inte mer och hönornas korta, tjocka dubbelkam är inte som förr men är fortfarande karakteristisk. Äggen blir egentligen turkosblå, men på grund av de sydamerikanska hönornas kontinuerliga fraternisering med vanliga gotländska tuppar kan äggfärgen ibland bli blek åt det gröna hållet.

Så länge tillräckligt många blå ägg blir kläckta, så det blir honkycklingar, så länge kommer de blå äggen att finnas på Gotland. Det beror helt på mamman. Vad det är för ras på pappan spelar ingen roll, vilken tupp som helst duger.

Ungefär så sa alltså frun på gården.

Så småningom förlikade jag mig med tanken på att jag aldrig skulle få något honorar från Manchester Guardian. Det går att få ihop till blodpudding och tandkräm ändå. Men jag kommer nog aldrig att vänja mig vid tanken på att den maskulina insatsen kan reduceras till en bisats: *vilken tupp som helst duger!!*

Alve Borg

JARLABANKES MUSIKALISKA SALONG

Under höst/vinter/vår, september – april, träffas vi en gång i månaden i vår musikaliska salong, som nu inlett sitt sjätte år. Vårens första träff ägde rum den 22 januari, och de tre följande kommer att genomföras den 19 februari, den 19 mars och den 23 april 2007.

Sammankomsterna äger rum i Jarlabankes kanslilokal på Eskadervägen 40 i Näsbypark, och samling sker kl 18.45 – 19.00. Kl l9 startar programmet, som avslutas ca 20.30. Dessförinnan fastställes datum och tema för nästa träff i en paus vid 20-tiden. Ingen anmälan behövs och inga avgifter tas ut.

Vi spelar klassisk musik eller konstmusik, som det ibland kallas, och vid varje tillfälle har vi ett tema, som fastställts vid den föregående träffen. Vid träffen den 22 januari var temat musik av Fr. Chopin.

Det brukar komma ett 20-tal Jarlabanke-medlemmar varje gång, och de flesta bara lyssnar. Några brukar ta med LP-skivor eller band eller CD-skivor med musik på aktuellt tema.

Hittills har ca 40 medlemmar deltagit i en eller flera träffar, men vi ser gärna att det kommer fler. Ni kan läsa om oss på Jarlabankes webbsida under länken Musikalisk salong, och Ni kan ringa eller maila till kontaktpersonen Stig Nohrlander, 08-7583682 om Ni vill veta mer.

Välkomna! Allt som behövs är intresse för seriös musik.

JARLABANKES DIGITALKAMERAGRUPP

Hösten 2005 bildades inom Jarlabanke en Digitalkameragrupp med medlemmar, som är intresserade av att öka sina kunskaper inom området digitalfotografering och bildbehandling.

Förutsättning för deltagande är att man har en digitalkamera och en dator, och att man har ett stort intresse av att utveckla sin förmåga att fotografera digitalt, att arkivera bilder, att behandla dem i dator, att distribuera och presentera mm. Det är önskvärt att medlemmarna har bredband, då vi ofta överför bilder.

Tanken är att medlemmarna skall informera varandra om nya idéer och tankar, ny utrustning, nya program mm, så att kunskapsnivån successivt höjs inom hela gruppen. Man skall även kunna få hjälp med specifika problem, t ex genom att manualer presenteras i gruppen.

Kontakten mellan medlemmarna upprätthålles dels genom möten på Jarlabankes kansli, dels genom kontakt via internet. Tanken är att medlemmarna skall träffas 2 ggr under 1:a halvåret, före sommaruppehållet, och 2 ggr under 2: halvåret. Mellan mötena ”träffas” vi på nätet. På sikt skall chat och webbkamera (förutsätter effektivt bredband) användas vid ”nätmötena”.

På Jarlabankes webbsida finns under länken Digitalkameragruppen aktuell information om gruppens verksamhet. Där framgår bl a att möten på kansliet (Eskadervägen 40) äger rum den 12 februari och den 16 april 2007 kl 10 – 12.

Du som är intresserad av att vara med i gruppen eller vill ha information är välkommen att ringa eller maila till gruppens kontaktperson Stig Nohrlander, 08-7583682.

Vår **fullservice** innebär tillgång till alla våra tjänster inom familjejuridik, försäkring, begravning och stenförsäljning. Vi gör gärna hembesök.

FONUS

Biblioteksgången 4, 183 70 Täby • Tel 08-709 86 10
Familjens jurist tel 08-709 86 05
www.fonus.se
Jour 070-227 37 31.

Alla kan drabbas av olycksfall i hemmet!
Vem uppmärksammar ***dig*** ensamboende om du inte kan nå telefonen och kalla på hjälp?
jo,

Veteranringen!

Att anlita Veteranringen kostar ingenting.
För ytterligare information, RING

Barbro Ekroth	tel 732 75 38
Ulla Nordström	tel 732 65 53
Anna-Britta Adolphsson	tel 756 20 23

ICA nära **Näsbydal**

Öppet:

Mån–fre	9-20
Lör	9–18
Sön	10–18

Bra priser Nära!

Näsbydalsv. 5, 183 31 Täby, Tel: 08-758 42 00

När behovet uppstår känns det tryggt att veta att kommunens hemtjänst kan vara till stöd och hjälp

Hemtjänsten i Täby kan hjälpa dig med göromål i hemmet, efter bedömt vårdbehov, som Du har svårigheter att klara av med egen kraft.
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 som har följande indelning:

Centrala/Östra Täby:
Hägernäs, Viggbyholm, Gribbylund, Storstugan, Centrum, Biblioteksgången, Gästgivargränd, Lyktans seniorboende, Värmevägen, tel 768 90 00.

Södra/Västra Täby:
Ellagård, Skarpäng, Näsbydal, Roslags Näsby, Ensta, Vallatorp, Erikslund, Visinge, Kullagränd seniorboende, Täby kyrkby, tel 768 93 31.

Näsby Park:
Näsby Park, Lahäll, Grindtorp, tel 732 41 06.

Ångaren:
Ångarens seniorboende, tel 732 41 06.

För att få hemtjänst kontakta kommunens äldre- och handikappenhet. Tel 08-768 90 00

TÄBY KOMMUN
SOCIAL OMSORG

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

SPF SKUTAN VÄDDÖ

inbjuder till en

Rundtur i Roslagens famn 11 maj 2007

Turen startar klockan 09.00 från Norrtälje Busstation och beräknas sluta cirka 17.30 på samma plats.

