

NR 1 | 2005 | ÅRGÅNG 7

HEDENBLADET

För dig i Heden, Hamptjärnmoran, Hedsvedjan, Trångfors, Framnäs,
Kusön, Bodforsen, Mjedsjön, Övre Heden och Slumpberget.



Foto: Ivar Sundström

INDEX

LEDAREN	2	HEDENS LIKVAGN	5	PIMPELTÄVlingen	13
DET SOM GÖMS I TÖ...	3	FAMILJESIDOR	6-7	AKUPRESSÖR	14-15
JETFLYGARE OMKOM...	4-5	SNART SOMMARLOV?	9	VÄRMEPUMP	16-17
		S:T MOLLY BAND	10-11	"SKREDDARS"	18-19
		PÅSKKRYSET	12	G&W MJÖLK	22-23



Foto: Bengt Sveder



Foto: Ivar Sundström

Reflektion



Det nya året började minst sagt dramatiskt. En jätteflodvåg, en vattenvägg, sopar rent kring stränderna i Sydostasien. Döda räknas i hundratusental. Svenska familjer på semester har bokstavligen talat, spolats bort. En katastrof som vi inte kan föreställa oss och vars verkan kommer att göra sig påmind länge än. Kanske var det så här Syndafloden en gång uppstod?

NÅGRA VECKOR SENARE, i södra Sverige, en orkan drar fram och skövlar skogarna så att elströmmen försvinner i flera veckor.

NATURENS KRAFTER är oerhörda när de kommer loss. Vi nutidsmänniskor har en förmåga att förlita oss på det goda, moderna samhället. Ett samhälle där funktioner fungerar, där elström kommer genom "två hål i väggen", där vattnet rinner genom kranen när vi skruvar på den, där radio och TV ger oss ljud och bild när vi knäpper på dem, där telefonen låter oss mötas på distans. Soporna försvinner varje månad i en brun och en grön tunna, toaletten tar hand om sådant vi absolut inte vill ha kvar i huset. Så bra vårt moderna samhälle ändå är.

MÄNNISKAN KAN verkligen slå sig till ro, lugnt betrakta det goda hon gjort och belåtet slå sig för bröstet

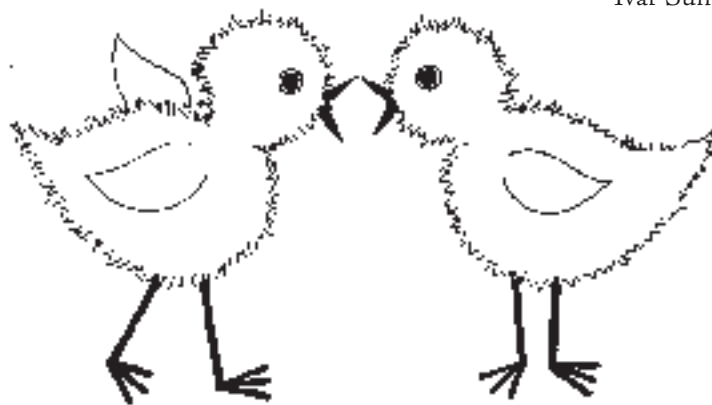
och utbrista: "Vi lever verkligen i den bästa av världar". Fast egentligen är vi precis lika sårbara nu som förr, vi har bara lyckats borra ner huvudet i sanden och gömma oss för hoten och riskerna. Jag tänkte i somras när jag tältade med min son; "nu har vi bara en tunn tältduk mellan oss och naturen. Nu är vi sårbara." När jag kom hem betraktade jag väggarna till vårt Älvsbyhus och insåg att de visserligen är bra mycket tjockare men vi är ändå mycket, mycket utsatta.

ELSTRÖM, HAR VI SETT, är ett känsligt system. Ett kullfallet träd kan orsaka ett kortare eller längre strömbrott. Då försvinner ganska snart värmen i huset för det uppvärms ju med elström, direkt eller indirekt. Alla har inte en modern braskamin och vem har idag kvar vedspisen från förr? Matlagning då? Ja, elspisen är inte till någon hjälp,

så det får bli sprit- eller gasolköket då. Diskvattnet får man värma så länge det nu rinner vatten ur kranen, om några timmar är det dock slut och sedan får det bli smält snö eller vatten från en närbelägen sjö.

VAD SKA VI DÅ TÄNKA på, vi utsatta nutidsmänniskor? Att det vi betraktar som självklart när som helst kan förloras. Att det är allas våra gemensamma ansträngningar som ger resultat, att ensam är jag ingenting, tillsammans är vi starka. Att vi ska vara vaksamma och inte betrakta allt omkring oss som något självklart. Att livet är föränderligt.

Ivar Sundström



REDAKTION & ANNONSPRISER

Ansvarig utgivare: Harry Hannu. **Tidningsredaktör:** Peder Bergquist. **Adress:** Hedgården, Smaragdvägen 58, 961 46 Boden. **Telefon och fax:** 0921 - 65656.

E-post och websida: hedensby@spray.se, www.bodenonline.com/heden. **Redaktion:** Peder Bergquist (65115), Månica Brännström (65933), Anita Wikström (65084), Dyveke Hedström (070-304 23 92), Ragnar Nyström (65589), Åke Wasikkaaja (53508), Ivar Sundström (65051), Råger Eklund (65990), Harry Hannu (65838).

Uppplaga: 1100 ex. Utdelas gratis till hushållen i Heden, Hamptjärnmoran, Hedsvedjan, Trångfors, Framnäs, Kusön, Bodforsen, Mjedsjön, Övre Heden och Slumpberget.

Annonsbokning: 65932, hedensby@spray.se.

Tryckeri: Björns tryckeri i Boden.

Utgivningsplan: Fyra gånger per år: ungefär vecka 11, 23, 38, 50.

Storlek	Pris enstaka annons	ANNONSPRISER:	
		Ideella föreningar utan vinstsyfte	Pris i för sex utgivningar
1/1	1400:-	1200:-	7200:-
1/2	800:-	700:-	4300:-
1/4	500:-	400:-	2700:-
Baksida	3000:-		

Byautvecklingsföreningen förbehåller sig rätten att avgöra om ett bidrag som insänts skall bedömas som artikel eller annons och meddela författaren sitt beslut före tryckning. För företag eller verksamhet som bedrivs i vinstsyfte gäller följande: Eftersom tidningen är registrerad som periodiskt utgiven tidskrift utan vinstsyfte och utgiven av ideell förening kommer ingen moms att redovisas eller faktureras.

*Hedens
byautveckling*



DET SOM GÖMS I SNÖ KOMMER UPP I TÖ...

Javisst är det så. vad kommer att titta fram våren 2005?

TEXT AGNETHA GUSTAFSSON

Om man tittar på snödrivornas konturer så lär det väl vara små högar av ris. Dessa buskar som vi år efter år har friserat för att de skulle växa sig stora, välformade och granna. En vinter som denna, med tunga "lapphandskar" som sakta dalat ner från himlen, är det nog fler än en som undrat över vitsen med att lägga ner sådan möda på dessa buskar.

"DET ÄR SÅ ROGIVANDE att jobba i trädgården", säger både jag och andra. Nåja, hur rogivande blir det när rishögarna har tinat fram?

Jag ser framför mig hur vi, under försommaren, klipper och gräver i vild förtvivlan. Vi tittar sorgset på älsklingsbusken och pillar vilset på grenarna för att försöka hitta lite liv. Denna buske som hade blivit en dryg meter hög och som var ens stolthet. Kanske den går att rädda. Sedan den totala vanmakten när man inser att man måste gräva upp eländet. Aggressionen när man undrar hur sjutton den där lilla, fjösiga busken kan ha så vansinnigt stora och långa rötter. Utmattningen när man äntligen har fått upp spektaklet.

Resignationen när man inser att det ser så tomt ut där den har stått. De nästintill mordiskt hopdragna ögonbrynen när man upptäcker att grannen inte har blivit drabbad av Kung Bores illvilja. Fradgan i mungiporna när han/hon vinkar glatt och frågar om "dina buskar klarat sig". Till sist den beslutsamma och lite obstinata blicken när man resolut bestämmer sig för att inte ge upp. Detta trots den ländryggssmärta och allmänna muskelstelhet man känner efter att i tre timmar brottats med detta monster.

HAV FÖRTRÖSTAN, ni olyckliga buskägare! Trädgårdsmästarna ska leva dom också! Efter en sväng till apoteket för inköp av lite smärtstillande, får man helt enkelt åka ut till Hedströms trädgård och göra en raid. Glöm semesterkassan! Där ryker alla pengar för naturligtvis ser man ju så mycket annat som skulle vara så fint att ha i rabatter och urnor. "Förresten, om man skulle köpa två buskar? Det fyller ju liksom ut lite mer." Förvisso hittar man knappast sin älsklingsort av buske eftersom den har tagit slut.

Alla andra, nämligen hela stan, har hunnit före medan man var på apoteket. Ni vet ju dessa köer.

GLÖM SEMESTERRESAN! Det blir till att stanna hemma och pyssla om de nyinköpta buskplantorna så att de hinner växa sig starka till nästa sommar. Sedan är det bara att se glad ut och hoppas på att nästa vinter inte bjuder på samma snötyngd.

Men man ska ju inte bara klaga, sägs det, så om vi då ser lite positivt på det hela. Motion och frisk luft har vi fått denna vinter. Samtalsämne med de okända grannarna har inte saknats dock är säkerligen formuleringarna inte lämpliga att återge i denna skrift.

Vi kommer att vara solbruna till sommaren av allt utearbete och vi kommer formligen att bara suga i oss D-vitaminer från solens strålar. Vi får röra på oss och inte ligga stilla på stranden och äta bullar. Kanske till och med undertecknad platsar i bikini efter denna sommar.

Sedan får ju vi entusiaster göra det vi tycker är så vansinnigt roligt och avkopplande, nämligen att jobba i trädgården.

Pling, pling!



LjusBoden

Ljusboden i Boden, din tillverkare och leverantör av ljus för vardag och högtider samt kyrkljus i 100% stearin.

Butikens öppettider; Tisdag t.o.m fredag kl. 13.00 - 17.00.
Lördag kl. 11.00 - 14.00.

Torsdagen den 17/3 har vi kvällsöppet till kl. 20.00.

www.ljusboden.se

Smaragdvägen 15, 961 46 Boden • Tel 0921-652 15 • 070-652 15 33



”Jetflygare omkom sydväst om Boden J29 i molnengenomgång störtade oförklarligt”

Mitt intresse för händelsen väcktes när jag av några hedbor fick höra att det fortfarande fanns spår av ett flygplanshaveri med ett militärt flygplan bakom Långberget. Det skulle ha hänt någon gång under slutet av 50-talet eller möjligen i början av 60-talet.

TEXT OCH BILD HARRY HANNU

Jag och min fru Margith kunde under sommaren 2004, efter viss möda lokalisera platsen för haveriet. Det som först drog till sig vår uppmärksamhet var ett avkapat träd och en tendens till öppning i nordostsluttningen av Laberget. Som bevis för att vi hittat rätt fann vi vissa vrakdelar som gömde sig under mossor och stenar i sluttningen av Laberget bla. några aluminiumbitar från flygplansskrovet.

NÄR VI NU VISSTE var platsen för haveriet ägt rum, växte efterhand behovet att få reda på vad det var som hänt och om det var någon som kände till lite mer om det inträffade. För att få fakta i händelsen fick jag av en bekant, K-G Andersson från Bergnäset, hjälp med att identifiera tidpunkten, som var den 5 maj 1961. Det underlättade det fortsatta arbetet eftersom jag då via statsbiblioteket i Boden beställde mikrofilm av Norrbottens Kuriren och Norrländska Socialdemokraten från tidpunkten för händelsen. Med stöd av Överluleås forskarförening kunde vi hitta en artikel i Norrbottens Kuriren lördagen den 6 maj, 1961. I

tidningen skriver man följande:

”**FÄLTFLYGAREN** av andra graden Charles Christer Svenblad från Mölndal och tillhörande F 9 i Göteborg störtade med en J 29 på fredagsmiddagen av hittills okänd anledning i terrängen sydväst om Boden och ljöt en ögonblicklig död. Planet splittrades vid nedslaget i tusentals bitar och plöjde en cirka 300 meter lång gata i skogen.”

SVENBLAD SOM VAR 19 år gammal, flög som rotechef i ett förband om två rotar J 29 under en navigationsflygning. Under molnengenomgång försvann han med sitt plan. Rotetvåan bröt sig ut formeringen i det svårkontrollerade läget under molnengenomgång och steg upp över moln utan kontakt med rotechefen.

EN SK 16 DIRIGERADES till det aktuella området sydväst om Långberget och nedslagsplatsen upptäcktes snart – en myrkant på västra sidan av Kalkmyrberget nedanför Laberget. Från Arméns



Den förolyckade Charles Christer Svenblad.

helikopterskola dirigerades en helikopter till platsen. Från flygvapnet dirigerades markpersonal, räddningsbilar och en s.k. vessla dit. Terrängen är väglös och svårframkomlig på grund av det ännu relativt stora snödjupet. Fältflygare Svenblad återfanns död i närheten av nedslagsplatsen. Det visade sig att flygplanet kommit in över Laberget i sydostlig riktning. På krönet hade planet tagit i trädtopparna och sedan plöjt en bred gata nedför sluttningen. Under tiden splittrades planet sönder bit för bit och det var inte mycket som återstod när det stoppades av ett litet motlut på andra sidan en kort myr och exploderade. Förödelsen i skogen var fruktansvärd. Den omkomne flygarens fallskärm återfanns ca 100 meter från nedslagsplatsen.