Auktoriserade guider berättar om naturen, historien, kulturen och mycket annat under resan som bland annat inkluderar besök på:

- **Roslagens Sjöfartsmuseum i Älmsta**
  Ett unikt museum som med bild och ljud visar hur sjöfarten i Roslagen har sett ut genom åren.

- **Albert Engströms museum och ateljé i Grisslehamn**
  Museet är vid färjeläget i Grisslehamn och ateljén hittar vi längst ut bland klipporna efter en skogspromenad på cirka 10-15 minuter.

- **Guidade visningar av Singö Kyrka och Grisslehamns kapell**

- **Tusen små grisar**
  Ett unikt tillfälle att ta del av drygt 4000 grisar i alla tänkbara varianter.
  Här serveras det kaffe med dopp.

- **Bergby Gård**
  Lunchen intages på det charmiga Bergby Gård som ligger på fastlandsidan vid Väddö Viken.
  Beställ kött eller fisk vid bokningen!

Resans pris per person är 360:-
En viss reservation ifall bussarna inte blir bokade med minst 45 personer i varje.

(I Singö Kyrka och i Grisslehamns Kapell mottager församlingarna gärna kollekt från var och en.)
Priset inkluderar:
-Resa i bekväm turistbuss.
-Guider i bussarna + lokala guider i Engströms ateljé och Grisslehamns Kapell.
-Entréer till Sjöfartsmuseet, Engströms museum, Engströms Ateljé.
-Kaffe med dopp på Tusen små grisar.
-Lunch på Bergby Gård, smör/bröd/sallad, varmrätt, måltidsdricka, kaffe och kaka.

Platsantalet är begränsat till 2 bussar, cirka 90 personer. Om behov uppstår blir det en viss kvotering, men framför allt gäller att först till kvarn…
Anmälan till Bertil Wijk 732 74 32 senast den 3 april och betalning till Jarlabankes plusgiro 84 85 34-4 senast den 16 april. Blå buss 676 går från Roslags Näsby trafikplats till Norrtälje busstation, restid cirka 50 minuter.

"Hjärtligt välkomna till det underbart vackra Roslagen!" hälsar Erik Nilsson, SPF Skutan

---

Australienresa i november 2007

SPF Stockholmsdistrikt anordnar i november en rundresa i Australien anpassad och tillrättalagd för seniorer. Reseledaren heter Roger Öquist vid Jambo Tours.
Resan kallas ”Stora Australienresan” och pågår i tre innehållsrika veckor. Jambo Tours lovar att det är en annorlunda resa genom världens märkligaste kontinent. Kontrasten mellan Australiens röda ökenlandskap, den kosmopolitiska storstaden Sydney och regnskogarna uppe i Queensland är omtumlande. I resan ingår också en dag ute på Stora Barriärrevet.
Resan kostar 48.000:- inklusive visumavgift. I priset ingår flyg i ekonomiklass, inkvartering, transporter och måltider enligt dag för dag program, som kommer att utskickas.
Stockholmsdistriktet anordnar i början av året en gemensam informationsdag tillsammans med reseledaren Roger Öquist för alla intresserade. Förfrågningar, anmälan och bokning görs till Lars Roxtorp tel 08-646 91 30 eller 070-646 91 33 senast i mitten av maj.

BW

Stockholm för stockholmare

Följ med på resa torsdagen den 22 mars 2007, kl 11.30.
Beräknad hemkomst ca kl 17.15.
Avfärd från Täby Centrum, Stora parkeringen intill Statoilmacken.
Detta är ingen sightseeing utan mer stockholmiana. Stockholms historia då, nu och sedan. Vad var Stockholm innan Stockholm var Stockholm? Varför ligger Stockholm just här och varför heter Stockholm just Stockholm? Varför sjönk Wasa och varför sjunker Slussen? Varför revs Nedre Norrmalm och Gamla Klara? Allt detta och mycket, mycket mer får vi veta om Stockholm.
Under dagen kommer vi att äta en god och trevlig lunch.
Vi får också veta mer om Anders Fogelström, Nacka Skoglund, Hjalmar Mehr och Annika Billström, Hammarby Sjöstad, Erstaterrassen, Märta Helena Reenstiernas Årsta, Galgbacken, Kolingen, Hjorthagen och Kungsholmen.
Upplev ett Stockholm Du inte tidigare sett.
Allt detta till en kostnad av 450 kr.
Betalning till SPF Jarlabanke, plusgiro 848534-4.
Senaste betalningsdag 2 mars 2007.
Anmälan till: Käthie Wernerson, tel. 510 503 63 eller
Bertil Wijk, tel. 732 74 32

Linné i Uppsala och Hammarby

Onsdagen den 30 maj åker vi mot Uppsala och första stoppet blir vid Linnés sommarställe Hammarby. Gården är en av Sveriges mest stilriktigt bevarade 1700-talsgårdar. Linné bodde och undervisade här på somrarna. I parken runt mangårdsbyggnaden finns rikligt med inplanterade växter och Linnés märkliga undervisningsstuga. Vid ankomsten får vi förmiddagskaffe och därefter en guidad visning av gården.
Lunchbuffé äter vi på den anrika restaurangen Eklundshof, besjungen av Gunnar Wennerbergs Gluntar. Därefter åker vi till Linnéträdgården i Uppsala, där det nu finns en specialutställning med anledning av Linnéåret, och även här blir det en guidad visning. När vi ändå är i närheten passar vi också på att titta in i Bror Hjorts ateljé med hjälp av en lokalguide.
Resan, med upphämtning på vanliga platser, kommer att kosta 680:-. Tider kommer att meddelas i nästa medlemsblad och vi får nog starta tidigt för att hinna med hela programmet. Anmälan till Käthie tel 510 503 63 eller Bertil tel 732 74 32.
Researrangör: Pocketresor.

BW

Upplev våren i fascinerande Tallinn

Kryssning med Cinderella avgår den 16/4 och 21/5. Ombord ingår goda måltider och massor av underhållning. Du kan även fynda i taxfree, ta en underbar spabehandling, prova lyckan i casinot och njuta av vårsolen på däck.

I den sagoomspunna 850-åriga hansastaden Tallinn möts du av medeltida miljöer, hantverksbutiker, kaféer samt ett myller av mysiga gator och gränder. Välkommen!

KRYSSNING TILL TALLINN

- Resa med del i hytt
- Frukost och brunch
- Två middagar

Prisexempel **1201 kr**/person när två delar B-hytt (sängarna på golvet). Bokningskod SSEN.