Under fredagen anlände flygvapnets haverikommission till olycksplatsen. I avvaktan på dess utredning kan ingenting sägas om anledningen till haveriet.



Idag kan man se aluminiumdelar som sitter fast i trädet som ett minne från den tragiska olyckan.



J 29 tunnan.



Den typ av helikopter som användes för att komma till den otillgängliga platsen.



Flygplanet som användes för att lokalisera haveriplatsen.

HEDENS LIKVAGN



Bilderna är tagna av Sonny Lundmark.



Bilder från Lynn Jönssons begravning, 26/2 2005. Hedens likvagn användes. Den har renoverats av Sigvard Johansson och står nu på Björknäs herrgård i Kalix. Vagnen var förfallen eftersom den förvarats utomhus i många år. Helene Skogqvist har sett till att vagnen dekorerats med tyg. Enligt uppgift skall Sigvard Johansson ha fått vagnen under förutsättning att

Bodens kommun får låna den. Lite synd ändå att den inte fått vara kvar i Heden.

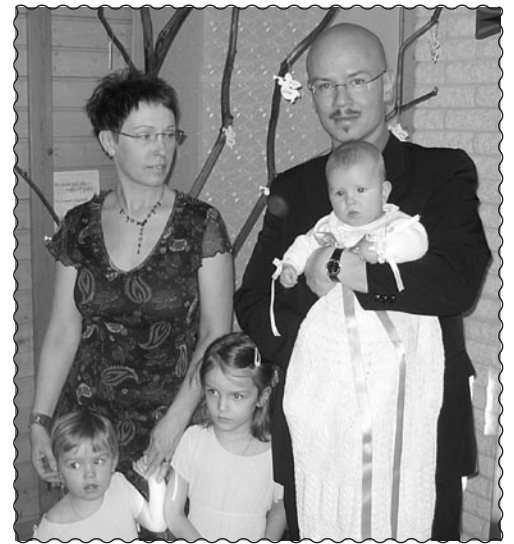
Peder Bergquist



30 januari 2005
Emma Johanna Margareta
Söderström, Tommy och
Christina.



27 december 2004
Peter Casper Widderskog, Björn och
Camilla, storebror Jonathan.



27 februari 2005
Daniel William Myllymäki, Diana och
Göran, storasystrarna Elin och Gabriella.



29 januari 2005
Moa Julia Linnea Järnberg, Elin och
Niclas.



16 januari 2005
Elin Lahja
Bergstrand,
Anna-Karin,
Bength och
Linda, Gunnar.



13 februari 2005
Hanna Maria Åström och Sofia Karolina
Åström, Malin och Håkan, storasystrar Linnea.

Flügger
KULÖR
PROVBUK

Är du osäker
på kulören?
Provmåla för
bara 29:-

Flügger färg

Färghandlaren i Boden AB
Hermelinsgatan 1, 961 73 Boden
Telefon. 0921-168 00, Fax. 0921-168 45

www.flugger.se



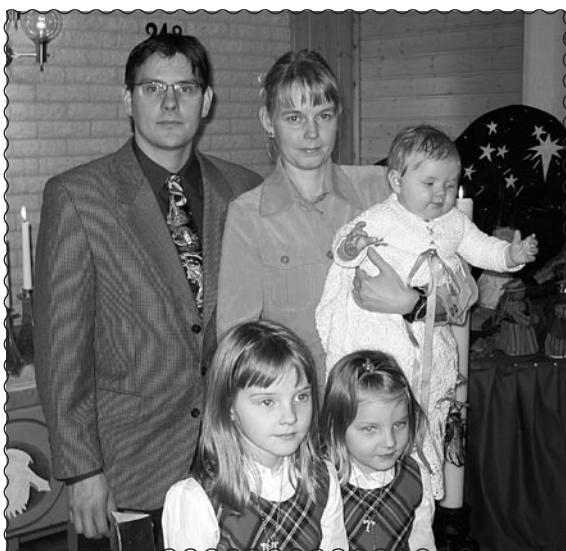
19 december 2005
Wilma Kristina Margareta
Sundström, Stefan och Kristina.



2 februari 2005
Carl Gustaf Isak Melin
Annika och Carl-Henrik,
storasyster Linnea.



18 december 2004
Love Kenneth Laine, Pekka och Jeanette.



8 januari 2005
Linda Berit Johanna Hedlund, Henrik
och Camilla, Malin och Therese.



22 januari 2005
Jesper Ulf Erling Lifbom, Lennarth och
Therese, Sandra och Emma.



26 februari 2005
Vincent Elias Hemphälä, Niklas
och Helena, storasyster Molly.



26 december 2004
Maria Rebecca Lindbäck, Kristina och
Jens.



19 februari 2005
Lova Mari Eriksson, Helena och
Johan, storebror Martin.

FAMILJEAKTIVITETER

På HEDAVAN

3 april

kl. 11-15

PIMPELTÄVLING

KL. 12-14

Startkort vuxna 100:-,
barn under 12 år 50:-

För mer information gå till vår
hemsida:

www.bodenonline.com/heden

Arr. Hedens Byautvecklingsförening och Hedens Byalag

SNART ÄR DET SOMMARLOV

Det var en vintrig och orörd Hedenskola som mötte eleverna första skoldagen efter ett långt jullov.

TEXT OCH BILD DYVEKE HEDSTRÖM

Fröken Ingrid Käll samtalar med eleverna i spår 2. Var och en fick berätta om hur just deras jul hade sett ut. Den viktigaste frågan var nog vilken som var den bästa klappen. Jonathan Halleman ville gärna berätta att han hade fått väldigt många paket. Ingrid menade att det viktiga inte är antalet, utan istället uppskatta de presenter man har fått.



DANIELA HEDSTRÖM och Linn Löfgren visar upp sina bästa julklappar. Linn gillar sin bok, en klassiker av Astrid Lindgren som heter Lotta på Bråkmakargatan. Hon tycker att den är rolig och lätt att läsa. Daniela visar sin Neopets som är en figur som kan lära sig att prata. Det finns några olika Neopets, men Daniela tycker att just hennes är charmigast. Den reagerar och småskrattar när man pratar till den.



Elektroniskt brev till Hedenbladet:

Hej!