Tillägg: avbeställningsskydd, anslutningsbuss, stadsrundtur (förbokas). Avresa från Stockholm kl 18. Nästa dag i Tallinn. Åter i Stockholm dag tre kl 15.30. Medtag giltigt pass.

Bokning och information hos Viking Line på 08-452 40 00.

VIKING LINE
www.vikingline.se

Möt våren på Cypern och Mallorca

Trygghetsresor till två av Medelhavets populäraste resmål. Vitaltour erbjuder bagageservice, erfarna reseledare och ett innehållsrikt program med utflykter, aktiviteter, motion och underhållning.

Pris från **4 995 kr**
Mallorca 1v 1/3 från Stockholm

Flyg från Stockholm till Cypern och Mallorca.
Flyg varje vecka från mars till maj.
Beställ broschyren idag! **Rabatt till HSB-medlemmar**

Vitaltour

Telefon 08-638 80 70 www.vitaltour.se

I SAMARBETE MED

Täby kommun har en äldreombudsman sedan februari 2005

Hon heter Eva Kohl.

Hon har en opartisk roll i frågor som rör äldreomsorgen.
Hon ger information, stöd och råd.
Hon följer upp synpunkter, önskemål och klagomål.

Eva har telefon direkt 768 99 66.
Hon träffas på Täby kommunhus
Stationsvägen 13 i Roslags Näsby.
Hon kan nås via e-post till
aldreombudsman@taby.se

10 mars – Csardasfurstinnan
Arbisteatern Norrköping samt besök på Stadsmuseet och Arbetsmuseet

12 april - Kulturutflykt till Södertälje

12 maj – Engelsberg
med Oljeön och Skultuna Mässingsbruk

24 maj - Gustavsberg

30 maj – Linnés Hammarby
och Linnéträdgården i Uppsala samt Bror Hjorts Hus

1 juni
Författarnas Småland
med Glasrike och Linnés Råshult, 4 dagar

10 + 17 augusti
Dalhalla - Carmen, 2 dagar

11 + 17 augusti
Dalhalla - Rigoletto, 2 dagar

7 september
Dalhalla Fyrverkerikonsert, 2 dagar

14 september
Chokladsalongen i Askersund

27 september
Skåne, 4 dagar

10 oktober
Berlin, Konstresa, 5 dagar

25 oktober
Prag, 5 dagar

Pocketresor®
08-544 726 50
www.pocketresor.se

Vi älskar Täby!

Vilken annan kommun kan erbjuda så mycket, både vad gäller natur, kultur och service? Vi vet ingen annan i alla fall!

För oss är det självklart som lokal mäklare i Täby att känna till allt som är positivt och viktigt, kunskap som vi vet att intresserade köpare vill ha för att känna sig trygga när de ska köpa bostad.

Till alla Täbybor erbjuder vi:
Marknadens mest kraftfulla exponering av bostäder
Mycket god lokalkännedom, vi säljer endast bostäder i Täby
Försäkringar mot dolda fel, ”Varudeklarerat”
En trygg försäljning och ett personligt engagemang

Till medlemmar i Jarlabanke och Tibbleseniorerna erbjuder vi:
Kostnadsfri värdering
Deklarationshjälp samt
Fri flyttstädning.

Funderar du på att förändra ditt boende?
Kontakta oss du också!
Ring oss, eller kom gärna till vår butik i Täby centrum, plan 3,
(mitt emot Clas Ohlson)

08-638 05 00

SVENSK
FASTIGHETS
FÖRMEDLING

- Täbybutiken -

Avgiftsfri hemtjänst - 2 timmar per månad

Hemtjänst med förenklad biståndshandläggning

Socialnämnden har beslutat att från och med den 1 september 2006 införa en ny tjänst - hemtjänst med förenklad biståndshandläggning.

Syftet med den nya tjänsten är att på ett enkelt sätt göra det möjligt för dig som är 80 år eller äldre att få hjälp med vissa sysslor i hemmet. Du som söker ska

* under innevarande år fylla 80 år eller mer
* vara mantalsskriven i Täby kommun
* inte ha några andra insatser från kommunens äldre – och handikappomsorg (undantaget trygghetslarm)

Så här gör du

Du ansöker på en särskild ansökningsblankett. Du kan beställa den hos äldre- och handikappenheten.
När du fyllt i ansökan skickar du in den till äldre- och handikappenheten. Adress och telefonnummer hittar du nedan.
Biståndshandläggaren kontrollerar att du uppfyller villkoren och fattar därefter ett beslut. Du får en förteckning över de godkända utförare som du kan välja mellan. Du väljer en utförare och meddelar sedan handläggaren vem du valt. Biståndshandläggaren meddelar därefter uppdraget till vald utförare.

Det här kan du få hjälp med

Vad du behöver hjälp med avgör du själv. Det finns dock några begränsningar, i tjänsten ingår inte personlig omvårdnad (till exempel hjälp med dusch), utomhussysslor, reparationer eller storstädning.

Så här ofta kan du få hjälp

Tjänsten kan ges två timmar per kalendermånad och hushåll under dagtid helgfri måndag – fredag.
Du kan välja mellan att använda timmarna vid ett tillfälle eller fördela tiden veckovis. Timmar som du inte nyttjat under månaden kan inte sparas till nästkommande månad.

Bokning av tjänsten

Du bokar tid och vad som ska utföras direkt hos den utförare du valt.

Byte av utförare

Du kan när som helst byta utförare. Ta kontakt med biståndshandläggaren angående detta.

Avgift

Hemtjänst med förenklad biståndshandläggning är avgiftsfri.

Kontakt

Vill du ansöka om hemtjänst med förenklad biståndshandläggning eller ha närmare information är du välkommen att kontakta äldre- och handikappenheten

Täby kommun
Social omsorg Äldre- och handikappenheten
183 80 Täby

Telefon: 08-768 90 00
säkrast mellan kl. 08.45-10.00

NÄSBYPARK CENTRUM

APOTEK	Apoteket Skeppet	0771 45 04 50
BANK	SEB	0771-62 10 00
	Svenska Handelsbanken	756 73 80
BILFIRMA	Mikael Mattinson	792 50 22
BLOMSTERHANDEL	Näsby Parks Blomsterhandel	756 33 21
	Interflora Näsby Park Centrum	446 15 50
BOKHANDEL/KONTORSMATERIEL	Näsby Parks Bokhandel	756 36 30
DAGLIGVAROR, LIVSMEDEL	SABIS Vivo	544 43 170
DAMMODE, SKOR	Designers	768 08 60
	Intermezzo Boutique	756 92 42
FASTIGHETSMÄKLARE	Kerstin Nordström Fastighets KB	756 30 32
	Skandia Mäklarna AB Täby	756 20 15
FRISÖR	På Håret	756 33 20
	Theo Klippet	756 35 22
HUD, FOT- OCH KROPPSVÅRD	A-L Massage & Friskvård	756 45 11
	Hudverkstan	756 76 54
	Ilter Clinic (Hårtransplantation)	756 00 55
HÄLSOKOST	Hälsobutiken Life	756 01 40
INREDNING, PRESENTER	Lords Inredningar	756 91 92
	PiJa´s Country House	756 77 65
	RUM 16	756 80 50
KONDITORI	Parkkonditoriet	756 41 00
LÄKARE	Barnhälsan	756 05 91
	Näsby Parks Husläkarmottagning	544 40 920
MONTESSORISKOLA	NTM Montessoriskola	732 00 59
MÅLERI	Britab AB	070-696 03 10
OPTIKER	Näsby Park Optik	756 35 50
POSTEN	Sabis/Posten Näsbypark	544 43 170
PRESSBYRÅ	Pressbyrån Näsbypark	756 43 25
PSYKOTERAPI	Marianne Bauer, leg psykoterapeut	630 05 09
RESTAURANG	Restaurang Eskader	630 09 86
	Restaurang Jagaren	732 75 70
RÖDA KORSET	Kupan	756 20 60
SJUKGYMNASTIK OCH FRISKVÅRD	Ny Fysic Center	756 41 35
	Eva Mårder	756 54 47
SKOMAKERI & NYCKELSERVICE	Näsby Park Sko & Nyckelservice	756 89 92
TANDLÄKARE	Marianne Hogstrand	756 43 73
	Christina Lindgren, M. Barholm	756 38 80
	Joanna Radberger	768 52 48
TVÄTT OCH SKRÄDDERI	Näsby Parks Kemtvätt o Skrädderi	756 32 62
VIDEO	Näsby Park Video	732 63 30

3 timmars fri parkering. Nära till bussar och Roslagsbanan

Månadsträffar

Träffarna i februari och mars blir som tidigare i Bibliotekshusets hörsal, Attundafältet 14, plan 3. Därefter sker en ombyggnad av hörsalen. En ny ingång skall byggas så att hörsalens brukare inte måste passera genom personalens matsal som nu sker. Ombyggnaden väntas vara klar till hösten.

Tisdagen den 20 februari kl 13
Före Årsmötet blir det musikunderhållning. Mer om denna på sidan 21.

Tisdagen den 20 mars kl 13.00
Gemmolog Sandra Brauns berättar om ”Smycken från empir till modern tid.” Möjlighet att ta med smycken för bedömning finns. Mer härom på sidan 24.

Väntjänstträffar

Väntjänstträffarna ordnas för boende på servicehusen samt för funktionshindrade medlemmar med följeslagare.
Programmen finner Du i Jarlabankekalendern på näst sista sidan.
Ansvarig: Annagreta Hansson, 758 07 31.

Torsdagsträffar i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan

Två av dessa träffar har redan gått av stapeln, den 18 januari respektive den 1 februari. Nästa träff blir den 15 februari. Programmet finns på näst sista sidan i detta blad = Jarlabankekalendern!
Ansvarig: Marianne Johansson 756 28 05.

Vårlunch med musik av New Orleans duo

Torsdagen den 19 april kl 13 träffas vi på Kvarntorpsgården och äter en god lunch under trevlig samvaro. Lunchen ersätter månadsträffen i april eftersom hörsalen då är stängd för ombyggnad. Vi hoppas att våren den dagen skall visa sig från sin bästa sida och att många kommer och hälsar våren välkommen.

Kvarntorpsgården har adress Näsby Allé 72 och ligger några 100 meter från hållplatsen vid Allégården för buss 619 och för servicelinjen. För den som kommer med bil finns parkeringsplatser nära eller på kort avstånd från entrén. För Dig som inte kan gå i trappor finns en ingång ovanför stora entrén som ligger i samma plan som matsalen.

Lunchen kostar 125 kr, som betalas på platsen. Våra brevduvor kommer att få separat inbjudan.

Anmäl Dig till Inge-Maren Behrendt 732 45 91, Lennart Linse 758 98 80 eller till vårt kansli senast den 3 april

Månadsträff 20 februari - årsmöte

Musikalisk upptakt till de visa besluten

Före årsmötet i bibliotekets hörsal blir det en liten konsert med tyngdpunkten på det svenska. Danderydsbon Olle Alvarson, f d teknisk chef i Haninge kommun, sjunger. Täbybon Jan Christian Herlitz, dataföretagare i Kista, ackompanjerar på piano.

Konsertens huvudtema är Gustaf Nordqvists tonsättningar av svenska poeters dikter.Den inleds med Jussi Björlings paradnummer *Till havs,* med text av Jonatan Reuter. (Med en vidare tolkning skulle det nästan kunna vara en illustration till Olles cykeltur hemifrån Danderyd till havets friska vind vid Lofoten i våras, 190 mil.) Vi får också lyssna till Dan Anderssons *Det är något bortom bergen*, och *Det är vackrast när det skymmer*, med text av Pär Lagerkvist. *Psaltare och lyra*, text Erik Axel Karlfeldt, står också på programmet.

Olle Alvarson började sjunga i kör redan i tioårsåldern. Först i Radiotjänsts gosskör som följdes av Teknologkören och Stockholms studentsångare. Sedan trettiofem år ingår han i Adolf Fredriks Madrigalkör. Från 1980-talet har han också sjungit solosång i olika sammanhang.

När han för några år sedan gick i pension fick han mer tid att sjunga. Han tar lektioner i solosång, sedan fem år tillbaka för hovsångaren, professorn Erik Saedén.

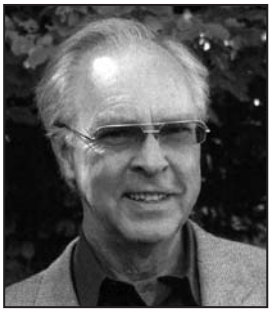
Jan Christian Herlitz har ägnat hela sitt yrkesverksamma liv åt data. I början på 1970-talet tog han ett sabbatsår från studierna på KTH för att spela piano på Ingesund utanför Arvika Det beskriver han som ”ett vansinnigt roligt år”. Tillsammans med sin fru sjunger Jan Christian i Nicolai kammarkör; det var där han och Olle träffades.