Har just tittat på Hedenbladet igen. Mycket fint. Man blir nostalgisk!!!! Skall skicka adressen till min brorsa i Norge (han var klasskamrat med Lennart Pettersson och det är ju skrivet om huset deras i sista bladet) Här har vi en riktig vinter med mycket snö. Men det blev inget snöskoteråkande för mig. Fick en ny

höft vid nyår och det tar tid att gå som vanligt igen. Brorsan och jag tänker göra en nostalgivägg till Boden i sommar så det skall bli toppenkul. Om det är något nytt i omgivningen så skulle det vara kul att kolla. Men man hoppas ju också förstås att mycket av det gamla är kvar.

Ha det bra
Ulf Runesson



MOLLY MAGUIRE

Onsdagen den 26 januari gästades Hedgården av Molly Maguire, trodde vi. Det visade sig nämligen att Molly Maguire hade upphört och istället hade St Molly Band bildats.

TEXT IVAR SUNDSTRÖM BILD ÅKE CARLSSON



Petterssons Potatis

Potatis är en mycket god gröda, den sorteras och packas med viss möda, den kommer från en fin och bördig jord, och levereras hem direkt till ert bord.

Vi har potatis för försäljning:
- 10 och 25 kilos förpackningar
både rund och mandel.

Fri hemkörning i Hedenbladets utgivningsområde.

070-569 77 75 eller 654 04
Potatislagret på Grönland i Heden

PÅ HEDGÅRDEN

Esbjörn Häggström spelar mandolin, flöjt, banjo och sjunger. Han sköter mellansnacket och är verkligen en stämningshöjare.

OLA EDEBLOM SPELAR gitarr och sjunger. Även han har en del mellansnack. Johan Engström spelar gitarr. Han kom under kvällen loss i ett gitarrsolo till låten "Duelling banjo" och det gjorde han bra. Stand in för ordinare trummis, Björn Hällis, var Zacke. Han trummade på en låda (tjäderholk brukar Esbjörn kalla den) och på en tvättbräda.

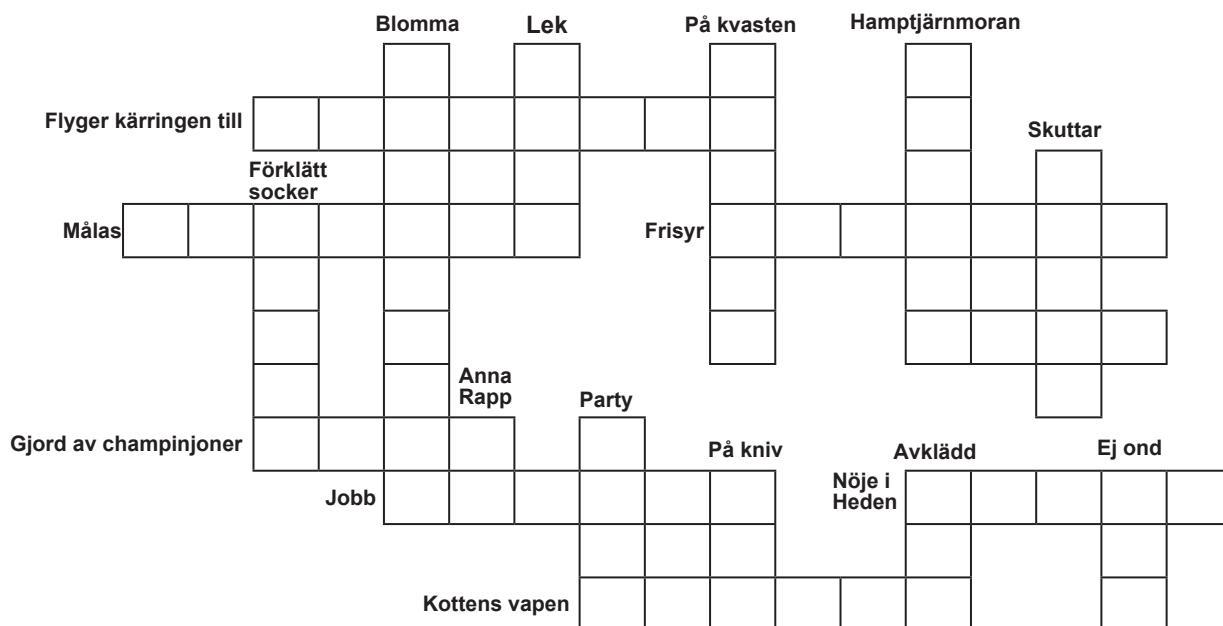
MUSIKEN DÅ. Irländsk musik har varit inspirationskällan men texten är på svenska. Texten är lättsam, men berör. Kanske det är därför de är så bra, de fångar vardagslivet i sina texter? "Hus på landet" handlar om hur en familj flyttar in i ett renoveringsobjekt. Det slutar dock med ett Älvbyhus. "Hellwitansch Pitebo" är en skröna om en fantastisk och urstark Pitebo, ett rätt vanligt tema från Piteå. Min favorit var dock en visa som handlade om hur en man lever ut sin sexualitet med hjälp av sin snöskoter. Kommer bara ihåg orden libido och Ski Doo men det räcker. Som icke skoteråkare skrattar jag hejdlöst.

TYVÄRR UTEBLEV publiken. Trots att vi delat ut 1200 reklamblad om spelningen kom 35 personer. Hade de kommit i alla fall? Avskräckte priset, 100 kr?

Vi som var där hade i alla fall en trevlig kväll och eftersom det här var deras andra besök är det ju numera en tradition att de varje år ska spela i Hedgården. Fast nästa gång blir det St Molly Band som kommer!



PÅSKKRYSSSET 2005



VINNARE AV JULKRYSSSET 2004

Vinster:

- 1:a pris Monica Ruthström, Bensbyn
- 2:a pris Kerstin Johansson, Boden
- 3:e priset Anna-Kari Eklund, Heden

Skicka in din korsordslösning till:
Hedens byautvecklingsförening,
Smaragdvägen 58, 961 46
BODEN.

Vinnarna av påskkryssset
presenteras i sommarnumret.



*Boden behöver
Institutionen för
hälsovetenskap!*

EN HISTORIA PÅ BONDSKA (inlämnad av Hans Söderström)

He vär in goob fra Heida so hädd
vri dill Amerika o so närn kom
heim so väre mitsi folke so kom
dill stäsion för o søj om hån hädd
fleir kofertan ve se. O närn kom
hädd hån bara ein. Då väre ein so
frage. Do hååbara ein veesk, da
svåra karn: He jer penngbörsn!