”Det är himla roligt att ackompanjera, det tyckte jag redan för trettiofem år sedan”, säger Jan Christian som ”fräschat upp sitt pianospel sedan han träffade Olle”.

Konserten avslutas med några sånger av annan karaktär. Vi får lyssna till *Veccia zimarra, senti* ur Puccinis opera La Bohème. Basbarytonen Olle Alvarson tar sig också an Paul Robesons gamla paradnummer *Ol´ Man River*, ur Jerome Kerns Teaterbåten, den allra första musikalen. Kanske får vi också höra Schraders *Sommarnatt*. "Det kan vi behöva nu, mitt i vintern”, säger han.

Även i år börjar månadsträffarna klockan 13.

Alve Borg



Olle Alvarson

Jan Christian Herlitz

Respektive ledare informerar om och tar emot deltagaravgifter i förekommande fall.

Engelsk Konversation
Befintlig grupp fortsätter på fredagar kl 14.00-15.30
Ledare: Barbro Fleege, 756 68 55

Fransk Konversation
Vi träffas på Jarlabankes kansli, Eskadervägen 40 i Näsbypark onsdagar kl 09.30. Kursen började den 24 januari. Önskar Du ytterligare information ring Gunilla Thermænius, 756 03 93

Litteraturcirkel I
Lokal: Kansliet. Eskadervägen 40
Tid: kl 14-16 följande tisdagar. 30/1, 27/2, 27/3 och 24/4.
För information: kontakta
Maidi Lingheim, 792 40 12
Inge-Maren Behrendt, 732 45 91

Litteraturcirkel II
Denna cirkel möts en tisdag i månaden kl 09.30.
För information om lokal, dagar och program kontakta Per Jödahl, 756 23 25 eller Monica Höglund, 732 64 36

Teaterkunskap
Ledare: Margareta Broberg
Lokal: Kansliet, Eskadervägen 40

Grupp I kl 13.00 torsdagarna 25 januari, 22 februari, 22 mars och 12 april.
Grupp II kl 14.00 torsdagarna 1 februari, 1 mars, 29 mars och 19 april.

Är Du intresserad ring och tala med Paula Lindberg, 758 81 12.

Vinprovning
Gruppen fortsätter sina träffar under vintern/våren 2007 på Jarlabankes kansli, Eskadervägen 40.
Tre träffar är inplanerade, nämligen tisdagarna den 30 januari, 27 februari samt 24 april. Vi börjar kl 17.00.
Glas (3 st) torde medtagas.
Kostnad: ca 100 kr/gång.
Tag gärna kontakt med antingen Anne-Marie Rosell, 758 20 82 eller Irene Andersson 758 08 35 för närmare information.

BRIDGE

Tävlingsbridge Jarlabanke
Lokal: Ångaren, Eskadervägen 5
Kontakta Paula Lindberg, 758 81 12
eller Monica Palme, 756 80 41.
Lokal: Kansliet, Eskadervägen 40.
Onsdagar kl 13.00
Kontakta Magnus Waller, 758 55 83.

Viggbyholms Seniorbridge
Lokal: Viggbysalen
Tisdagar kl 13.00
Kontakta Hans Nordström,
732 65 53.
Torsdagar kl 13.00
Kontakta Karl Anders Sevebro,
510 50 111

Täby Seniorbridge
Lokal: Kometvägen 11, Grindtorp
Måndagar kl 13.00, Slamkryparna
Spelledare Lennart Pålsson,
768 56 60
Bengt Forsgren, 758 06 36

Tisdagar kl 11.00 Spelglädjen
Spelledare Erik Gustavsson,
792 00 15

Onsdagar kl 13.00 Onsdagsgruppen
Spelledare Åke Bexelius, 758 31 19

Onsdagar kl 19.00, Blandarna
Spelledare Jan von Axelsson,
756 16 18
Alf Tengström, 510 51 296
Torsdagar kl 13.00, Kometen
Spelledare Birgitta Eriksson,
510 122 83
Ulla Eriksson, 758 49 89
Torsdagar kl 18.00 Torsdagsgruppen
Spelledare Erik Johansson, 654 54 80
Lennart Johansson, 473 03 04
Fredagar kl 10.00 2NT
Spelledare
Gunnar Hillgren, 510 11 663
Karin Pettersson, 511 78 276

Välkomna till oss
Pensionärsrabatt 5% tisdag - onsdag varje vecka
Goda parkeringsmöjligheter
FRIA HANDLARE I SAMVERKAN
Näsby Allé
Djursholmsvägen 27, 183 52 Täby. Tel. 756 06 38
Öppet alla dagar 9 - 20

Månadsträff 20 mars

Nu lägger vi smyckena under luppen

Gemmologi, läran om ädelstenar och pärlor.

Det sägs att en optimist är en person som utan pengar går in på en restaurang och beställer ostron i förhoppning om att hitta en pärla så han kan betala notan.

- Ja, det är verkligen en optimist; värdefulla pärlor hittar man inte i ätliga ostron, säger Sandra Brauns som är Jarlabankes gäst vid månadsträffen den 20 mars. Då kommer hon att berätta om smycken från empiretiden till modern tid. Hon börjar med kejsarinnan Joséphine, Napoleons första hustru, och slutar ungefär vid millennieskiftet.

Sandra Brauns, gemmolog och smyckeexpert.

Sandra Brauns är gemmolog. Sin examen tog hon i Hongkong efter studier på distans vid Gemmologycal Association of Great Britain. Hon är nyligen pensionerad efter 25 års anställning vid Bukowskis i Stockholm. 1991 tog hon initiativet till Bukowskis smyckeskola. Det fanns så många som visste så lite och ville lära sig mer om smycken, säger hon. Kurserna pågår fem kvällar, två timmar per kväll, en gång på våren och en gång på hösten.

Den som är intresserad av smycken rekommenderas att lära sig så mycket som möjligt om den tidsepok eller stil man är intresserad av. Och varför inte skaffa en lupp och lära sig använda den, säger hon, En lupp, sådan som juvelerarna använder, förstorar tio gånger. Ett smycke som verkar tilltalande även under lupp är i regel av god kvalitet,

Den smyckeintresserade jarlabankaren kanske inte hinner lära sig använda sin lupp före 20 mars. Men Sandra har lovat att använda sin för att i mån av tid titta på ett och annat smycke som deltagarna har med sig till månadsträffen. Men ta bara med ett smycke, inte hela smyckeskrinet, tiden är som vanligt begränsad.

Månadsträffen börjar som vanligt klockan 13 i huvudbibliotekets hörsal i Täby centrum.

Alve Borg

FRISKVÅRD

Respektive ledare informerar om och tar emot deltagaravgifter i förekommande fall.

Jarladansarna
Att dansa är nyttigt både för kroppen och knoppen! Vi lär oss internationella danser från när och fjärran. Vals, tango, polka, hambo, schottis, contradans, Line Dance och en ny dans som heter Round Dance. Plats finns för fler medlemmar.
Ring för mer upplysning till Toto Granath, 756 42 97

Square Dance
Fortsätter på Kvarntorpsgården, Näsby allé 72.
Ring för vidare upplysningar till
Birgitta Larsson, 756 45 14
Per Jödahl, 756 23 25

Gymnastik
Gymnastiken fortsätter som vanligt med två grupper. Kontakta Marianne Johansson, 756 28 05 för ytterligare information. Vi började torsdagen den 18 januari 2007.

Promenader
Vi promenerar tillsammans med Tibble-Seniorerna måndagar och onsdagar kl 09.30 och utgår från Täby Centrum. För information ring Karl-Åke Nilsson 768 58 50 och Laila Larsson 768 36 18.

Jarlabanke golfare
Spelprogram: Se vår webbsida *http://jarlabanke.just.nu* eller ring Per Jödahl 756 23 25

Boule
Tala med Marianne Bull-Simonsen 756 39 38.

Badminton
Tisdagar och fredagar kl 9-11 i Badmintonhallen.
Nya deltagare är välkomna!
För information kontakta
Ingemar Nordansjö, 756 47 21
Gunnel Ericsson, 510 501 70

SIM i STIM för 60+
Alla fredagar 08.00-11.30 betalar du endast 20 kr/gång för att ta dig en simtur i Tibblebadet. Ordinarie avgift är 60 kr.

MOVERI NECESSE EST
- att motionera är nödvändigt

ÄLDRECENTRUM

Program för föreläsningar i ABF-huset våren 2007

Stiftelsen Äldrecentrum i samarbete med ABF, SV, PRO och SPF
Entré: 20 kr for SPF- och PRO medlemmar (visa medlemskort), övriga 40 kr

Den 6 mars
Kl 13.30-15.00

Ont i själen. Om psykisk ohälsa på äldre dar'

Vad är psykisk ohälsa och vilken hjälp kan man få både som drabbad och anhörig.
Föreläsare: Leg sjuksköterska Susanne Rolfner

Den 17 april
Kl 13.30-15.00

Åldrande och minne

Föreläsningen behandlar hur åldrandet påverkar det mänskliga minnet. Vilka minnesfunktioner drabbas?
Kan man se minnesstörningar hos personer som kommer att drabbas av demens innan sjukdomen går att diagnostisera? Går det att träna minnet när man blir gammal?
Föreläsare: Professor Lars Backman

SVENSKA OCH UTLÄNDSKA MYNT OCH SEDLAR KÖPES

även slitna 1-och 2-kronor före 1969
samt 10, 25, 50-öringar före 1962

Har även intresse av bättre keramik
(bland annat Lisa Larson, Gunnar Nylund /GN/, Berndt Friberg /BF/,
Carl-Harry Stålhane /CHS/), glas, porslin, konst och antikviteter
bland annat äldre metallmortlar.

Sven-Olof Johansson, Dalvägen 94, 187 34 Täby,
tel 08-511 788 88 • e-post: s-o.johansson@telia.com.
Ta gärna en första kontakt via e-post eller telefon.

Medlem av TibbleSeniorerna.

RESTAURANG
ESKADER
KÖK & BAR

Husmanskost
Lunchbuffé
A la carté
Asiatiska rätter
Mat för avhämtning
Catering
Fullständiga rättigheter

Catering med asiatisk touch
Vi erbjuder fri utlåning av glas
och porslin vid Cateringuppdrag

mån-tors 11-21 fredag 11-22 lör 12-22 sön o helg 12-21
Näsby Park Centrum Tel 08-630 09 86
www.restaurangeskader.com

Ella Trädgård

Öppet: Måndag-Fredag 10 - 18
Lördag 10 - 16
Söndag 11 - 16

Handelsträdgården i Ella AB
Ellagårdsvägen 40, 187 45 TÄBY
Tel. 08-792 29 20 • Fax 08-768 38 50
www.ellatradgard.se

Öppet hus

Är det måndag till torsdag i Tibble kyrka då portarna slås upp till slöjdlokal, systuga, snickeri och smedja. Du som är vardagsledig är välkommen. Ingen föranmälan.

Tibble kyrka må-to 11-15, Karin Hammar, 638 55 01, vx 638 55 00
Näsbyparks kyrka må-ti 11-15
Christina Wenell, 505 922 31

TÄBY FÖRSAMLING - SVENSKA KYRKAN I TÄBY

SPF:S FAKTABLAD

Sveriges Pensionärsförbund har gett ut ett antal faktablad som man beskriver på följande sätt:

Syftet med Faktabladen är att ge SPFs medlemmar saklig information i för pensionärer aktuella frågor. Denna information kan och bör i förekommande fall användas i kontakter med berörda myndigheter och i arbetet inom kommunala och landstings-kommunala pensionärsråd.

Samtliga faktablad finns tillgängliga på Jarlabankes kansli. Är du intresserad kan du där ta del av dessa samt också få en kopia. På internet finns faktabladen på Förbundets hemsida.

Sammanställning, januari 2007.
Faktabladen har nyligen kontrollerats varför flera av dessa nu är reviderade.