Det var en gubbe ifrån Heden som
hade varit till Amerika. När han
kom hem var det mycket folk som
kom till stationen för att se om
han hade många resväskor med sig.
När han kom hade han bara en. Då
var det en som frågade: Har du
bara en väska? Då svarade karln:
det är plånboken!

PIMPELTÄVLING 2004-04-04

I april 2004 genomförde Hedens byautvecklingsförening och Hedens byalag en familjedag och pimpeltävling på Hedavan.

TEXT RÅGER EKLUND BILD IVAR SUNDSTRÖM MED FLERA

Aktiviteterna började 11.00. Pimpeltävlingen pågick 1200-14 00. De tävlande delades in i två klasser, vuxna och barn. 12.00 gick startskottet. Det var 135 ivriga fiskare som skyndade ut på isen. När tävlingen var slut och invägningen avklarad så kunde vi konstatera att det fanns riktigt bra med fisk i Hedavan. Däribland en del riktigt stora firrar.

FÖR DEM SOM INTE fiskade fanns det tipsrunda och hästskjuts. För de mindre deltagarna fanns det slangbelleskjutning och barnskoter att åka. Detta anordnades av Fritidskompaniet.

DEN SOM SEGRADE i vuxenklassen hade fått hela 3360 gr (tävlingsfiskare från Finland) och vinnaren i barnklassen (också en storfiskare) 855 gr. Dagen avslutades med prisutdelning från ett gediget prisbord, allt ifrån potatissäckar till mini-tv.

RESULTATLISTA med de sex första i varje klass:

VUXNA

1. Ismo Norman 3360 g
2. Rose-Marie Andersson 1395 g
3. Bo Hurtig 1265 g
4. Andreas Anttila 1255 g
5. Lars Petttersson 985 g
6. Henrik Hedlund 975 g

BARN

1. Adam Isaksson 855 g
2. Moa Hagberg 505 g
3. Olle Lindgren 195 g
4. Malin Engvall 190 g
5. Felix Fredriksson 180 g
6. Wilma Hagberg 75 g



Nu har du chansen i år igen. Se information på sidan 8 och vår hemsida: bodenonline.boden.se/heden.



HELEN - FÖRSTA AKUPRESSÖREN I BODEN



örjan's
DAM & HERR
Gågatan Boden Tel 199 49

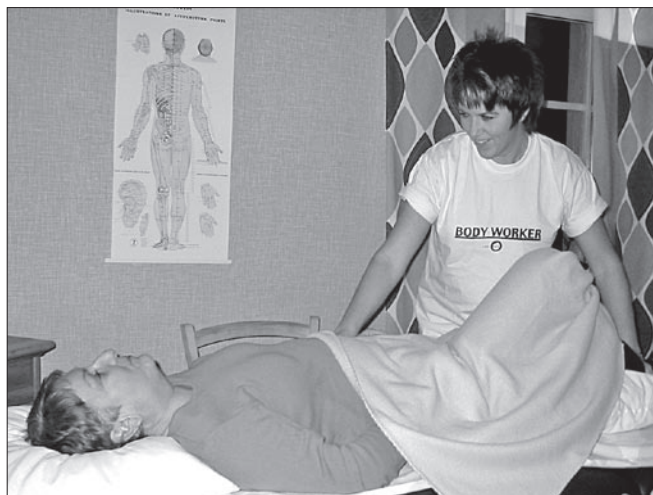
ÅRETS BÄTTJÄN

örjan's
DAM & HERR
Gågatan, Boden. Tel. 0921-199 49

En kall vinterkväll begav sig Hedenbladets reportrar till Helen Söderström. Hon har startat ett företag i sitt hem, tänk er att få akupunktur utan nålstick, med andra ord akupressur.

TEXT MÅNICA BRÄNNSTRÖM OCH ANITA WIKSTRÖM

BILD LENNART WIKSTRÖM



Helen Söderström är född och uppvuxen i Hedsvedjan och bor numera i faderns föräldrahem. Hon är utbildad undersköterska och arbetsterapeut och har även gått utbildning till diplomerad massör och healing steg 1 och 2. Nyligen har hon gått utbildning till diplomerad akupressör och stressterapeut på Axelsons gymnastiska institut i Stockholm. Utbildningen var på distans under ett och halvt år med utbildningsperioder på skolan, praktik och tentamen. Helen jobbar fortfarande som arbetsterapeut 100% på Sunderby sjukhus arbetsterapiavdelning och arbetar med akupressur på fritiden. Hennes dröm är att kunna gå ner i arbetstid och jobba mer med alternativ medicin.

VAD ÄR AKUPRESSUR? Akupressur är en traditionell kinesisk metod som går ut på att upptäcka obalanser i energiflödet, att stimulera och aktivera energiflödet. Man arbetar med kroppens akupunktursystem. Man trycker på akupunkturpunkter och genom detta främjas och frigörs kroppens energiflöde. Helen berättar att hon alltid har varit intresserad av alternativ medicin men akupunktur "att sticka nålar i folk är inte min smak". När hon upptäckte att det fanns något likvärdigt utan nålar men genom att pressa på kroppens olika punkter blev hon intresserad. Kunden behöver för övrigt heller inte klä av sig.

HELEN BÖRJAR behandlingen med att ställa en energimässig diagnos, inte att förväxla med en sjukdomsdiagnos.

Hon frågar vad kunden söker för och ställer ett antal frågor om hur kunden upplever olika saker, till exempel om det finns muskulära spänningar i kroppen, hur magen fungerar, trötthet, humöret, om man upplever sig varm eller kall. Det frågor som hon ställer är relaterade till eventuella energiobalanser och de olika meridianernas inverkan på kroppen. Efter det tar hon puls på tre positioner i båda händerna. Dessa punkter motsvarar övre, mellan, och nedre delen av kroppen. Hon tittar även på tungan och gör en tungdiagnostik, tungan färg och form kan tala om hur kroppen mår. Varje del av kroppen representerar hela kroppen. Efter några behandlingar har oftast kunden en klar bild av vad behandlingen innebär och om den hjälper. Helen tycker att det är viktigt att man är ärlig och säger till om behandlingen inte hjälper.

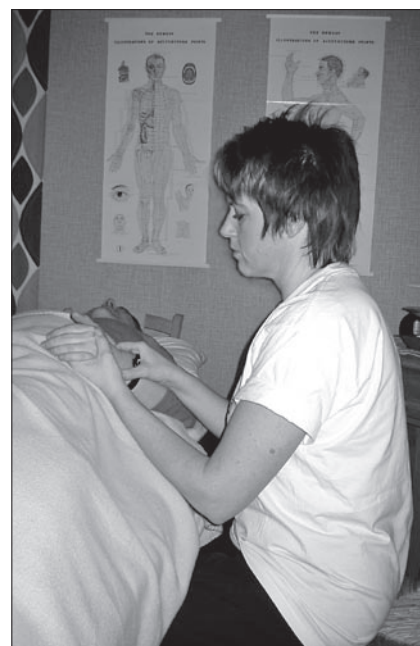
VILKA ÄR DET som söker hjälp hos Helen. Hon behandlar inte kunder med ett direkt sjukdomstillstånd utan det kan vara de som har migrän, stressproblematik, halsbränna och de som vill ha smärtlindring. Akupressuren kan med fördel användas när man vill få hjälp med det "allmänna måendet" det kan vara både kroppsliga känningar men även mentala och humörmässiga delar.

VI FRÅGAR HELEN hur hon hittar sin egen balans och energi. Det gör hon främst genom sina turer i skogen med de två grönländshundarna. Helen åker då skidor eller står bakom kälken. Annat energigivande är qigong, meditation och inte minst

hennes glada vänner och hennes familj. En sak som hon tycker att vi är lite dåliga på är att utnyttja det som finns i vår närhet, hon tycker att vi ska använda oss av naturen och se det vackra runt omkring oss och förespråkar friskvård framför sjukvård.

REPORTRARNA blev bjudna på fika och Hedenbladets läsare blir av Helen bjudna på visdomsord av H Skogsberg.

"Dröj inte med det svåra som du vill ta dig för. Gör just det du ängslas för och din ängslan dör, för livet är en konst och konstnären är du. Lyckan har en tid, den är alltid nu".



VÄRMEPUMP?

När jag besökte Jimmy Sager från Bergvärmestjänst i Norr AB, borrade han för fullt på Trångforsvägen 13. På gården stod ett borrhöggregat och brummade medan Jimmy svetsade fast ett foderrör. Jobbet tar normalt ca 12-14 tim att färdigställa, mycket beror på hur berggrunden ser ut. När jag besökte arbetet under mellandagarna var det bara några få minusgrader varför det gick utmärkt att borra. Om det blir kallare än 15 grader kallt borrar man inte eftersom maskinen tar för stor skada.

FODERRÖREN, som är tre meter långa och 16 cm i diameter, används genom jordmassorna tills man når ner i berggrunden. Borrhållets djup och diameter avgörs av hur mycket energi som skall utvinnas ur berget. Här på Trångforsvägen har det behövts 39 meter foderrör och det planeras att borra 140 m ner i marken. När hålet är färdigt för man ner en 40 mm i diameter grov kollektorslang i hålet ur vilket sedan det jordvarma



Jimmy poserar vid sidan om foderröret som precis svetsats ihop.

För att få lite mer kunskap om värmepumpar besökte Hedenbladet ett pågående borrhörmeprojekt i Trångfors under december 2004.

TEXT OCH BILD HARRY HANNU

vattnet förs till värmepumpen för vidare uppvärmning av huset och varmvattnet.

PLATSEN FÖR VAR man skall borra har bl.a. att göra med var värmepumpen skall placeras i huset. För att leda vattnet från borrhålet till värmepumpen i huset måste man gräva en kulvert. Kulverten kostar en hel del per meter, så man väljer att borra hålet så nära platsen för var värmepumpen skall placeras i huset som möjligt.

ARBETET MED ATT BORRA, utförs av två lag med två man i vardera lag. När det ena laget jobbar är det andra laget ledigt. Normalt är man två som jobbar tillsammans, sju dagar i veckan och är därefter ledig sju dagar.

VÄRT ATT TÄNKA PÅ. För det första! Oavsett vad någon annan säger så är det bara varmvattnet och uppvärmningen av huset som kan ersättas på annat sätt. Hushållselen är det som behövs för belysning, spisar, datorer etc. och den utgör ungefär en femtedel av den totala elkostnaden.

DET BILLIGASTE och enklaste är att tilläggsisolera huset. I ett enplanshus försvinner ca 15% av värmen upp genom vindbjälklagen. Det lönar sig att tilläggsisolera upp till 40-50 cm.

EN VÄRMEPUMP kan hämta energi från marken, berggrunden eller vattnet i en sjö och i undantagsfall från luften. Investeringskostnaderna är relativt höga men kan ändå vara lönsamma eftersom de rörliga värmekostnaderna sjunker. En värmepump kan halvera elförbrukningen till värme och varmvatten i ett eluppvärmt hus.

En optimalt anpassad pump täcker 80-95 procent av bostadens behov av värme och varmvatten. Marginalbehovet utöver detta täcks av el eller någon annan värmekälla. När värmepumpen har installerats är det mycket viktigt att styrsystemet för värmen trimmas in ordentligt, annars uppnår man inte beräknad och önskad effekt.

VALET AV VÄRMEKÄLLA beror på de lokala förutsättningarna. Att lägga ut kollektorslang i sjön, om man bor precis vid stranden, kan vara enkelt och är billigare än att gräva i marken eller borra i berget. Men

DET ÄR FRÅGAN!

i sjön ligger slangen mer oskyddad än i andra alternativ och det får förstås inte bli bottenfruset där slangen ligger. Dessutom är oftast tillståndsgivningen krångligare.

Jordvärme på frostfritt djup förutsätter en stor yta att gräva på. Slangen på typhuset behöver vara ca 250 meter och slingorna bör ligga med 1 meters avstånd från varandra på ca 1 meters djup.

Att borra i berget är något dyrare men gör minst ingrepp i omgivningen och kollektorslangen ligger väl skyddad i borrhålet. För typhuset behöver man borra minst 100 meter, men nödvändigt djup beror bland annat på grundvattenrörelser och bergart.

Värmefaktorn visar effektiviteten Värmefaktorn talar om hur mycket värmepumpen ger i förhållande till den el som det går åt för att driva den. Ju högre värmefaktor desto bättre. Oftast ligger värdet i intervallet 2,0-3,0. En värmefaktor på 2,0 betyder att du får dubbelt så mycket energi från värmepumpen som du använder för att driva den. Även elen som behövs för att driva pumpen ska vara inräknad i värmefaktorn Som exempel om man räknar på en värmepump till en normalvilla som behöver ca 8 kWh, så kommer den att ge tillbaka ca 20 kWh.

LIVSLÄNGDEN PÅ en värmepump beräknas till 15-25 år. Borrhål och nedgrävda slangar kan användas längre. Några av värmepumpens delar har kortare livslängd. Till dessa hör kompressorn, som är dyr att byta. Den normala livslängden för en kompressor är 10-15 år. Även termostater och ventiler kan behöva bytas.