1. Överklagande av kommunala beslut, Förvaltningsbesvär, Laglighetsprövning, Domstolstrots och lagtrots
2. Vårdgaranti
3. Färdtjänsten
4. Tandvårdsstöd
5. Nationell handlingsplan för hälso- och sjukvården
6. Bostadstillägg för pensionärer
7. Pensionsberäkning för 2006
8. Fastighetsskatten, förmögenhetsskatten samt skattereduktion och grundavdrag
9. Avgifter inom äldreomsorgen
10. Utgått
11. Utgått
12. Tandvårdsstöd för 65+
13. Våld mot äldre
14. Anhörigvård
15. Gratis vaccination mot influensa (faktabladet kommer att uppdateras senare)
16. Våld i vården
17. Läkemedelsgenomgångar – en metod att förbättra läkemedelsanvändningen för personer i särskilt boende
18. Invandrare i äldreomsorgen

19. Rehabilitering
20. Prioritering inom vård och omsorg
21. Änkepension enligt övergångsbestämmelserna från 1998
22. Efterlevandepensioner och efterlevandestöd till barn
23. Skatteregler för SPF:s föreningar och distrikt
24. Styrelseledamots juridiska ansvar
25. Inkontinens – utredning, behandling och information
26. Om läkemedelsförmånsnämnden
27. Arvs- och gåvobeskattning
28. Boende för äldre
29. Skador och olycksfall – förebyggande verksamhet
30. Ersättning för sjukvård och tandvård i annat EU-land
31. Förenings skadeståndsansvar vid fördröjd medlemsregistrering
32. Behovet av rullatorer till rimlig kostnad
33. Nytt anhörigstöd
34. Kompetensstegen. Kvalitets- och kompetensutveckling i vård och omsorg om äldre
35. Personuppgiftslagen
36. Läkemedlens varningstriangel försvinner
37. Demens
38. God man och förvaltare
39. Stimulansbidrag
40. Individbaserad läkemedelsregistrering

Uppdateringar av faktabladen som rör skatter och pensioner

Den 1 januari 2007 fick vi nya lagar och en förändring gjordes av basbeloppen. Detta får till följd att faktablad 6, 7, 8, 9, 21, 22, 23 samt 27 måste uppdateras. Så snart detta är gjort lägger Förbundet ut de reviderade faktabladen på sin hemsida. Samtidigt kommer vi att sätta in dessa nya faktablad i pärmen på Jarlabankes kansli.
2007-01-19

SL

BEVINGAT

SVART
Den lilla svarta (eng. the little black dress, förkortat l.b.d.). Klänningen som aldrig är "fel" introducerades på 1920-talet och förknippas framför allt med den franska modedrottningen Gabrielle "Coco" Chanel. Hennes första lilla svarta såldes på en auktion i London 1978 för 1500 pund.

Från Marianne Johansson - Källa: Bevingat, Albert Bonniers Förlag

Visste du att:

Vi bjuder medlemmar i Jarlabanke & Tibbleseniorerna vilka säljer sitt hus genom oss på en fri flyttstädning!

Vi hjälper även till med Er deklaration av försäljningen.

Besök oss på Södervägen 30 eller ring 08-732 50 00 för en kostnadsfri värdering.

FASTIGHETSMÄKLARE
JAN JÄGHOLM AB

VI KAN VÅRT NORRORT

WWW.JAGHOLM.SE

Ring TAXI

- Din Lokala Taxi -

☎ **732 02 00**

Lite kunskap om vårt Förbund

Vad är SPF ?
SPF, Sveriges PensionärsFörbund, är det äldsta öppna pensionärsförbundet. Det bildades 1939 och har alltifrån starten hållit fast vid sin partipolitiskt och religiöst obundna profil. Pensionärsverksamhet drevs inom andra förbund, men de var inte förrän senare öppna så att alla pensionärer kunde söka sig till dem.
Redan året innan förbundet grundades fanns ett antal pensionärsföreningar på olika håll i landet, men en samlande enhet saknades. Vid ett möte hösten 1939 bildades det som då kallades Sveriges Folkpensionärers RiksFörbund, SFRF.
Det ansågs viktigt att redan från början fastslå att SFRF var politiskt neutralt. Dåvarande stadgar fastslog också att förbundets uppgift var att ”tillvarataga folkpensionärernas intressen, organisera och bilda föreningar, påverka lagstiftningen för höjda folkpensioner och tryggad invaliditets - och ålderdomsförsörjning”.
Det nuvarande namnet Sveriges PensionärsFörbund SPF antogs av förbundet vid kongressen 1986.
SPF är den äldsta öppna pensionärsorganisationen och har alltid hållit strikt på sitt partipolitiska och religiösa oberoende.

Näsbyparks Biblioteks Vänförening

Välkommen till Näsbyparks bibliotek
måndagen den 12 februari kl 19 och en afton med
HJALMAR SÖDERBERG
Skådespelaren Helge Skoog läser
Nils O. Sjöstrand berättar om författaren och hans tid

Fixare för äldre - Fixar-Malte

Den som är 75 år och äldre kan anlita tjänsten Fixar-Malte för att få praktisk hjälp i hemmet utan kostnad. Det är enklare vardagsgöromål av engångskaraktär som omfattas, till exempel att programmera tv-apparaten, byta glödlampa eller sy i en knapp.
Tanken med anlita Fixar-Malte är att minska antalet fallolyckor bland äldre och handikappade samt att öka livskvaliteten hos dessa grupper.
Det är Röda Korset i Täby som driver tjänsten, på Täby kommuns uppdrag. Uppdragen utförs av Rödakorsmedarbetare. Röda Korset har sedan tidigare en frivillig tjänst med liknande innehåll.
Fixar-Malte ingår i socialnämndens satsning på framtidens äldreomsorg och en utökad satsning på förebyggande arbete i samverkan med föreningarna i Täby.
Kontakta Marc Roman på Röda Korset tel 08-758 88 41.

TÄBY KOMMUN
SOCIAL OMSORG

Du anhörigvårdare!

Det blev succé för vår anhörigutbildning i Spanien hösten 2006.
Nu ordnar vi en ny utbildning för dig som vårdar din make/maka eller sambo.

Kursen kommer att innehålla lyftteknik, läkemedelsinformation, sjukdomslära och bemötande i rollen som anhörigvårdare.

Kursen är avgiftsfri, kommer att äga rum en vecka 15 april 2007 och är förlagd till Torrevieja, Spanien.

Om du inte kan lämna din anhörige ordnas korttidsvistelse genom kommunen.

Intresseanmälan lämnas senast 26 februari till
Boel Edbohm, anhörigkonsulent tel 768 99 81
e-post boel.edbohm@taby.se

Välkommen till vår anhörigvårdarcirkel

Sju tillfällen under våren, ett informationsmöte och sex efterföljande möten då vi ger och tar emot stöd och information.
Vi anpassar innehållet efter era önskemål.
Lokal: Anhörigcentret Bojen, Ångarens äldreboende
Eskadervägen 5, Näsbypark.