I TYPHUSET med årsförbrukning av 20 000 kWh för värme och varmvatten kan bergvärmepumpen beräknas spara omkring 12 000 kWh. Hela investeringen för en bergvärmepump på 5-6 kW kan beräknas till mellan 90 000 och 140 000 kronor, beroende på till exempel borrhål och geografiskt område. Med ett elpris på 85öre per kWh sparar man 10 200 kronor om året och investeringen betalar sig alltså på ca 9-14 år.

Lokala företag som kan hjälpa dig är bland annat:

Boden Rör Torgny Berglund AB och Swebo Flis och Energi AB.

Källa: Energimyndigheten www.stem.se, Energirådgivningen www.energiradgivningen.se, Konsumentverket www.energi.konsumentverket.se.



Foderröret måste vara helt efter sammansvetsningen.



Borragregat med borrstänger i kasett.



Ägare: Kristina Adolfsson Adress: Kristallvägen 13

TEXT LARS SUNDSTRÖM Heden 24 februari 2005 (tel 65028 för rättelser och tillägg)

FOTO PEDER BERGQUIST och GAMLA KORT

Per August Ersson (född i Ahlträsk) gifte sig 1862 med Greta Kajsa Olsdotter (född 1838 på Heden N:o 8). Hennes far var Olof Olofsson och mor Brita Cajsa Jönsdotter (Heden N:o 1, Perols). Per August var skräddarmästare och kom att påverka gårdsnamnet (Skreddars). De fick åtta barn varav tre dog unga.

JOHAN AUGUST (född 1863 i Heden) fick sitt efternamn av sin fars förnamn (Pettersson). Hans maka blev Johanna Magdalena Lindström (från heden N:o 11). De bosatte sig vid sekelskiftet på Smaragdvägen 6.

FRANS ULRİK (född 1867 i Heden) gifte sig som änklings med Erika Katarina Lindström (Heden N:o 5). Frans Ulrik var far till Bertil Eriks-

son som föddes 1912 och fortfarande lever.

IDA AUGUSTA (född 1875 i Heden) gick i sin fars fotspår och blev sömmerska. Hon flyttade till Kristallvägen 16 vid vuxen ålder och dog 1923.

OSKAR (född 1872) for till USA 1901 och han tog sin fars efternamn, Eriksson.

MARIA ALBERTINA (född 1870), "Hoskreddars Albertina" flyttade som tjugofyraåring till Piteå. Där gifte hon sig med muraren och snickaren Karl Ludvig Lundgren (född 1872). De flyttade tillbaka till Heden där sonen Karl Arvid föddes 1900. Pojken dog ung. Familjen skrevs 1913 på Kristallvägen 13.

BARN TILL KARL LUDVIG och Albertina: - Karl Edvin (född 1901) emigrerade den 7 juli 1923 till USA. Han blev vald till borgmästare i Aberdeen, en stad sydväst om Seattle (Washington). Gift med Tyra Gustafsson från Björkelud. Ättlingar finns i Aberdeen, Steve och Christine.

- Betty Albertina (född 1904) gift med Hugo Johansson (Heden N:o 15). Senare Sunderbyn. Barn: Karl Hugo Bertil (1929), Sten Henning Roland (1930).

- Bengt Sigurd (1902) hemmansägare. Gift med Sigrid från Västerbotten. Fick barnen Einar och Rut.

- Lilly Margareta (1906), gifte sig med Aron Hjalmar Bergström (Heden N:o 10, Kläppen).



Till vänster
bagarstugan
på "Skreddars
Lundgrens".
Till höger ett
fotografi av Lilly
Margareta.



LILLY OCH hennes man köpte "Danielärs" på Kristallvägen (Nora Gustafssons). De köpte ett hemman i Svartbyn, som såldes och de flyttade tillbaka till Heden. I familjen föddes tre barn: Karl Ingvar (1935), Solveig (1937), Bengt som bor vid föräldrahemmet.

Lilly dog 23 september 1978 och Hjalmar 23 februari 1973.

I FAMILJEN Karl Ludvig Lundgren uppfostrades också två fosterbarn, Brita Maria Sundelin (1893) som flyttade år 1913 och Iris Margareta Karlsson (1921) som kom vid två års ålder till familjen från Boden.

Mer om familjen finns i boken "Sandbyn2 på sidorna 82-85.



Medlemsavgiften i Hedens byautvecklingsförening är 50:-/år för enskild och 100:-/år för familj. Bankgironummer: 5244-7802.

Hedens byautvecklingsförenings styrelse.

*Hedens
byautveckling*

bankgirot INBETALNING/GIRERING AVI Nr 002617

Medlemsavgift för år 200_____ Familjemedlemmarnas namn: _____

Familjemedlem 100 kr _____

Personmedlem 50 kr _____

Betalningsavskändare (namn och postadress) _____ Betalningsmottagare (endast namn)
Hedens Byautvecklingsförening

Från bankgirott (vil girot) | Belopp kronor | Öre | Till bankgirott (ifyllt alltid) | Inbetalningsavgift (ifyllt av banken)

5244-7802

52447802 #45#

DBS: Beihåll kopian om du skickar betalningen direkt via giro.

**PÅSK
2005**



**DÖDEN ÄR
UPPSLUKAD
OCH SEGERN
ÄR VUNNEN**

”Kristus Jesus ägde Guds gestalt men vakade inte över sin jämlikhet med Gud utan avstod från allt och antog en tjänares gestalt då han blev som en av oss. När han till det yttre hade blivit människa gjorde han sig ödmjuk och var lydig ända till döden, döden på ett kors”
Filipperbrevet 2: 6-8.

”Men Gud, som är rik på barmhärtighet, har älskat oss med så stor kärlek att fast vi var döda genom våra överträdelser har han gjort oss levande tillsammans med Kristus - av nåd är ni frälsta - och uppväckt oss med honom och gett oss en plats i himlen genom Jesus Kristus”
Efesierbrevet 2:1-6.

Givetvis går det att ha begravning i Mikaelsskyrkan, samt minnesstund. Vi fick alldeles i början av mars månad egna begravningsattiraljer (kistpallar, mullåda och spade samt ljusstakar). Man kan se dessa saker på en av bilderna nedan. De har gjorts av hedensnickaren Tomas Flodström. Måndagsgruppen har gett en del av sina insamlade pengar till detta ändamål.
Det finns också möjlighet att få åka till sista vilan med Hedens gamla likvagn (se sidan 5). Bilden nedan är tagen i samband med en begravning i Överluleå kyrka i slutet av februari 2005.



Foto: Sonny Lundmark



Foto: Peder Bergquist

Påskens gudstjänster:

- 20/3 kl. 18.00,
Palmsöndag:
kvällsmässa med Leif Nordenstorm.

- 24/3 kl. 19.00
Skärtorsdagsmässa.

- 25/3 kl. 15.00,
Långfredagsgudstjänst
med Korsvandring.

- Påskdagen: kl. 16.00
Påsksupé,
kl. 18.00
Kommenterad
mässa med kören
Exodus.

- 3/4 kl. 18.00.
Musikmässa.
Populära
låtar inrymd i en
nattvardsgudstjänst.

- 10/4
Gudstjänst med
barnbibelutdelning.
Glassbuffé.
Barnköerna Kings
Kids och Noas Ark.

FÖR KONTAKT:

EVA (PEDAGOG) 65950, ÅSA (DIAKON) 65951, LENA (KANTOR) 65960, KRISTINA OCH ÅSA (HUSMOR) 65969, PEDER (PRÄST) 65964.

ÅRSMÖTE HEDENS BYAUTVECKLINGSFÖRENING 24 APRIL KL. 15.00

**Kom och gör din stämman hörd så bjuds du på:
smörgåstårta,
stipendieutdelning,
med mera.**

Vi behöver förslag på personer som är lämpade att få vårt **"ungdomsstipendium"**. Nu har det varit grabbar två år i rad så det är dags att nominera de tjejer i bygden som på olika sätt visat framfötterna. Lämna förslag i Hedgårdens brevlåda eller mejla förslag till: hedensby@spray.se

Välkommen att hyra våra fina lokaler i HEDGÅRDEN för möten och fester.



Vad kostar det att hyra?

Stora festsalen för fester
och större möten: 500 kr.

Mindre möten och lilla
konferensrummet: 300 kr.

Bagarstugan OBS! Ved
ingår EJ: 75 kr.

Boka tid med Berndt Lundström tel. 650 62

HEDENS BYALAG

G & W MJÖLK ett hedenföretag!



Redan som barn hade Knut tankar om ett eget företag. Han är utbildad lastbilsreparatör och har arbetat på Bil och Traktor där han trivdes bra. Knut ser fördelar med både utbildningen och med arbetet på Bil och Traktor eftersom han vid behov kan repa själv.

KNUT STARTADE företaget 1984 men har jobbat med mjölktransporter sedan 1970. Mellan åren 1970 - 1976 körde Knut mjölkflaskor vilka han plockade upp hos bönder i olika byar. Han plockade också upp mjölkflaskor som stod på mjölkbryggor, t ex den som var placerad i Heden vid gamla Konsum (Hedgården). Dessa flaskor körde han till mejeriet i Luleå där flaskorna tömdes, diskades för att

sedan köras tillbaka till byarna. Flaskorna kördes tur och retur fram till 1976 då första tankbilen kom. Allt sedan dess har utvecklingen gått framåt i rasande fart. Knut trodde aldrig att ladugårdarna skulle drivas av robotar utan han sade vid diskussioner "men, glöm det". Enligt Knut ser unga bönder på arbetet inom jordbruket på ett annat sätt än man gjorde förut. De vill ha ett socialt liv med ledighet som i andra yrken.

VI FRÅGAR KNUT varför det blev just mjölktransporter? Vi, min bror och jag fick kännedom om att Martin Johansson ville sälja sin mjölktransport genom Lastbilscentralen.

På Hedenbladets jakt efter bygdens företag har turen kommit till Knut och Gunilla Larsson i Heden. De driver företaget G&W Mjolk.

TEXT Månica Brännström och Anita Wikström
FOTO Lennart Wikström och Knut Larsson

NYVALDA STYRELSEN I HEDENOMRÅDET:

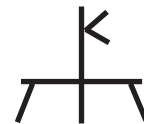
Ordf. Inger Mattsson, ordinarie ledamöter Ulla Sundén, Peder Bergqvist, Christina Vesterlund, Lars Nilsson, Lili Lindgren, Sven Lundberg och Roland Hansson. Suppleanter: Lars-Erik Nilsson, Lars Lundsten och Christina Bring.



Socialdemokraterna

**"DU SOM SYMPATISERAR
MED SOCIALDEMOKRATERNA,
BLI MEDLEM!"**

Helens Akupressur



Jag kan hjälpa dig med migrän, trötthet, muskulära spänningar, stress eller andra besvär du vill ha hjälp med.

Helen Söderström
Diplomerad Akupressör och
stressterapeut.

För tidsbokning:
0921-65131, 070-2797020

Välkomna!

IDAG HAR FÖRETAGET tre bilar, 5,5 årsanställda och två vikarier under sommaren. Knut är VD och hans fru Gunilla, som är utbildad ekonom sköter all bokföring. Knut berättar att företaget är mycket miljömedvetet. Däcken på bilarna, motorerna och bränslet är miljöcertifierade och idag kör en tankbil det fyra tankbilar körde tidigare. Företaget hämtar mjölk i södra och norra Harads, Unbyn, Råneå och halva Piteå kommun. Bilarna går cirka 70 mil om dagen, 22 tim/dygn, sju dagar i veckan vilket betyder rullande schema för chaufförerna.

HANTERINGEN AV mjölken är väldigt noggrann. Det tas bakterieprover från böndernas mjölk tank innan lastning till mjölk bilen. Dessa prover skickas från Kallax till Jönköping med flyg för analys på Sveriges enda laboratorium för mjölkanalyser.

KNUT ANSER inte att man som egenföretagare behöver sakna fritid utan han tycker att det beror på en själv. Man måste inse att man inte är oersättlig utan ta semester som alla andra. På fritiden spelar både Knut och Gunilla golf, cyklar, åker skidor, styrke tränar och Gunilla tycker även om att sy. Det viktigaste i livet är dock sonen Pär och barnbarnen Emelie 7 år och Jesper 11 år, en hejare på innebandy. Knut som nybliven ordförande i Hedens IF tycker att det är OK att Jesper är aktiv i Sävast AIF.

HUR SER DÅ Knut på framtiden? Han har planerat och ser fram emot att ta pension, frågan är bara när. Han tycker att man ska sluta när det är som roligast.

Tänk om det bara blir roligare och roligare, hur ska man då veta när man ska sluta?

HEDENBLADETS reportrar tackar för sig, det goda fiket och beger sig ut i kylan åter på jakt efter nya företagare.



Thermia Diplomat/Duo

Kungen bland värmepumpar.



Sänk din uppvärmningskostnad med mer än tre fjärdedelar.

Pålitlig, effektiv och driftsäker värmepump. Flexibla lösningar för hus i alla storlekar – med eller utan varmvattenberedare.

Enklare än så här blir det inte med uppvärmning.

Kontakta oss för mer information.

Thermia trygghetsförsäkring upp till 10 år, varav de första 6 åren är kostnadsfria.



Lönsamma värmelösningar från Thermia.

KN INFORMATION, 070-510 91 30, STURE

NORDSVENSK VÄRME, 070-643 94 10, MATTIAS