Vi startar med informationstillfället tisdagen den 13 februari kl 11.00
Välkomna!

Röda Korset i Täby i samarbete med anhörigcenter i Täby

Barbro Johnni	Boel Edbohm
Röda Korset	Anhörigkonsulent Täby kommun
Tel 758 38 68	Tel 768 99 81

TABY

Välkommen till Seniorträning med IF Friskis&Svettis Täby!

Tisdagar 9:15, onsdagar 9:15 och fredagar 15:00 i Slottshallen, Näsby Park

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

Seniorgym måndagar 09:30-10:30

Vad är seniorgym?

- styrketräna i Täbys trivsammaste gym
- instruktör på plats jämna veckor
- lägre volym på stereon
- avslutande 15 minuterna gemensam stretch för de som vill
- möjlighet till skön bastu och dusch

Vill du ha möjlighet att jympa, styrketräna och spincykla dagtid köper du ett Kombi Dag-kort för 800 kr som gäller till och med 30 juni 2007.

Det är aldrig för sent att börja träna!

Hjärtligt välkommen!

Ta med tidningen och prova på ett seniorpass i Slottshallen, Näsby Park

Namn: .....

Gäller t o m 2007-02-28

SPF Jarlabanke i Täby Exp. öppen tis- och torsdagar kl 10-12 tel. 756 38 75
Eskadervägen 40 Plusgirokonto 84 85 34-4
183 58 Täby epost: jarlabanke@telia.com
Försäkringsfrågor gällande liv- och olycksfall tagna via SPF: Skandia tel. 020-55 55 00
Mötesförsäkringar för SPF-medlemmar: SPF tel. 692 32 50

STYRELSEN

Ordförande, Ansv utgivare och Informationsansvarig	Mary Nordensvan	510 508 17	mary.nordensvan@telia.com
Vice ordförande samt Väntjänstansvarig	Annagreta Hansson	758 07 31	
Kassör samt Försäkringar	Ing-Britt Edlund	768 83 10	o.edlund@spray.se
Sekreterare	Stig Lundqvist	732 74 41	stilu@bredband.net
Utskick, ”Brevduvor”	Berit Flenstad	758 18 27	berit.flenstad@bredband.net
Rekrytering	Alve Borg	756 26 27	
Klubbmästare	Inge-Maren Behrendt	732 45 91	
Medlemssekreterare	Gunnar Wernerson	510 503 63	gunnar.wernerson@tele2.se
Resor	Käthie Wernerson	510 503 63	gunnar.wernerson@tele2.se

REVISORER

Rolf E. Ericsson	756 13 83	
Kjell Öjheden	756 58 24	

KPR , KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET

Mary Nordensvan	510 508 17	mary.nordensvan@telia.com
Stig Nyholm	756 22 29	st.nyholm@telia.com
Birger Fröberg	756 20 51	froberg.birger@telia.com

VALBEREDNING

Sammankallande	Gunilla Thermænius	756 03 93	
	Monica Höglund	732 64 36	
	Bertil Wijk	732 74 32	bertil.wijk@spray.se

FUNKTIONÄRER

Annonser och Sponsring	Beatrice Ceyhan	756 29 68	ib.ceyhan@swipnet.se
Medlemsregistret	Birger Fröberg	756 20 51	froberg.birger@telia.com
Resor, Syn, Hörsel och Begravning	Bertil Wijk	732 74 32	bertil.wijk@spray.se
Resor och Teater	Paula Lindberg	758 81 12	
Torsdagsträffar Fregatten	Marianne Johansson	756 28 05	
Bitr Klubbmästare	Lennart Linse	758 98 80	
Anhörigstöd	Maidi Lingheim	792 40 12	
Internationella danser	Toto Granath	756 42 97	

Bridge, Språkkurser, Gymnastik mm - Se under "Kurser/Cirklar

JARLABANKEKALENDERN

Datum	Lokal	Aktivitet
13/2 kl 11.00	Ångaren	Anhörigvårdarcirkel Se sidan 32
15/2 kl 14.00	Kvartersgården Fregattvägen 3	Berth Nilsson från Ädelfors Buss & Konferens sätter Afrika i fokus
20/2 kl 13.00	Biblioteket Attundafältet 14, 3 tr	**Årsmöte och underhållning** Se sidan 5+21
26/2 kl 14.00	Jarlabanke´s kansli	Förlåt, jag hörde inte Se sidan 6
27/2 kl 18.00	K.Jacobssons Auktionshus AB, Hornsgatan 94	Persisk kulturafton (fulltecknad)
1/3 kl 14.00	Kvartersgården Fregattvägen 3	Maili Backlund presenterar en poetisk vårbukett
15/3 kl 14.00	Kvartersgården Fregattvägen 3	Lars Widell från Sjöfartsverket berättar om helikopter-räddning
20/3 kl 13.00	Hörsalen Attundafältet 14. 3 tr	"Smycken från empir till modern tid" Gemmolog Sandra Brauns berättar. Se sidan 24
22/3 kl 11.30	Buss från Täby centrum	"Stockholm för stockholmare" Se sidan 14
27/3 kl 14.00	Allégården	Väntjänstträff Stig Nohrlander spelar skivor
29/3 kl 14.00	Kvartersgården Fregattvägen 3	Musikkorsord av och med Stig Nohrlander
12/4 kl 14.00	Kvartersgården Fregattvägen 3	Annika Jakobsson och Lajla Aganovic från SE-banken i Näsbypark informerar
19/4 kl 13.00	Kvarntorpsgården	Vårlunch Se sidan 20
24/4 kl 14.00	Ångaren	Väntjänstträff Wienerbröderna spelar
8/5 kl 14.00	Broby gård	Väntjänstträff
11/5 kl 09.00	Norrtälje busstation	SPF Skutan inbjuder till Rundtur i Roslagens famn Se sidan 12
30/5	Tid och plats meddelas i nästa nummer	Linné i Uppsala och Hammarby Se sidan 14

Swedbank

Fastighetsbyrån

FUNDERAR DU PÅ ATT SÄLJA?
Vi är din lokala mäklare!

Vi vet att trygga köpare ger högre priser! Hos oss är såväl köpare som säljare trygga under hela försäljningen.

Vi kan Täby! Ring oss för kostnadsfri värdering!

Täby Centrum
Marknadsvägen 15, Entré S, plan 8
Tel. 08-638 09 90

Täby Kyrkby
Midgårdsvägen 4
Tel. 08-638 09 70

Fastighetsbyran.se